

Mutyzm wybiórczy

Zaburzenie lękowe.



Charakterystyka

Mutyzm wybiórczy to zaburzenie lękowe, które polega na wybiórczości mówienia. Dokładniej na tym, iż dotknięta nim osoba mówi płynnie i swobodnie w pewnych sytuacjach, gdzie czuje się bezpiecznie, np. w domu, a milczy lub mówi cicho albo tylko pojedyncze słowa w innych sytuacjach społecznych, w których odczuwa lęk, np. w placówkach edukacyjnych lub innych miejscach publicznych. Zwykle diagnozowany jest u dzieci, ale może dotyczyć również młodzieży i dorosłych. Osoby, które boją się mówić, mogą przejawiać to w różny sposób. Jedne nie rozmawiają tylko z obcymi osobami oraz nauczycielami i dziećmi w klasie, inne nawet z rodziną i znajomymi. Każde dziecko ma inny schemat. Wielu z nich dyskomfort sprawia fakt, że ktoś może usłyszeć lub nawet zobaczyć ich podczas rozmowy. Dlatego bacznie obserwują otoczenie i przestają mówić nawet do mamy, kiedy znajdują się w zasięgu słuchu lub wzroku osób, z którymi nie rozmawiają. Często łatwiej im rozmawiać w cztery oczy z rozmówcą, a trudniej, kiedy grupa jest większa.

(mutyzm-wybiorczy.org.pl)

Cechy

Osoba z mutyzmem wybiórczym może :

- Mieć problemy z nawiązaniem kontaktu wzrokowego.
- Nie uśmiechać się.
- Nie zdradzać żadnych emocji.
- Mieć duże trudności z używaniem zwrotów grzecznościowych.
- Czuć duży niepokój, gdy jest zmuszana do mówienia.
- Mieć obniżoną samoocenę,
- Być nadwrażliwa na dotyk, zapach, dźwięk.
- Być perfekcjonistą.
- Odczuwać niepokój podczas zmian oraz gdy jest w centrum uwagi.

JAK ZACHOWYWAĆ SIĘ W OBECNOŚCI OSOBY, KTÓRA MAŁO MÓWI LUB MILCZY?



1. Nie zmuszaj jej do mówienia, nie zawstydzaj, jeśli nie jest w stanie rozmawiać w danej chwili – nie wywołuj presji.
2. Traktuj ją tak samo jak inne osoby – nie skupiaj na niej swojej uwagi.
3. Nie karz za brak mowy, nie bądź sfrustrowany jeśli nie mówi – bądź cierpliwy.
4. Postaraj się nie zmuszać do kontaktu wzrokowego.
5. Jeśli się odezwie zachowuj się normalnie.

CZYNNIKI PODTRZYMUJĄCE MILCZENIE

W domu:

- Dziecko często słyszy “On/ona nie mówi”, “Nie oczekuj od niego/od niej, że się odezwie” itp.
- Lęk dziecka przed mówieniem nie został otwarcie z nim omówiony.
- Pomimo wyraźnej trudności dziecka naciska się na nie, by mówiło.
- Mutyzm wybiórczy wywołuje wśród członków rodziny wielki niepokój/zakłopotanie/wstyd, które są przenoszone do dziecka, co powoduje, że odczuwa ono ogromną presję (np. częste wypytywanie odnośnie postępów; wyrażanie obaw związanych z głosem, zachęcanie zamiast udzielania wskazówek/pomocnych strategii w pokonywaniu trudności z mówieniem, wypytywanie dziecka, dlaczego tak się zachowuje, kiedy ma zamiar to zmienić).
- Dziecku stawia się nieosiągalne cele albo obiecuje nagrody, jeśli będzie mówić.
- Stawia się zbyt małe oczekiwania komunikacyjne, nie ma potrzeby mówienia/komunikowania się.
- Rodzice/rodzeństwo reagują w imieniu dziecka, aby uniknąć zawstydzenia/niepokoju/rozczarowania (np. odpowiadając za dziecko, odbierając z rąk drugiej osoby coś, co ta osoba podaje dziecku (www.mutyzm.org.pl 21.10.2020)

CZYNNIKI PODTRZYMUJĄCE MILCZENIE.

