

Downloadmaterial für »Selina Stummfisch«



Was ist eigentlich Mutismus?

Liebe Eltern, liebe pädagogisch Arbeitende,

wenn ein Kind in bestimmten Situationen schweigt und nicht mit fremden Personen spricht, sind unsere Sorgen groß. Wir sind verunsichert, erschrocken und ratlos. Wieso sagt mein Kind im Kindergarten oder in der Schule nichts? Zu Hause erzählt es doch ganz normal? Was können wir als Eltern oder auch als pädagogisch Arbeitende tun? Wie können wir helfen?

Selektiver Mutismus bleibt nicht selten lange unerkannt; oft fällt er erst durch die Beobachtung anderer auf – denn zu Hause reden die betroffenen Kinder, wie Selina, oft wie ein Wasserfall oder denken sich ganz tolle Geschichten aus. Auch Vorlesen klappt dort gut!

Dieses Zusatzmaterial möchte Antworten auf die wichtigsten Fragen geben und eine Orientierung bieten. Wir danken Mutismus Selbsthilfe Deutschland e.V. für ihre Arbeit und dafür, dass sie uns ihr Infomaterial zur Verfügung gestellt haben und wir Ausschnitte daraus abdrucken dürfen.

Wir wünschen allen betroffenen Familien alles Gute.

Was bedeutet selektiver Mutismus?

Das Wort »Mutismus« stammt vom Lateinischen »mutus« ab, das mit »stumm« übersetzt werden kann. Genau genommen passt der Begriff nicht ganz, denn mutistische Menschen besitzen alle nötigen körperlichen Voraussetzungen, um zu sprechen. Sie tun es aber nicht, da sie von zu großer Angst übermannt werden. Selektiver Mutismus bedeutet also, dass manche Menschen in bestimmten Situationen nicht sprechen und verstummen. Sie werden ganz steif und gucken starr vor sich hin, so wie Selina. Die betroffenen Kinder reden nur mit den engsten Bezugspersonen, nicht aber mit fremden Menschen. Der selektive Mutismus tritt zum ersten Mal sehr oft in den ersten zwei Schuljahren auf. Danach eher seltener.



Wie erkennt man Mutismus?

Selektiven Mutismus zu erkennen ist nicht leicht, denn meist sprechen die betroffenen Kinder in ihrer heimischen, vertrauten Umgebung ja ganz normal und ungehemmt. Dass sie auf Fragen von Erzieherinnen oder Erziehern in der Schule oder im Kindergarten beharrlich schweigen, nicht mit anderen Kindern sprechen oder auch am Spiel nicht teilnehmen, bleibt den Eltern meist lange verborgen. Nicht selten kommt es vor, dass sich andere Kinder als »Sprachrohr« für sie anbieten – wie Nellie bei Selina. Dadurch ist es noch schwieriger, den Mutismus festzustellen. Warnhinweise können sein:

- Schweigen gegenüber bestimmten Menschen oder Personengruppen
- Erhöhtes Mitteilungsbedürfnis zu Hause, das sich schlagartig in fremden Situationen einstellt oder wenn fremde Personen den Raum betreten
- Angst, sich körperlich auszuprobieren, z. B. Fahrrad fahren zu lernen
- Angst, im Mittelpunkt zu stehen und die Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen
- Angst vor körperlicher Nähe zu Fremden, Angst allein zu schlafen, gelegentliches Bettnässen

Ist mein Kind nur schüchtern oder mutistisch?

Schüchterne Kinder scharren wie Nellie mit den Füßen, sie werden rot und drucksen herum. Zwar versuchen sie, sich in ungewohnten Situationen, in denen sie sich unsicher fühlen, vor dem Sprechen zu drücken, antworten jedoch auf Nachfragen, wenn auch gehemmt oder erst wenn sie sich sicherer fühlen. Mutistische Kinder hingegen sprechen nicht, sie entscheiden sich nicht bewusst dazu, nicht zu antworten. Die Situation entscheidet darüber – »selektiert« darüber –, ob die Sprechangst oder der Sprechantrieb gewinnt. Auch Lachen oder Husten geht vor fremden Personen nicht oder nicht gut.



