



Doris Lozej  
Osnovna šola Milojke  
Štrukelj Nova Gorica

# Otrok s selektivnim mutizmom

**Povzetek:** Prispevek razsvetljuje neke vrste socialno anksioznost, ki jo imenujemo selektivni mutizem. Ta izraz uporabljamo pri otrocih, ki normalno govorijo doma, v krogu svoje družine, v drugih situacijah pa so vztrajno tihi, običajno se to dogaja zunaj doma, bodisi v vrtcu, pri zdravniku ali v šoli. Za otroke, ki ne govorijo več kot dva meseca, rečemo, da imajo selektivni mutizem. To ni običajna sramežljivost ali trmoglavost, pač pa je psihološki problem, ko otrok »zmrzne« in ne zmore govoriti. V prispevku so predstavljeni praktični namigi, kako lahko učitelj pomaga otrokom z opisanimi težavami. **Ključne besede:** otroci s posebnimi potrebami, selektivni mutizem, nasveti za učitelje. **A child with selective mutism.** **Abstract:** The article focuses on a kind of social anxiety called selective mutism. This term is used with children who speak in domestic environment but keep silent outside home, in the kindergarten, at doctor's office or at school. Children who remain silent for more than two months are diagnosed with selective mutism. This is not the usual bashfulness or stubbornness, it is a psychological problem when a child "freezes" and is not able to speak. The article presents some practical examples of help teachers could offer children with such problems. **Key words:** children with special needs, selective mutism, advice for teachers.

## Uvod

Pred štirimi leti sem se prvič srečala s selektivnim mutizmom, ko se je name kot šolsko psihologinjo obrnila po pomoč učiteljica naše šole. V prvi razred je dobila učenca, ki v šoli ni govoril z nikomer, razen z dvema prijateljema, ki ju je poznal še iz vrtca. Z njima je govoril na skrivaj, da ga drugi sošolci niso slišali, v razredu tudi z njima ne. Učiteljica je bila v veliki stiski, saj ni vedela, kako z njim. Tudi zame je bil to velik izziv.

Iskala sem literaturo na to temo in napotke za delo s takim otrokom, a nisem dobila veliko. Pogrešala sem praktične nasvete. Dobila sem nekaj tuje literature in tako se je začela moja pot raziskovanja. Največ praktičnih napotkov, ki vam jih tudi v nadaljevanju posredujem, sem našla v knjigi *The selective mutism* (2001).

Sama sem iskala načine, kako bi vzpostavila stik s tem otrokom. Na Komisiji za usmerjanje otrok s posebnimi potrebami pri Zavodu RS za šolstvo je bil usmerjen kot otrok s čustvenimi in vedenjskimi motnjami in dobil dve uri dodatne strokovne pomoči psihologa na teden. Ta srečanja so bila zame nekaj posebnega.

Vsakič sva se dobila v šolski knjižnici in vedno se je srečanje odvijalo po nekem ritualu. Vedno se je usedel na isto mesto, sam si je poiskal pravljičo, ki sem mu jo brala in ob tem je risal. V ozadju sva imela sproščujočo, umirjeno glasbo, za katero je sam poskrbel. To mu je zelo ugajalo. Zelo rad je risal, rezal, ustvarjal, vezal risbice z vrvico ... in mi vsakič podaril risbico. Po nekaj mesecih skupnih srečanj sva vzpostavila dober odnos, počutil se je varnega in mi začel zaupati. Komunikacija je potekala neverbalno skozi številne igre, življala sva se v različne junake, ki so mu bili blizu. Ker je rad risal Batmana, sva si izdelala Batmanovo masko in se igrala, lovila. Pri tem je zelo užival. Vrata knjižnice je vedno zaklenil, da ne bi kdo prišel noter. Sam mi je narisal in izdelal bumerang in nanj napisal, naj ga izdelam še jaz, da se bova skupaj igrala ... in tako se je začela najina komunikacija. Dolga je bila pot, pa vendar je na začetku drugega razreda spregovoril. Najprej sva se sporazumevala preko stripa, tako da sva risala in si v oblačke zapisovala, kar sva si želela povedati. Pri tem se je neizmerno zabaval. Nikoli ga nisem vprašala, zakaj ne govori oz. nisem izvajala pritiska. Sčasoma se je zelo razživel in sprostil.



Spomnim se dneva, ko je spregovoril. To se je zgodilo spontano, med igro, ko smo v skupinici, še z dvema sošolcem, s katerima je govoril, šteli izmenično do sto, in ko je prišel na vrsto, je izgovoril čisto na tiho in smo šteli naprej, brez velikega vznemirjanja.