C. D w domu:

- Milczenie jest wyuczoną reakcją wobec obcych albo formą wyrażania gniewu (modelowanie zachowania).
- Stwarza się zbyt mało okazji do uczestnictwa i obserwacji interakcji społecznych poza kręgiem rodzinnym.
- Zbyt intensywne ostrzega się dziecko przed rozmową z obcymi/podejmowaniem ryzyka .
- Pozwala się dziecku unikać jakichkolwiek aktywności powodujących niepokój, zamiast modyfikować działania stosownie do potrzeb dziecka i pomagać mu w zrozumieniu lęku i pokonaniu go.
- Okazuje się czułości/przytulanie dziecka, gdy się wycofuje zamiast wtedy, gdy podejmuje się uczestnictwo w rozmowach. (www.mutyzm.org.pl 21.10.2020)

CZYNNIKI PODTRZYMUJĄCE MILCZENIE.

W szkole:

- Lęk ucznia przed mówieniem nie został otwarcie omówiony z dzieckiem.
- Z powodu niemówienia uczeń odczuwa dezaprobatę ze strony rówieśników/dorosłych.
- Uczeń odczuwa presję mówienia (np. zaproszony do uczestnictwa w dyskusji czuje się w centrum uwagi - zamiera na myśl, że może być wywołany do odpowiedzi na zadane pytanie, głośnego odczytania tekstu).
- Dorosły patrzy na ucznia czekając na odpowiedź lub domaga się kontaktu wzrokowego.
- Uczniowi przedstawia się możliwe korzyści za to, co mógłby zrobić, zamiast nagradzać to, co faktycznie mu się udaje.
- Stawia się nierealne oczekiwania względem ucznia, np. gdy ktoś mówi “Czy jesteś dziś gotowy do mnie mówić?”, “Nie pomogę ci, jeśli mi nie powiesz, o co chodzi”. Stawia się nierealne cele – brak strategii planu działania.
- Występuje duża publiczność, możliwość, że ktoś usłyszy. Stwarza się mało okazji do pracy 1:1 z dorosłym lub z przyjacielem, do którego uczeń odzywa się w domu (www.mutyzm.org.pl 21.10.2020)

CZYNNIKI PODTRZYMUJĄCE MILCZENIE.

W szkole c. d:

- Od ucznia oczekuje się zgłaszania próśb o pomoc, wyjścia do toalety, zakomunikowanie złego samopoczucia, zgłoszenia prześladowania itp., kiedy on nie jest w stanie tego zrobić.
- Rówieśnicy wyśmiewają/żądają, aby dziecko mówiło, albo zbytnio chronią, usprawiedliwiają np. „on/ona nie mówi”.
- Nie ma wytworzonych więzi społecznych poprzez izolację/ignorowanie przez kolegów i/lub nauczycieli.
- Wystąpi nadużycie/utrata zaufania (np. nauczyciel oglądał lub odsłuchiwał nagranie bez zgody ucznia, sprzeczne komunikaty i oczekiwania, niespójność działań kadry szkolnej).
- Nie dostrzega się potrzeby zmiany – alternatywne formy komunikacji są akceptowane i używane jako substytut mówienia, zamiast kroków ku komunikacji werbalnej.
- Okazuje się zaskoczenie, skupia się uwagę na fakcie, że dziecko przemówiło, zamiast naturalnej kontynuacji rozmowy (www.mutyzm.org.pl 21.10.2020)

TERAPIA

Nie ma jednej unikalnej terapii, która będzie odpowiednia dla wszystkich osób z mutyzmem.

Terapia powinna odbywać się w kilku ważnych punktach:

1. Należy dowiedzieć się czym jest mutyzm wybiórczy – na czym polega lęk.
2. Terapia powinna odbywać się w miejscu występowania lęku i powinno znaleźć się koordynatora.(zazwyczaj źródłem lęku jest przedszkole lub szkoła)
3. Rada pedagogiczna powinna zostać przeszkolona czym jest mutyzm wybiórczy i w jaki sposób należy się zachowywać w stosunku do dziecka z mw.
4. Należy zadbać o usunięcie czynników podtrzymujących.
5. Pamiętając o wieku dziecka należy przeprowadzić z nim rozmowę na temat terapii i planowania.

