

Czy Twoje dziecko nagle przestaje mówić?

Może to oznaczać diagnozę: mutyzm wybiórczy.

Czym jest mutyzm wybiórczy (*selektiv mutism, SM*)?

Mutyzm wybiórczy to zaburzenie lękowe, które występuje u 1 na 100 dzieci, a oznacza niemożność mówienia w pewnych sytuacjach. Dziecko zwykle bez przeszkód rozmawia w domu, z rodziną, milczy zaś w szkole lub w innych sytuacjach społecznych. Dziecko bardzo chce mówić, ale w przyпадку lęku nie jest w stanie.

Dziecko może cierpieć tylko na mutyzm wybiórczy, lub też mutyzm w kombinacji z innymi diagnozami.

„Można przyrównać problematykę tego zaburzenia do skoku z najwyższej trampoliny. Dziecko bardzo chce skoczyć, ale nie może, bo za bardzo się boi.”

Logopeda Carina Engström

Jaki wpływ na dziecko ma to zaburzenie?

Niemożność mówienia może prowadzić do nieporozumień, wyobcowania, a nawet do powstania sytuacji niebezpiecznych. Niektóre dzieci z mutyzmem wybiórczym mogą odczuwać przygnębienie lub cierpieć na depresję. Często mogą pojawiać się problemy ze snem, lęk separacyjny lub inne objawy lękowe. Zaburzenie często jest przyczyną trudności w szkole. Większość uczniów z mutyzmem wybiórczym nie jest w stanie poprosić o pomoc albo zakomunikować, kiedy zrobią sobie krzywdę czy potrzebują pójść do toalety. Inne mogą paść ofiarą mobbingu lub nacisku grupy.

Bez odpowiedniej terapii rozwój społeczny dziecka może być opóźniony w porównaniu do rówieśników, a rezultatem może okazać się długotrwałe wyobcowanie.

Jak wygląda terapia mutyzmu wybiórczego?

Przykładem metod leczenia jest terapia dziecięca i rodzinna lub terapia behawioralna, gdzie dziecko stopniowo trenuje rozmawianie z kolegami i koleżankami, personelem szkolnym i innymi osobami w jego życiu. W przypadku starszych dzieci pozytywny efekt mogą przynieść leki przeciwłękowe z grupy SSRI. Jednak lekowi zawsze powinna towarzyszyć inna terapia. Dla dzieci w wieku szkolnym ważna jest bliska współpraca między rodzicami, nauczycielami, szkolną opieką zdrowotną oraz psychologiem i/lub logopedą albo innym terapeutą ze znajomością problematyki mutyzmu.

Terapia przynosi zwykle tym lepsze efekty, im młodsze jest dziecko, dlatego ważna jest wczesna interwencja.

Jako rodzice mogą Państwo pomóc dziecku w ogromnym stopniu w domu, ale potrzebują Państwo wsparcia i wytycznych. Rodzicom również powinno się zaproponować wspierające rozmowy terapeutyczne.

Polska

„Ja bym bardzo chciał mówić jak wszyscy inni, mamó, ale mi nie wychodzi.”

Chłopiec, 8 lat

Gdzie szukać pomocy?

Nie ma jeszcze ogólnokrajowego planu opieki w przypadku tej diagnozy, dlatego w różnych częściach kraju sytuacja może wyglądać różnie. Opiekun dziecka powinien zgłosić się do przychodni dziecięcej (*BVC*), dziecięcej opieki psychiatrycznej (*BUP*) lub przychodni logopedycznej.

Zdarza się, że w szkole i opiece zdrowotnej brakuje kompetencji w kwestii mutyzmu. Warto pamiętać, że można skorzystać z gwarantowanej reformą wolności wyboru placówki służby zdrowia i szukać pomocy w innym regionie. Powodzenia!

Niniejsza ulotka powstała w ramach projektu „Mówić o ciszy” (*Tala om tystnad*), przy wsparciu Allmänna Arvsfonden. Naszym celem jest szerzenie wiedzy o mutyzmie wybiórczym w całym kraju, we współpracy ze służbą zdrowia i szkołami. Zachęcamy do słuchania podcastu *Tala om tystnad* na Acast i zapoznania się z materiałami na stronie talaomtystnad.se.
Kontakt: info@talaomtystnad.se Media społecznościowe: [#talaomtystnad](https://www.instagram.com/talaomtystnad) [@talaomtystnad](https://www.facebook.com/talaomtystnad)