Welche Ursachen kann der Mutismus haben?

Über die Ursachen des selektiven Mutismus ist noch wenig bekannt. Sicher ist, dass dahinter eine soziale Angst steckt.

Genetische Faktoren: Die große Mehrheit mutistischer Kinder verfügt über eine genetische Veranlagung zur Ängstlichkeit und Gehemmtheit. Sie reagieren auf ungewohnte Situationen und fremde Personen extrem ängstlich und verschließen sich kommunikativ. Im Kleinkindalter entwickeln sie häufig eine unangemessen starke Angst, sich von ihren Bezugspersonen zu trennen, obwohl es dafür keinen Grund gibt (Trennungsangst). Sie klammern sich vor allem an die Mutter, werden von Weinanfällen heimgesucht und leiden unter Einschlafstörungen. Im Kindergartenalter manifestiert sich ihre Redeangst. Ihre Angstreaktionen werden durch soziale Kontakte auf dem Spielplatz, im Kindergarten oder in der Schule ausgelöst. Auch wenn es keinen erkennbaren Grund gibt, sind ihre Ängste real.

Biologische Faktoren: Das Angstzentrum (Amygdala) reagiert bei mutistischen Menschen viel heftiger, als es eigentlich zum Selbstschutz nötig ist. Das Kind wird stumm – es kann nicht mit dem beängstigenden Gefühl umgehen, das entsteht, wenn es gefordert ist, zu sprechen.

Psychogene und soziale Faktoren: Viele mutistische Kinder leiden zudem an einer Sprach- und Sprechstörung. Auch Zweisprachigkeit oder ein Migrationshintergrund können eine Ursache des Mutismus sein, wenn die betroffenen Kinder mit der neuen Sprache noch nicht so vertraut sind und sich gehemmt fühlen. Es ist jedoch falsch, hinter selektiven Mutismus gleich Missbrauch oder Traumata zu vermuten!



Wer kann den Mutismus feststellen?

Mutismus kann von einer Kinderärztin, einem Kinderpsychologen oder einer Sprachtherapeutin festgestellt werden, wobei die Störung gerade bei ersteren noch relativ unbekannt ist. Der Kinderarzt von Selina weiß über selektiven Mutismus Bescheid und schickt Selina zu der Therapeutin Frau Bollmer, die mit ihr das Sprechen vor fremden Leuten übt.



Die Diagnose ist gestellt. Wie geht es weiter?

Selektiver Mutismus ist ein anerkanntes Störungsbild, das einer ganz eigenen Dynamik unterworfen ist. Auch wenn jüngere betroffene Kinder wegen ihres zurückhaltenden und sensiblen Wesens durchaus von anderen Kindern geschätzt und gemocht werden, können sie spätestens im Jugendalter schnell in eine »Sackgasse« oder eine »Außenseiterposition« geraten, wenn sie nicht lernen, ihre Sprechangst zu überwinden. Daher ist es wichtig, früh mit der Behandlung zu beginnen. Für Kinder im Schulalter ist eine schulbegleitende Therapie wichtig. Ab der Pubertät erhöht sich zudem das Risiko, zusätzlich zum Mutismus eine Depression oder Sozialphobie zu entwickeln. Aber auch im Jugend- und Erwachsenenalter ist es möglich, Mutismus noch zu behandeln und zu überwinden!

Welche therapeutischen Angebote gibt es?

