

Selektiv mutism

Information för föräldrar, förskola och skola

Vad är selektiv mutism (SM)?

Selektiv mutism (SM) är ett tillstånd där personen kan tala flytande i somliga situationer, men inte i andra. Talhämningen orsakas av ångest som uppstår då personen ska prata i vissa sammanhang eller med vissa personer. SM orsakas inte av en specifik händelse, utan utvecklas gradvis (och ska särskiljas från traumatisk mutism, som inträffar till följd av en psykisk eller fysisk chock).

SM debuterar vanligen i förskoleålder och *kan* gå över spontant men i somliga fall följer mutismen med upp i skolåldern, ibland även upp i vuxen ålder. Tidig diagnos och adekvata stödinsatser har visat sig påtagligt reducera risken för att svårigheterna ska bli befästa.

Symptom

Ett barn med SM har ofta svårt att tala i förskolan/skolan, vanligen med vuxna men ibland även med sina kamrater. Många klarar att använda icke-verbal kommunikation helt adekvat (barnet kan exempelvis peka eller visa vad det vill). Det finns dock fall där barnet blir helt låst och inte ens kan signalera via kroppsspråk. Barnen brukar i övrigt ha en typisk utveckling.

Barn med SM har vanligtvis inga problem med att uttrycka sig i hemmiljön och det kan därför vara svårt för föräldrar och förskola/skola att få en enhetlig uppfattning om barnet. Ibland kan barn med SM ha svårt att prata med vissa familjemedlemmar, exempelvis far- och morföräldrar. I sällsynta fall kan ett barn tala i skolan men inte hemma.

Det är vanligt att barn med SM även har oro och ångest vid andra upplevt utsatta situationer. Exempelvis att sköta WC-rutiner, byta om i skolidrotten eller äta i skolmatsalen.

För att diagnosen ska kunna ställas ska barnet ha varit tyst i mer än en månad efter att ha börjat i ny förskola/skola/klass. Tystnaden ska inte bättre kunna förklaras med flerspråkighet eller att barnet har omfattande svårigheter i sin språk- eller kommunikationsutveckling. Exempelvis språkstörning eller neuropsykiatriska diagnoser.

Selektiv mutism och språkstörning

Det är vanligt att barn med SM även har en sen språkutveckling. På förskolan märks det inte alltid att ett tyst barn har svårt med språket. Det är ofta i första hand att barnet inte talar som förskolan eller skolan larmar om. Det är viktigt att

en logoped träffar barnet och gör en bedömning av barnets språkliga kompetenser vilket kan göras på alternativa sätt om barnet inte klarar att medverka i sedvanlig utredningssituation.

SM och språkstörning kan förekomma samtidigt.

Selektiv mutism eller autismspektrumtillstånd (AST)?

Det är inte helt ovanligt att SM förväxlas med AST. Barn med SM kan i sårbara situationer ha svårt att samspela med andra, hålla ögonkontakt och ta initiativ till kommunikation.

Vid AST föreligger generella svårigheter i sociala situationer medan barn med SM fungerar adekvat i många sociala situationer.

Vid AST finns svårigheter att förstå socialt samspel mellan människor. Vid SM finns förståelsen om vad som förväntas men förmågan hämmas av ångestreaktion.

SM och AST kan förekomma samtidigt.

Vilka faktorer kan påverka?

Barnets talängslan kan triggas av olika faktorer. Det är ofta avgörande vem barnet förväntas prata med men också vad barnet förväntas tala om. Många barn med SM har väldigt svårt att svara på direkta frågor, speciellt om dessa frågor kräver ett svar där barnet måste uttrycka egna åsikter eller funderingar. Det kan alltså vara lättare att svara på vilken färg en leksak har än att berätta vilken som är barnets favoritfärg.

