

Ilmo aamusay ma leedahay?

Sababta waxay noqon kartaa ogaanshaha cudurka loo yaqaanno [selektiv mutism].

Waa maxah [selektiv mutism (SM)]?

[selektiv mutism (SM)] waa cabsida/walwalka xaalad-cudureed ee lagu qiimeeyay, wuxuuna ku dhaca 100 ilmo hal cung. Taasoo macneheeda tahay in xaaladaha qaarkood aynan awoodin in ay hadlaan. Ilmaha dhiban badi ahaan wax cillad ah kama qabaan dhinaca luqadda markii ay ku sugan yihiin guryaha qoyskooda. Laakin ma awoodaan in ay hadlaan markii ay ku sugan yihiin dugsigu ama goobo bulshodeed kale. Ilmaha way jeclan lahaayeen in ay hadlaan, laakin cabsida/walwalka dartiisa ma awoodaan.

Waxaa dhici karto in ilmaha ay u dhiban yihiin cudurka loo yaqaanno [selektiv mutism] oo keliya, ama cudurka loo yaqaanno [selektiv mutism] iyo xaalad-cudureed lagu qiimeeyay.

” Cilladda waxaa loola garab dhigi karaa iyadoo qofku isku dayay in uu ka soo boodo halka ugu sareeyso. Ma jiro wax kale ilmaha ay rabi lahaayeen, laakin suurtagal ma noqon karto maadaama ay baqayaan/cabsanayaan”.

Daaweeyaha cilladda hadalka Carina Engström

Xaalad-cudureed lagu qiimeeyay sidee bey ilmaha saamayn ugu yeelan kartaa?

Amusnaanta waxay sababi kartaa is af-garashowaa, takoor ama halis. Ilmaha qaarkood waxaa ku dhaco niyadjab muddo gaaban ama niyadjab muddo dheer. Waxaa kaloo dhici karto in ilmaha dhiban ay la kulmaan dhibaataada dhinaca hurdada, cabsida/walwalka kala tegidda iyo calaamadaha kale ee ku salaysan cabsi-cuqdadeed. Dhibaatooyinka badi ahaan waxay saamayn ku yeeshaan dugsi-dhigashada. Ardayda u dhiban cudurka loo yaqaanno [selektiv mutism] badidooda ma awoodaan in ay caawinaad codsadaan, ama wargelin laga helo markii ay is waxyeelaan ama u baahan yihiin musqul. Kuwa kalena waxay kooxaha ardayda kale kala kulmaan falal ku salaysan cadaadis iyo gardarro.

Haddii ilmaha usan helin daryeelka cillada u la dhiban yahay, waxaa dhici karto in usan horumar-bulshodeed sameeyn isla heerka ilmaha ay isku da`da yihiin, wuxuuna halis ugu jira in muddo dheer u ka go`domo wadjirkooda.

Sidee baa loo daryeela/wax looga qabta cudurka loo yaqaanno [selektiv mutism]?

Tusaaleha hab la isticmaalo waxaa weeyaan daawaynta ilmaha iyo qoysaska ama daawaynta dabeecadda, wuxuu ka kooban yahay in ilmaha cilladda u dhiban la siiyo fursad tababarka hadalka wadajir saaxiibada dugsigu, shaqaalaha dugsigu iyo dadka kale waawayn ee uu noolol-maalmeedka la kulmo. Ku saabsan ilmaha waawayn waxaa dhici karo in la siiyo dawo hoos u dhigta heerka cabsida/walwalka koox ahaan saamaynta dawada [SSRI]. Dawada waxaa mar kasta la siiya wadajir dawooyin kale.

Ku saabsan ilmaha da`da dugsi-dhigashada, waxaa muhim ah wadashaqaynta waalidiinta, macalimiinta, rugta daryeel-caafimaadeedka ardayda, aqoonyahanka cilminafsiga/saykoolojist

iyo/ama daaweeyaha cilladda hadalka ama daaweeye kale oo aqoon u leh cudurka loo yaqaanno [selektiv mutism].

Ka dawaynta badi ahaan waxtar fiican ayay leedahay hadba da´da ilmaha. Sidaas awgeed, waa arrin muhim ah in sida ugu dhaqsi badan tallaabo dhibaataada laga qaado.

Teeda kale, xitaa waalidiinta tallaabooyin badan ayay wadajir cunugga dhibaataada ka qaadi karaan. Haseyeeshe, tallaabooyinka dartood waxay waalidiinta u baahan yihin taageero iyo hab-raac. Tan kale, waa in waalidiinta la siiyaa fursad taageero wadahal ku salaysan.

”Hooyo waxaan jeclaan lahaa in aan u hadlo sidii ilmaha kale, laakin ma awoodo.”

Wiil, 8 sano jir ah

Halkee caawinaad laga codsada?

Qorsheha daryeelida ee heer qarmeed ee xiriir la leh xaalad-cudureed lagu qiimeeyay weli lama dejin. Sidaas awgeed, daryeelida waa hadba halka aad dalka ka degan tahay. Laakin badi ahaan xilhaayaha xannaanadda/waalidka wuxuu daryeelid kala xiriiri karaa rugta daryeel-caafimaadeedka carruurta, Daryeelka caafimaad-darrada nafsiga ee carruurta iyo dhallinyarada [Barn- och ungdomspsykiatri BUP] ama rugta Daaweeyaha cilladda hadalka.

Mararka qaarkood aqoon looma laha cudurka loo yaqaanno [selektiv mutism]?, ha noqoto dugsigiyo iyo xarumaha daryeel-caafimaadeedka. Ha iloowin inaad xitaa arrinta kala xiriiri karto qaabka xulashada ikhtiyaariga oo kaddib gobol kale caawinaad ka raadsan karto. Nasiib wanaagsan ayaan ku rajeynaynaa!

Xaashida xayeysiintaan waxaa soo saaray Mashruuca ka hadal aamusnaanta [Tala om tystnad], wadajir Hay´adda dowliga [Allmänna Arvsfonden].

Hawlgallada waxay ku salaysan yihiin iftiminta xaalad-cudureed lagu qiimeeyay cudurka loo yaqaanno [selektiv mutism] oo heer qarmeed ah wadajir xarumaha daryeel-caafimaadeedka iyo maamullada dugsiyada.

Acast ka baadigoobo bamaamijka [podden] ee [Tala om tystnad], waxaa kaloo warbixin dheeraad ka akhrisan kartaa barta internetka talaomtystnad.se

Xiriir: info@talaomtystnad.se Eeg Warbaahinta bulshada: #talaomtystnad @talaomtystnad