**Как помочь ребенку заговорить?**

Селективный мутизм — относительно редкое расстройство детского возраста. Оставленная без лечения болезнь ассоциируется с более высоким риском возникновения других психических расстройств, особенно тревожных, равно как и с продолжающимся ухудшением социального и академического функционирования. Диагностическая оценка требует наличия опыта, восприимчивости и подробной информации от родителей и учителей, а также от самого ребёнка. Предпочтительным методом лечения является структурированный подход, сфокусированный на постепенном воздействии на задачу, вызывающую страх (речь), с условным подкреплением. Зная симптомы и проявления селективного мутизма вы сможете своевременно помочь своему ребёнку, обратившись к специалисту.

Информация и советы для родителей детей с мутизмом.

Как найти профессионала в лечении мутизма?

        Элективный мутизм на протяжении многих лет практически не изучался. Лишь сравнительно недавно медицинское сообщество изменило отношение к причинам отказа детей говорить и были разработаны эффективные подходы к лечению мутизма речи. Постоянно растущий объем знаний и опыта педагогов-психологов, преподавателей, у работников здравоохранения - это позитивный факт, но родители должны быть готовы к тому, что даже профессионалы в своей области, не всегда имеют достаточно современных знаний и опыта работы с мутизмом. Поэтому родители должны быть готовы к долгим поискам искать учителей, педагогов-психологов и работников здравоохранения, которые постоянно учатся, совершенствуют и развивают свои профессиональные знания, чтобы обеспечить соответствующую поддержку детям с мутизмом. Какие дети страдают мутизмом? Элективный мутизм является относительно редким, влияющим примерно на 1 из 150 детей состоянием. В большинстве начальных школ есть как минимум один ребенок с мутизмом. Сегодня эксперты отмечают, что мутизм чаще встречается у девочек и детей из этнических меньшинств, или среди тех, кто недавно переехал из страны своего рождения. Когда мутизм начинается? Мутизм обычно происходит в раннем детстве и впервые становится заметным, когда ребенок начинает взаимодействовать вне семейного круга - например, когда они начинают ходить в детский сад или школу. Мутизм может длиться несколько месяцев, но, если его не лечить, может продолжаться и в зрелом возрасте. Каковы признаки мутизма? Дети с элективным мутизмом часто имеют социальные тревоги, отмечаются дополнительные речевые и языковые трудности.

         Детям с мутизмом трудно смотреть в глаза другому ( не в состоянии смотреть прямо, открыто). Окружающим могут показаться: ∙ нервными ∙ социально неуклюжими ∙ "колючими" ∙ чрезмерно застенчивыми и замкнутыми, от страха от необходимости говорить ∙ серьезными ∙ упрямыми или агрессивными, истеричными ∙ заторможенными.

 Избирательный мутизм. (какие причины вызывают мутизм?)

∙ Не всегда ясно и очевидно, что вызывает у некоторых детей избирательный мутизм, хотя, как известно, данное состояние здоровья связано с беспокойством.

 ∙ Ребенок, как правило, наследует склонность испытывать тревогу от членов семьи.

 ∙ Многие дети становятся очень огорчены, когда разлучаются со своими родителями и передают эту тревогу взрослым, которые пытаются решить их в новых условиях. Если у них есть проблемы расстройствами речи или слуха, это только делает их еще более напряженным и ведет к расстройствам речи.

∙ Некоторые дети имеют проблемы с обработкой сенсорной информации, такой как громкий шум или "толкотня" в толпе - состояние, известное как сенсорная дисфункции интеграции. Это может сделать их "закрытыми" и не в состоянии говорить, когда они перегружены в оживленной окружающей среде.

 ∙ Сегодня нет никаких научных свидетельств того, что дети с мутизмом, скорее всего, больше пострадали от жестокого обращения, пренебрежения или травмы, чем любой другой ребенок.

 ∙ Когда мутизм происходит как симптом посттравматического стресса, он может принимать разнообразный характер когда ребенок вдруг перестает говорить в условиях, которые ранее для них не были проблемными.