SPOSOBY PRACY Z DZIECKIEM Z MUTYZMEM WYBIÓRCZYM

- metoda małych kroków „sliding-in”
- od chóru do solo
- technika trójkąta
- technika 5 sekund
- modelowanie mowy „shaping”

METODA MAŁYCH KROKÓW „SLIDING – IN”



Dziecko rozmawia z osobą, której ufa odczuwając przy tym minimalny lęk i stopniowo uczy się rozmawiać z kolejną osobą, która znajduje się coraz bliżej i po jakimś czasie włącza się do rozmowy i wspólnej aktywności (zazwyczaj jest to koordynator terapii dziecka)

OD CHORU DO SOLO



Metoda polega na włączaniu dziecka w aktywność werbalną z dużą grupą osób a następnie stopniowo i odpowiednich odstępach czasu dla dziecka zmniejszanie liczby uczestników zabaw i aktywności.

TECHNIKA TRÓJKĄTA



Technika polegająca na pracy w kręgu 3 osób (rodzic lub koordynator, dziecko z mw, oraz inne dziecko), której celem jest stopniowe osvajanie dziecka z mw i zdejmowanie z niego lęku przed mówieniem. Składa się z trzech faz.

Technika 5 sekund

fundamentem tej techniki jest zasada, że nie wyręczamy dzieci z mutyzmem wybiórczym, gdy ktoś zadaje im pytanie.

Pytamy i czekamy 5 sekund aż dziecko odpowie, jeśli nie otrzymamy odpowiedzi konstruujemy pytanie w inny sposób.



Modelowanie mowy „shaping”

Podczas stosowania tej metody nie zmienia się bliskość przebywania koordynatora ale słowa, znaki czy dźwięki, które do niego kierujemy. Dziecko zaczyna od wskazywania i stosowania różnych gestów w celu komunikacji z koordynatorem, następnie wykonuje stopniowe kroki w kierunku komunikacji werbalnej stopniowo zwiększając wysiłek artykulacyjny dmuchając, wydając z siebie dźwięki podobne do słów, sylaby, wreszcie słowa i frazy, zwiększając głośność mówienia i nawiązując częściej kontakt wzrokowy. (Źródło: Maggie Johnson & Alison Wintgens (2016) *Selective Mutism Resource Manual*, wydanie drugie)

Generalizowanie mowy

Wszystkie opisane na poprzednich slajdach metody i techniki mają na celu wprowadzenie nowych rozmówców (stopniowo po jednej osobie na raz), a ćwiczenia są powtarzane w różnych i nowych miejscach.

Opracowane na podstawie:

The Selective Mutism Resource Manual (2016) Johnson and Wintgens, Speechmark Publishing

10 etapów swobodnego mówienia

- Etap 1 – dziecko nie komunikuje się, ani nie bierze udziału w żadnych aktywnościach.
- Etap 2 – dziecko współpracuje, ale komunikacja jest minimalna.
- Etap 3 – dziecko komunikuje się za pomocą środków wizualnych i niewerbalnych.
- Etap 4 – dziecko wydaje z siebie niewerbalne dźwięki.
- Etap 5 – dziecko mówi w obecności nowych osób, ale nie bezpośrednio do nich.
- Etap 6 – dziecko wypowiada pojedyncze słowa w obecności wybranych osób.
- Etap 7 – dziecko wypowiada zdania w obecności wybranych osób.
- Etap 8 – dziecko odzywa się do szerokiego grona osób.
- Etap 9 – dziecko odzywa się w różnych sytuacjach.
- Etap 10 – dziecko swobodnie się komunikuje.

Opracowane na podstawie Mutyzm wybiórczy Kompendium wiedzy, Johnson Maggie, Wintgens Alison 2019.

Chcesz wiedzieć więcej?

Strony Internetowe :

www.mutyzm.org.pl

www.mutyzm.pl

Książki

Mutyzm wybiórczy Kompendium wiedzy, Johnson Maggie, Wintgens Alison 2019

The Selective Mutism Resource Manual (2016) Johnson and Wintgens, Speechmark Publishing



Dziękuję za uwagę

Terapeuta pedagogiczny i pedagog społeczny

Anna Radwańska