Det kan även vara så att vissa platser förvärrar barnets talängslan. Exempelvis kan ett barn tala obehindrat fram till skolgårdens början men tystnar så fort hen kommer in på skolans område. Ett annat barn kan tala frimodigt i sitt klassrum men tystnar så fort någon öppnar klassrumsdörren. Ytterligare ett annat barn kan samtala adekvat med kamrater i hemmet men inte utanför det egna hemmet.

Vad kan man göra?

Remiss till logoped och/eller psykolog

Om du misstänker att ditt barn har SM kan du kontakta BVC eller skolhälsovården och be om en remiss till logoped och/eller psykolog. Det kan se

väldigt olika ut vilka vårdgivare det är som arbetar med barn med SM. Det finns såväl psykologer som logopedier som har kompetens och intresse av SM men i dagsläget finns ingen självklar yrkesgrupp som har ansvar för diagnosen. Då det är vanligt att barn har både SM och språkstörning kan det vara bra att initialt träffa en logoped som kan göra en språklig bedömning. Vid misstanke om AST ska man i första hand vända sig till barnpsykiatrisk verksamhet (BUP).

Prata med barnet

Det är bra för barnet att få höra att den vuxne förstår att det är obehagligt för barnet att prata ibland. Det är viktigt att berätta för barnet att man inte kommer att kräva att barnet ska prata, men att man gärna vill hjälpa barnet att uttrycka sig. Det kan också vara bra att berätta att det finns ett namn på svårigheterna (SM) och att barnet inte är ensamt om att känna så inför att prata, utan att det finns många barn men även vuxna som också tycker att det är jättejobbigt.

Avdramatisera

Det är viktigt att man inte gör någon stor sak av att barnet inte klarar att prata. Om någon kommenterar bristen på tal till barnet bör det vara positiva kommentarer. Man kan säga: *"Jag vet att det känns jobbigt att orden inte vill komma ut, men det kommer inte alltid att vara så här"* eller *"Det kommer att bli lättare och lättare, och en dag kommer du att kunna göra precis samma saker som de andra barnen kan"*. Undvik skuldbeläggande kommentarer som: *"Jag förstår inte varför du inte bara kan prata"* eller *"Du kommer inte att få betyg om du inte pratar"*. Om ett barn i klassen frågar varför X inte kan prata kan man exempelvis säga: *"X kan prata och pratar jättefint hemma med sin familj och man behöver faktiskt inte prata"*.

Man kan också framhålla att många barn behöver extra mycket tid för att vänja sig vid förskole-/skolmiljön, och att man kan få hjälpa till med andra saker tills man känner sig redo att till exempel prata inför klassen.

När ett barn med SM yttrar något är det viktigt att man inte reagerar på att barnet pratar utan lyssnar *vad* barnet säger. Det kan vara svårt, eftersom man ofta blir väldigt förvånad och glad när ett barn som tidigare varit tyst vågar säga något. För barnet är det viktigt att se att andra reagerar på det barnet säger på ett normalt/vanligt sätt. Det kan ge självförtroende att våga prova igen.

Prata med er logoped/psykolog om hur ni kan anpassa miljö och förutsättningar för att på bästa sätt hjälpa ert barn/er elev. En logoped eller psykolog kan även

hjälpa er att planera behandling och rekommendera behandlingsmetod utifrån barnets svårigheter.

Litteraturtips

Pratlust och talängslan - om selektiv mutism (Engström, 2019. Studentlitteratur AB)

Can I tell you about Selective Mutism?, Johnson & Wintgens, 2012, Jessica Kingsley Publishers, London

The Selective Mutism Resource Manual, Johnson & Wintgens, 2016

Tackling Selective Mutism, Benita Rae Smith & Alice Sluckin, 2014

Selektiv mutism – En handbok för familjer och anhöriga. Johanna Syrén & Ebba Zettergren, 2021

Hemsidor med information:

www.talaomtystnad.se

www.roestkonsulten.com

www.smira.org.uk

www.selektivmutism.se