∙ Другое распространенное заблуждение про мутизм в том, что избирательное отношение к желанию говорить имеет прямую связь с аутизмом. Важно понимать: мутизм и аутизм это совершенно разные заболевания, которые имеют разную природу. Нет никакой связи между мутизмом и аутизмом, хотя эти два условия могут возникать у одного ребенка.

**Что могут сделать родители для лечения мутизма?**

 ∙ Если не лечить, элективный мутизм может привести к изоляции, низкой самооценке и социальным тревожным расстройствам.

 ∙ Мутизм может сохраняться в подростковом возрасте и зрелом возрасте.

 ∙ Если диагностировать мутизм в раннем возрасте и надлежащим образом заниматься лечением, дети могут успешно преодолеть этот "беспорядок" психики.

 ∙ Элективный мутизм лечится совместно - семьей, школой, медиками, только совместная работа позволит уменьшить беспокойство ребенка.

*Диагностика мутизма.*  Если вы подозреваете, что ваш ребенок имеет мутизм, а вы сами не в состоянии оказать ему помощь, или если есть дополнительные проблемы - обязательно обратитесь за диагнозом к квалифицированному терапевту речи и языка. Не нужно думать, что ваш ребенок в отличие от других просто перерастет свой мутизм. Более старшие дети с мутизмом также должны быть показаны психиатру или психологу. Элективный мутизм должен быть диагностирован в соответствии с конкретными рекомендациями. Они включают в себя наблюдения за подобными симптомами мутизма: ∙ Ваш ребенок не говорит в конкретных ситуациях, например, на школьных уроках, или когда они должны выступать или просто общаться на людях. ∙ Ваш ребенок может нормально говорить в ситуациях, в которых он чувствуют себя комфортно - наедине у себя дома или в пустом классе ∙ Неспособность говорить вмешивается в способности функционировать в общественной обстановке ∙ Неспособность говорить длится, **по меньшей мере, два месяца** ∙ Неспособность говорить не объясняется другим поведенческим, психическим или когнитивным расстройством.

*Как лечить мутизм?* Эффективность лечения мутизма зависит от:

∙ как долго ваш ребенок имел избирательный мутизм

∙ имеет ли он дополнительные трудности при обучении или тревогу

 ∙ степени сотрудничества всех имеющих отношение к ребенку

При соответствующем внимании и лечении, большинство детей преодолевают избирательный мутизм - но чем они старше, тем больше времени требуется, чтобы избавиться от мутизма речи. Дети должны постепенно переходить от молчания в своей школе или в детском саду, к тому, чтобы говорить отдельные слова и фразы в обществе одного человека, чтобы в конце концов оказались в состоянии свободно говорить в любом обществе во всех местах. Лечение мутизма не сосредоточено строго говоря на себе, а направлено на уменьшение тревоги, которую ваш ребенок должен перестать ощущать во время общения. Необходимости индивидуального лечения мутизма можно избежать, если семья и необходимые специалисты в первые годы "настройки" работают вместе, чтобы уменьшить эту тревогу, создавая благоприятную среду для ребенка.

 Это значит:

∙ не давая ребенку знать, что вы озабочены

∙ заверять его, что он будет в состоянии говорить, когда станет готов

∙ сосредоточиться на получении удовольствия

 ∙ хвалить все усилия ребенка, поощряя присоединиться и взаимодействовать с другими (например, играть в игрушки, подвижные командные игры)

∙ не показывая ни малейшего удивления, когда ребенок говорит, а затем перестает

* важно понимать, что ребёнок находится в тревожном состоянии, и не давить на него ещё сильнее.
* постараться снизить уровень тревоги, подобрать его индивидуальный «ключик».  Больше внимания воспитателя, частичное присутствие родителя в детском саду (такое практикуется всё чаще и чаще), любимая игрушка.
* поощрение за любой звук, слова или другие проявления попыток говорить в тревожной ситуации.
* проговаривайте за ребёнка то, что, как вам кажется он чувствует и желает. Например, « ты злишься на папу, ты волнуешься…».
* обратитесь к специалисту — детскому психологу или психиатру.

