



## Kilka słów o mutyzmie wybiórczym cz. 1

Mutyzm wybiórczy jest zaburzeniem lękowym, zaliczonym do kategorii zaburzeń funkcjonowania społecznego rozpoczynających się zwykle w dzieciństwie lub w wieku młodzieńczym według klasyfikacji ICD -10 i oznaczone symbolem F94.0. Zaburzenie to występuje z taką samą częstotliwością zarówno u dziewczynek jak i u chłopców. Często (ale nie zawsze) towarzyszą mu specyficzne cechy takie jak: wycofanie, upór, społeczny lęk, wysoki poziom wrażliwości. Najczęściej dzieci rozmawiają w domu, czy z najbliższymi przyjaciółmi, a milczą w szkole, wobec obcych i w sytuacjach nowych. Aby rozpoznać mutyzm wybiórczy wzorzec zachowania musi się utrzymywać co najmniej miesiąc, a w nowym otoczeniu, takim jak szkoła czy przedszkole minimum dwa miesiące. Krótkotrwałe epizody milczenia często mogą być wynikiem silnego stresu, zmian, czy wydłużającego się procesu adaptacji do nowych warunków.

### Wskazówki diagnostyczne

- Prawidłowe lub bliskie prawidłowemu rozumienie mowy
- Wystarczający poziom umiejętności komunikowania się i posługiwania się mową
- Wystarczające dowody na to, że dziecko w pewnych sytuacjach może i mówi bez zakłóceń w sposób normatywny

Nie ma jednej przyczyny, która jest odpowiedzialna za pojawienie się mutyzmu wybiórczego. Nawet w najbardziej sprzyjającym rozwojowi środowisku może się on pojawić. Najczęściej jednak towarzyszy temu **wrażliwa osobowość**, kształtująca się u dziecka, podatna na występowanie zaburzeń lękowych, która jest mieszkanką czynników genetycznych i psychologicznych. W życiu dziecka mogą też pojawić się takie **wydarzenia**, które będą blokowały potrzebę mówienia, albo spowodują, że mówienie będzie kojarzyć się z czymś negatywnym i pojawi się lęk. Musimy jednak wiedzieć, że mutyzm wybiórczy nie jest odpowiedzią na wydarzenie, ale na reakcję jaka mu towarzyszyła. To oznacza, że dziecko nie musiało doznać traumy, aby pojawił się mutyzm wybiórczy, mogły to być sytuacje, obiektywnie bezpieczne, a które dziecko odebrało jako zagrażające np. nowa opiekunka, przytłaczające otoczenie, duży tłum ludzi. Na koniec **potrzymanie** lęku i niechęci do mówienia. Czyli takie zachowania otoczenia, które wzmocnią w dziecku przekonanie, że mówienie jest trudne, zagrażające i bardzo stresujące.

## **Dziecko nieśmiałe, a dziecko z mutyzmem wybiórczym**

Mutyzm wybiórczy, daje nam często obraz dziecka nieśmiałego, wycofanego i tak też często dzieci są utożsamiane w grupie rówieśniczej. Jak właściwie to odróżnić? Dziecko z mutyzmem wybiórczym, nie jest z natury nieśmiałe, nie brakuje mu pewności siebie w warunkach dla niego komfortowych, w domu, wśród bliskich. Zahamowanie pojawia się w sytuacjach wybranych, specyficznych. Lęk jest wówczas paraliżujący, nie dotyczy tylko sfery mowy, ale i całego układu mięśniowego, dziecko „zastyga”. Skrajne napięcie mięśniowe niejednokrotnie niepozwana na manipulowanie przedmiotami, chodzenie czy bieganie. Okres przeznaczony na adaptację okazuje się niewystarczający, aby dziecko otworzyło się w grupie. Natomiast dziecko nieśmiałe, cechuje brak pewności siebie często nie tylko w sytuacjach nowych, ale także wśród domowników. Nie wykazują one silnej awersji do procesu mówienia, proces adaptacji przełamuje bariery, zachęczone stopniowo otwiera się i uczestniczy w rozmowie, mimo, że może jej nie inicjować samodzielnie. Warto jednak zwrócić uwagę, że jeśli dziecko nieśmiałe stanie się obiektem kpin, czy silnego zmuszania do mówienia, może rozwinąć się mutyzm wybiórczy.

### **Akceptacja**

Podobnie jak możemy utożsamić dziecko mutystyczne z dzieckiem nieśmiałym, możemy mieć wrażenie, że jest ono uparte i celowo nie chce z nami rozmawiać. Nic bardziej mylnego. Takie podejście, może powodować jeszcze wyższy poziom lęku i stresu. Zanim zaczniemy pracować z dzieckiem z diagnozą mutyzmu wybiórczego, musimy zrozumieć, że jest to fobia, tylko wtedy możemy współpracować z dzieckiem z życzliwością i empatią. Dziecko z mutyzmem chce mówić, może nawet bardziej niż jego rówieśnicy, a im jest starsze tym bardziej widzi te różnice i doświadcza większej frustracji. Doświadcza ono jednak fobii, lęku przed głośnym mówieniem, przed tym, że ktoś obcy usłyszy jego głos i co wtedy się wydarzy. Jeśli boimy się wysokości, nie wchodzimy na najwyższy szczyt, jeśli natomiast boimy się mówić milczymy.

### **Bibliografia:**

M. Johanson, A. Wintgens *Mutyzm wybiórczy – kompendium wiedzy* Grupa Wydawnicza Harmonia Gdańsk 2018

*Klasyfikacja zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania w ICD-10. Opisy kliniczne i wskazówki diagnostyczne.* UWM „Vesalius” IPiN Kraków – Warszawa 2000.

Opracowała Karolina Lewandowska – psycholog