Najprej je govoril z menoj, potem pa razširil krog sošolcev in šele čez kakšno leto tudi z nekaterimi učitelji.

Z učiteljico, ki ga je dobila na novo v tem šolskem letu, še ni spregovoril, je pa napredoval toliko, da v njeni navzočnosti govori z drugimi sošolci.

## Kaj je selektivni mutizem?

Otrok s selektivnim mutizmom govori doma, v krogu svoje družine, v drugih socialnih situacijah, po navadi zunaj doma, je pa tih. Ne gre za običajno sramežljivost, pač pa je to psihološki problem, ko otrok »zmrzne« in ne zmore govoriti. Gre za neke vrste socialne anksioznosti, ko ga je strah, da bodo drugi slišali njegov glas in hipersenzibilnost na reakcije drugih (Maggie Johnson & Alison Wintgens, 2001, dodatek 3).

Pojav selektivnega mutizma pri otrocih je redek, pogosto ga zaznamo med četrtem in šestim letom, ko grede otroci v vrtec ali šolo. Bolj pogost je pri deklicah kot pri dečkih. Pogosto imajo ti otroci tudi druge govorne težave ali pa izhajajo iz dvojezičnega ali socialno izoliranega okolja. Pogosto so tudi nekateri družinski člani bolj sramežljivi, anksiozni in imajo težave z odnosi z drugimi.

### Nekaj praktičnih napotkov:

- Otroci s SM (selektivnim mutizmom) so bolj sproščeni v manjših skupinicih, kjer lahko sodelujejo prostovoljno. Nimajo radi hrupa in tekmovalnih aktivnosti, saj ne želijo vzbujati pozornosti.
- Učitelj naj preveri, koliko otrok razume, v kakšnem obsegu govori doma in koliko zunaj doma.
- Zelo pomembno je, da vzpostavi otrok dober stik z neko odraslo osebo v šoli, ki obišče otroka tudi na domu (to je lahko svetovalna delavka, učitelj PB ...) in ki pokaže zanimanje za njegove igrače, mu prebere kakšno zgodbo, se z njim igra različne igre. To ga zelo sprošča.
- Dobro je, da starši obiščejo šolo skupaj z otrokom, zgodaj zjutraj, popoldan, ob vikendih

ali med počitnicami, ko ni učencev in učiteljev, da pridejo na šolsko igrišče, v šolske prostore ... Tako mu bodo šolski prostori postali bolj domači, in ko bodo skupaj raziskovali, si bo upal spregovoriti in bo slišal svoj glas na različnih koncih šole.

- Ko poskušamo prvič vzpostaviti stik, je zanj pomembno, da je zagotovljena zasebnost in da ni možnosti, da bi ga drugi slišali.
- Pogosto lažje vzpostavi stik z nepoznano, novo osebo, ki ne pozna njegove težave.
- Že po nekaj sekundah z učencem ga v celoti posnemamo oz. zrcalimo tako v drži telesa, gestikulaciji, načinu gibanja, ritmu dihanja, globini vdiha in izdiha, hitrosti premikanja, mišičnemu tonusu, izrazu na obrazu, gibanju oči. Uporabimo iste izraze, če učenec govori, posnemamo tudi njegov ton glasu in hitrost govora.
- Direktna vprašanja sprožajo veliko več anksioznosti kot pa trditve, pripombe, opazke, saj ko otrok zazna, da se zahteva takojšen odgovor, se počuti pod pritiskom, kar povečuje njegovo anksioznost.
- Za otroke s SM je veliko lažje odgovoriti na enostavna, enoznačna vprašanja, na katera zagotovo poznajo odgovor. Težave se pojavijo, ko postavimo odprto vprašanje. Otrok s SM raje ostane tih kot da bi tvegala napačen odgovor.
- Ti otroci poredko odreagirajo na prošnje, nežno prigovarjanje, dobrikanje, podkupovanje tako staršev kot učitelja, saj vse to razumejo kot pričakovanje odgovora, kar zanje spet pomeni dodaten pritisk.
- Ne vztrajamo pri očesnem stiku. Lažje odgovarjajo brez tega, kajti, ko jih gledamo v oči, se jim zdi, da tudi pričakujemo odgovor.
- Če imajo občutek, da jih opazujemo, postanejo še bolj anksiozni.
- Večina otrok s SM ima težave s sprejemanjem odločitev, zato je priporočljivo zožiti izbor odločitev.
- Večina otrok s SM govori tiho ko spregovorijo z odraslo osebo, nekateri celo šepetajo. Za nekatere otroke, ki se učijo prepoznavanja glasov, pa še niso spregovorili, je lažje, da začnejo z naslednjimi glasovi: **p, t, k, s, č**, lažje kot b, d, g, m, n, l, j.
- Ko otrok ne govori oz. ko v določenem trenutku »zmrzne«, je priporočljivo, da se dogovorimo za majhne gibe, npr. da pokaže z očmi ali da po-

trka pod mizo, šele kasneje da nakaže s prstom ali da odkima, prikima ...