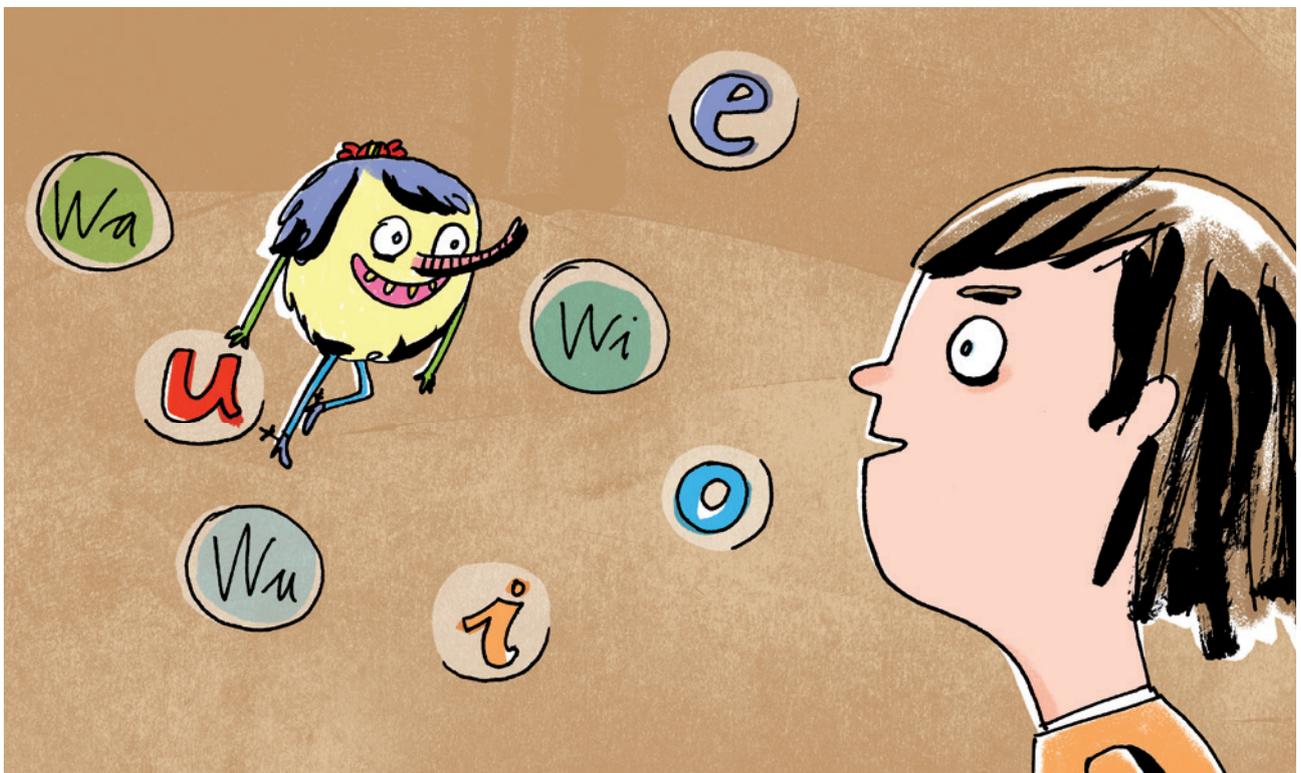
Es gibt verschiedene Methoden, selektiven Mutismus zu behandeln. Je nach vermuteter Ursache und Störungsverständnis unterscheiden sich die Therapieansätze.

Leider noch zu häufig wird Mutismus als Folge eines Traumas angenommen. Hier wird meist **spieltherapeutisch** versucht, die verdeckte seelische Verletzung aufzuspüren.

Wenn ein Konflikt innerhalb der Familie als Ursache vermutet wird, wird eine **Familientherapie** empfohlen.

Im Gegensatz zu diesen beiden Behandlungsvarianten sucht die **Sprachtherapie** nicht nach Konflikten oder Traumata, die das Verstummen ausgelöst haben. Hier wird vom »Ist-Zustand« ausgegangen. In kleinen Schritten wird das mutistische Kind an das Sprechen herangeführt, so wie Selina. Erst macht es Geräusche nach oder sagt den Anfangsbuchstaben eines Bildsymbols. Dann folgen Silben, wie »wa« oder »wu«, Ein-Wort-Sätze, wie »Zicke-zacke-hu!«, und später kurze bis längere Sätze. Das Kind liest der Therapeutin oder dem Therapeuten kurze Textpassagen vor, bevor es sich an das freie Sprechen wagt. Wenn dies gut gelingt, wird das Sprechen in Alltagssituationen geübt. So probiert Selina, beim Einkaufen »Bitte« und »Danke« zu sagen. Weiter in der Therapie fortgeschritten bestellt sie sich sogar ihr eigenes Eis.