        Наиболее эффективные формы лечения мутизма: это поведенческая и когнитивно-поведенческая помощь, которая направлена на укрепление желаемого поведения и устранение нежелательного поведения. Главный принцип поведенческой терапии мутизма - вместо того, чтобы акцентировать внимание ребенка на прошлом и на проблемах, концентрируйтесь на оказании помощи вашему ребенку бороться с трудностями в практическом плане, делая шаг за шагом, чтобы помочь ему преодолеть свои страхи. Когнитивная поведенческая помощь помогает пострадавшим лицам, сосредоточиться на том, что они думают о себе, о мире и других людях и как их восприятие этих вещей влияет на их мысли и чувства.

Что могут сделать родители для лечения мутизма?

∙ Если не лечить, элективный мутизм может привести к изоляции, низкой самооценке и социальным тревожным расстройствам.

 ∙ Мутизм может сохраняться в подростковом возрасте и зрелом возрасте.

 ∙ Если диагностировать мутизм в раннем возрасте и надлежащим образом заниматься лечением, дети могут успешно преодолеть этот "беспорядок" психики.

 ∙ Элективный мутизм лечится совместно - семьей, школой, медиками, только совместная работа позволит уменьшить беспокойство ребенка. Диагностика мутизма Если вы подозреваете, что ваш ребенок имеет мутизм, а вы сами не в состоянии оказать ему помощь, или если есть дополнительные проблемы - обязательно обратитесь за диагнозом к квалифицированному терапевту речи и языка. Не нужно думать, что ваш ребенок в отличие от других просто перерастет свой мутизм. Более старшие дети с мутизмом также должны быть показаны психиатру или психологу. Элективный мутизм должен быть диагностирован в соответствии с конкретными рекомендациями. Они включают в себя наблюдения за подобными симптомами мутизма:

∙ Ваш ребенок не говорит в конкретных ситуациях, например, на школьных уроках, или когда они должны выступать или просто общаться на людях. ∙ Ваш ребенок может нормально говорить в ситуациях, в которых он чувствуют себя комфортно - наедине у себя дома или в пустом классе ∙ Неспособность говорить вмешивается в способности функционировать в общественной обстановке

∙ Неспособность говорить длится, по меньшей мере, два месяца

 ∙ Неспособность говорить не объясняется другим поведенческим, психическим или когнитивным расстройством. Как лечить мутизм? Эффективность лечения мутизма зависит от:

 ∙ как долго ваш ребенок имел избирательный мутизм

∙ имеет ли он дополнительные трудности при обучении или тревогу

∙ степени сотрудничества всех имеющих отношение к ребенку При соответствующем внимании и лечении, большинство детей преодолевают избирательный мутизм - но чем они старше, тем больше времени требуется, чтобы избавиться от мутизма речи. Дети должны постепенно переходить от молчания в своей школе или в детском саду, к тому, чтобы говорить отдельные слова и фразы в обществе одного человека, чтобы в конце концов оказались в состоянии свободно говорить в любом обществе во всех местах. Лечение мутизма не сосредоточено строго говоря на себе, а направлено на уменьшение тревоги, которую ваш ребенок должен перестать ощущать во время общения. Необходимости индивидуального лечения мутизма можно избежать, если семья и необходимые специалисты в первые годы "настройки" работают вместе, чтобы уменьшить эту тревогу, создавая благоприятную среду для ребенка.

Наиболее эффективные формы лечения мутизма: это поведенческая и когнитивно-поведенческая помощь, которая направлена на укрепление желаемого поведения и устранение нежелательного поведения. Главный принцип поведенческой терапии мутизма - вместо того, чтобы акцентировать внимание ребенка на прошлом и на проблемах, концентрируйтесь на оказании помощи вашему ребенку бороться с трудностями в практическом плане, делая шаг за шагом, чтобы помочь ему преодолеть свои страхи. Когнитивная поведенческая помощь помогает пострадавшим лицам, сосредоточиться на том, что они думают о себе, о мире и других людях и как их восприятие этих вещей влияет на их мысли и чувства.