- Dajmo otroku vedeti, da razumemo njegovo težavo in občutke, ki jih doživlja ob tem, ko se trudi govoriti. Povejmo mu, da vemo, da si želi, da se trudi in da ga tako skrbi, da mu besede kar obtičijo v grlu.
- Otroku dobi pogosto sporočilo od pomembnih odraslih, da je govorjenje enostavno, saj nihče drug nima s tem težav, razen njega. Zato otrok s SM, raje kot da prizna, da ga je strah govorjenja, molči.
- Povejmo mu, da mu stojimo ob strani. Za starejše otroke je pravo olajšanje, ko jim povemo, da ta težava ima ime SELEKTIVNI MUTIZEM in da obstajajo načini, kako pomagati.
- Otroka tudi povprašamo, kako pomembno je zanj, na lestvici od 1 do 10, da se nauči te veščine in kaj se bo potem spremenilo, ko se je bo naučil. Odgovor lahko napiše, odvisno od starosti otroka, ali pa rečemo, naj nariše, kaj vidi ob tem. Lahko nariše načrt, kako bo prišel do tega cilja, kdaj, kaj bo počel, koliko časa bo potreboval ...
- Priporoča se uporaba vizualizacije in vodenih fantazijskih zgodb (Lozej, 2011 in Srebot in Menih, 1993), s pomočjo katerih otrok v svoji notranjosti izkusi čarobni svet, uporabi svojo domišljijo in s tem notranje vire moči, da lahko zgradi potrebno samozavest in samozaupanje. Usmerimo ga v ustvarjanje notranjih filmov, kjer doživlja uspeh. To je zelo pomembno za njegovo samopodobo.
- Priporočljiva je uporaba domišljajske igre v manjši skupinici otrok, s katerimi se varno počuti. Spodbujamo otrokovo aktivnost, da kaj poišče, da vzame igračo iz torbe, pomaga sestavljati, risati, dopolni vprašanja, risbo. Omo-

gočimo mu, da se igra z lutkami, v peskovniku, z žogo v paru, hišo s punčkami, kmetijo ... Med igro lahko rečemo, naj nam pokaže najljubšo igračo, aktivnost ... ves čas pa vztrajamo, da neverbalno komunicira, tako da pokima, strese z glavo, pokaže s prstom.

- V paru ali manjši skupinici lahko uporabimo igre, ki spodbujajo vokalizacijo, smeh s posne-manjem zvokov iz narave, glasbenih instrumentov, šumov iz okolja, ploskanje, cepetanje z nogami, tapkanje, živalske glasove, petje.
- Lahko načrtno narobe povemo ime, narobe poimenujemo predmete, slike. Zelo radi se umetniško izražajo, izdelujejo, poslušajo zgodbe.

## Sklepne misli

Selektivni mutizem predstavlja za otroka veliko oviro pri učenju in izkazovanju znanja. Tak otrok je prikrajšan tudi v socialni interakciji z vrstniki in drugimi. To občutijo tudi starši, učitelji in ostali strokovni delavci, saj pogosto sproža pri vseh vključujočih občutke nemoči, zavrnitve in neuspešnosti. Velikokrat učitelj ne ve in ne zna pristopiti in vzpostaviti stika s takim otrokom. Pri tem nujno potrebuje pomoč strokovnega delavca. Če takemu otroku postavljamo vprašanja, naletimo na odpor, saj se takoj počuti testiranega in pod pritiskom. Najpomembnejše je, da ustvarimo varno, sproščujoče in toplo okolje, kjer se bo počutil sprejetega takega kot je.

Bodite potrpežljivi v pričakovanju uspeha.■

Viri in literatura:

1. Maggie Johnson & Alison Wintgens (2001). The selective mutism resource manual, Bicester, Oxon, Speechmark Publishing Ltd.
2. Lozej, D. (2011). Govoreči bumerang. Ljubljana: Alba 2000.
3. Furlan, A. (2012). Šim - O pogumu in zdravju. Ljubljana: Alba 2000.