Grundgedanke der **Verhaltenstherapie** ist es, dass es sich bei Mutismus um ein erlerntes Verhalten handelt, das auch wieder verlernt werden kann. Auch hier gehen die Therapeutinnen und Therapeuten in kleinen Schritten vor. Die betroffenen Kinder werden angstauslösenden Situationen ausgesetzt und durch Lob unterstützt. So lernen sie nach und nach, mit ihrer Angst umzugehen. Diese Art der Behandlung wird auch »Desensibilisierung« oder »Konfrontationstherapie« genannt.



Wie können Eltern unterstützen?

Als Eltern können wir das betroffene Kind unterstützen, indem wir eine vertrauensvolle Umgebung schaffen und dem Kind mit viel Wohlwollen, Gelassenheit und Geduld entgegenreten. Dazu gehört es auch, den selektiven Mutismus nicht zu verheimlichen oder uns dafür zu schämen. Es ist wichtig, offen über die Sprechangst des betroffenen Kindes und über die damit verbundenen Probleme zu reden, denn oft ist Mutismus anderen noch nicht bekannt. So können wir als Eltern z.B. das Gespräch mit den Lehrerinnen, Erziehern oder Eltern der Freunde unseres Kindes suchen, um Schwierigkeiten vorzubeugen. Durch Verständnis und Empathie kann eine sichere Atmosphäre entstehen, in der das Sprechen leichter fällt. Wenn die Erzieherinnen und Erzieher unseres Kindes dazu bereit sind, können Besuche zu Hause Vertrautheit schaffen.



Doch am allerwichtigsten ist es, das mutistische Kind nicht zu zwingen, zu sprechen! Drängen und Druck erhöhen üblicherweise nur die Sprechangst. Wenn wir es zu Hause fragen, ob es heute in der Schule gesprochen hat, bauen wir unnötigerweise Druck auf. Stattdessen sollten wir versuchen, geduldig und einfühlsam zu bleiben. Wir können unser Kind loben, wenn es sich traut, zu sprechen, sollten es aber auch nicht übertreiben, denn Sprechen sollte als etwas ganz Normales wahrgenommen werden. Durch Schreiben, leises Lesen, Zeichnen und Brettspiele kann das mutistische Kind in kleinen Schritten an das Sprechen herangeführt werden. So kann die Angst langsam gemindert werden. Sprechen Sie deshalb auch nicht stellvertretend für das mutistische Kind, sondern geben Sie ihm Zeit, diesen Schritt selbst zu schaffen.

Hilfreich ist es auch, zunächst das Sprechen in sozialen Situationen zu fördern, in denen es dem Kind leichter fällt, sein Schweigen zu überwinden. Wenn es z.B. gern bei Opa ist, kann sich dieser mit dem Kind spannende Geschichten ausdenken!

Gespräche mit Personen, mit denen das mutistische Kind in Kontakt tritt, sind wichtige Quellen, um herauszufinden, wieso es nicht spricht, ob es selektiv mutistisch oder nur sprechscheu ist, ob es an einem kognitiven Defizit leidet, Probleme mit der Sprache hat oder gerade eine emotionale Stresssituation durchlebt.

Welche Techniken können die Angst reduzieren?

- Machen Sie zusammen Atem- und Entspannungsübungen.
- Üben Sie, wie das Kind mit Problemen umgehen kann, die sich in der Welt draußen durch seine Sprechangst auftun können.
- Trainieren Sie mit dem Kind, positiv zu denken: »Ich kann das!«
- Seien Sie kreativ: Malen, Schreiben oder Tanzen sind alternative Möglichkeiten, sich auszudrücken.
- Hören Sie zu und bringen Sie Verständnis dafür auf, dass Ihr Kind nicht spricht. Akzeptieren Sie die Angst.
- Üben Sie mit dem Kind, wie es sich in unsicheren Situationen kommunikativ verhalten kann.
- Ziehen Sie eine Psychologin oder einen Sprachtherapeuten zu Rate.



Was können pädagogisch Arbeitende tun?

Die meisten selektiv mutistischen Kinder wollen sprechen. Sie können es aber nicht, da ihre Angst zu groß ist und sie übermannt. Es ist wichtig, sich dies immer wieder vor Augen zu führen.

Pädagogisch Arbeitende können das Gespräch mit dem mutistischen Kind suchen. Sie können ihm sagen, dass es vor einer größeren Gruppe manchmal einiges an Überwindung kostet, zu sprechen. Dass sie diese Angst verstehen und gut nachvollziehen können. Vielleicht haben sie selbst schon einmal eine solche Situation erlebt und können dem mutistischen Kind davon erzählen, damit es sich verstanden fühlt.

Auch hier ist es wieder wichtig, das Kind nicht unter Druck zu setzen. Es sollte nicht versucht werden, das Kind durch Belohnung oder Bestrafung zum Sprechen zu bewegen. Stattdessen kann es z.B. gefragt werden, ob es sich vorstellen kann, irgendwann in der Zukunft zu sprechen. Erzieherinnen oder Lehrer können dem Kind dabei ihre Unterstützung anbieten. Vielleicht empfindet das Kind am wenigsten Sprechangst, wenn es auf einem bequemen Stuhl im Nebenraum sitzt. Dort können kleine mündliche Aufgaben erledigt werden. Auch können einzelne Mitschülerinnen und Mitschüler in diesen Raum in Kontakt mit dem mutistischen Kind gebracht werden.

Hier einige Tipps für pädagogisch Arbeitende:

- Seien Sie aufmerksam: Welche sozialen Situationen sind für das Kind am schwierigsten? Welche weniger schwierig und welche am unkompliziertesten?
- Stellen Sie eine sichere Umgebung her. Versuchen Sie z.B. nicht, das Kind verbissen zum Sprechen zu bewegen!
- Zeigen Sie Geduld und Ausdauer, Fantasie und Einfühlungsvermögen. Seien Sie auch offen für nonverbale »Ausweichtechniken«, bis sich das Kind im Gebrauch der Sprache sicher genug fühlt. Manche Kinder singen lieber als zu sprechen. Lieder, in denen ebenso Gesten und Bewegungen integriert sind, können hier besonders hilfreich sein. Auch Handpuppen können eine gute Möglichkeit sein, mit dem Kind zu kommunizieren.
- Entwickeln Sie ein Gespür dafür, wann das Kind solche »Ausweichtechniken« braucht.
- Achten Sie darauf, dass das mutistische Kind nicht allein seine Pausen im Klassenzimmer oder auf der Spielwiese verbringt.
- Bestehen Sie nie auf Augenkontakt beim Sprechen!
- Seien Sie sehr vorsichtig bei Ihrer Reaktion, wenn Sie das Kind sprechen hören. Machen Sie kein »Spektakel« daraus, denn dieses würde die Sprechangst nur wieder erhöhen. Freuen Sie sich stattdessen innerlich und still über die Fortschritte. So lernt das Kind, dass Sprechen etwas ganz Normales ist.
- Greifen Sie bei Hänseleien frühzeitig und konsequent ein!



Quellen:

HARTMANN, B.; LANGE, M. (2007): Mein Kind hat Mutismus. Die zehn wichtigsten Fragen. Das Mutismus-Jahrbuch 2007. Neuss: Mutismus Selbsthilfe Deutschland e.V.

LANGE, M. (2002): Leitlinien für Pädagogen. Wie geht man das Problem an? www.mutismus.de/mutismus/leitlinien-fuer-paedagogen (12.03.2019).