

Im więcej czytam o MW tym częściej mam podejrzenia, że też miałam mutyzm bądź coś do niego podobnego.

Nie wiem kiedy dokładnie to się zaczęło, ale zawsze określano mnie jako dość nieśmiałe dziecko. Wcześniej nauczyłam się czytania i pisanie, i rodzice planowali wysłać mnie do podstawówki rok wcześniej, ale po kontroli w poradni psycholog doradziła im przetrzymanie mnie jeszcze rok w przedszkolu i wysłanie do szkoły z rówieśnikami. Tak się więc stało. Uczennicą byłam dobrą jednak szkoła od samego początku działała na mnie paralizująco. Gdy miałam odezwać się do nauczyciela przy odpowiedzi ustnej czy też tak swobodnie na przerwie to aż mnie paraliżowało: cała sztywniałam, czerwieniałam na twarzy, głos zamierał mi w gardle i bywało że wręcz chrypiałam zamiast mówić. Z czasem te problemy zaczęły się też przenosić na życie pozaszkolne: miałam duże problemy z odezwaniem się do osób dorosłych w szczególności obcych. W tamtych czasach (lata 80te) nikomu do głowy nie przyszło wysłać mnie do psychologa. Ojciec nazywał mnie «upartym cielęciem» i bił jeśli moje zachowanie nie było takie jak powinno (np. nie przywitałam się z gościem we właściwy sposób) w szkole obniżano mi oceny za kiepskie odpowiedzi ustne lub wręcz ich brak. Strach przed szkołą nasilał się z roku na rok bo nikt nie tolerował dziecka mającego problemy z wypowiedzią na forum klasy. Równolegle chodziłam do szkoły muzycznej gdzie nikt nie zmuszał mnie do mówienia, za to grając na fortepianie czy też śpiewając mogłam w końcu wyrazić siebie. Nie przepadałam za gra przed publicznością, ale nie paraliżowało mnie to tak jak przy mówieniu przed publicznością.

W 7 klasie zmieniłam szkołę i trafiłam do nowej klasy z nowymi kolegami, a co najważniejsze z nową wychowawczynią, która szybko zorientowała się w czym problem i potrafiła przekonać nauczycieli do odpytywania mnie np. na przerwach. Z pomocą wychowawczynie stawałam się odważniejsza i nawet byłam w stanie zapisać się do kółka teatralnego, bo jak się okazało na scenie, grając kogoś innego, zapomniałam o strachu i głos mnie nie zawodził. Niestety podstawówka się skończyła, a ja poszłam do nowej szkoły, do liceum gdzie nikogo nie obchodziły moje problemy. Z obcymi ludźmi dokoła moje lęki ponownie się nasiliły. Oceny gwałtownie poszły w dół bo nie byłam w stanie się odezwać do nauczycieli. Wielu z nich preferowało odpowiedzi ustne i nie zamierzało się dostosowywać do uczennicy z problemami więc zaczęłam dostawać coraz więcej ocen niedostatecznych za odpowiedzi. Wywoływało to u mnie tak duży stres że zaczęłam go

somatyzować: chorowałam na coraz to dziwniejsze choroby i dopiero gdy dostałam grzybiczego zapalenia płuc pediatra, która się mną zajmowała, zapytała moją mamę co jest nie tak że ja tak ciągle choruję coraz ciężiej i ciężiej. Im więcej chorowałam tym częściej mnie nie było w szkole, a każdą nieobecność nasilała mój lęk przed szkołą. Dostałam nerwicy tak ciężkiej że w końcu trafiłam pod opiekę psychiatryczną, a potem do szpitala, gdzie w końcu przestałam chorować i bez problemów zaliczyłam drugą klasę liceum. Tam dopiero zorientowano się, że głównym moim problemem jest paraliżujący mnie lęk. Nigdy nie zdiagnozowano u mnie mutyzmu selektywnego mimo że słowem się nie odezwałam do pierwszej pani psycholog, która się mną zajmowała i dopiero jednemu z kolejnych psychologów udało się do mnie dotrzeć na tyle żebym zaczęła z nim rozmawiać bez lęku paraliżującego mi gardło.

Z diagnozą nerwicy szkolnej oraz całego zespołu fobii wypisano mnie ze szpitala, ale moja dawna szkoła nie chciała mnie przyjąć z powrotem, bo jak powiedziała moja wychowawczyni nie są w stanie nic zaoferować dziecku leczonemu psychiatrycznie. Z polecenia ciotki będącej nauczycielką trafiłam do podrzędnego liceum, w którym trafiłam na wspaniałą wychowawczynię i pedagogów którzy gdy tylko zorientowali się w moich problemach pomogli moim rodzicom załatwić indywidualny tok nauki. Po pewnym czasie spotykania się z nauczycielami jeden na jeden zaczęłam się do nich odzywać, dzięki nim skończyłam liceum z bardzo dobrymi wynikami i dostałam się na świetne studia (medycyna). Na studiach większość egzaminów była testowa więc mój problem jakby przysechł, a z czasem nauczyłam się zagadywać strach i mimo że początkowo wiązało się to z nieustającą chrypa i bólem gardła (bo strach ścisnął mi krtań) to udało mi się nauczyć mówić na nowo. Jednak każdy kontakt z ludźmi jest do tej pory (mam już prawie 33 lata) dla mnie ogromnym stresem. Jeśli muszę iść coś załatwić to muszę sobie napisać na karteczce co mam powiedzieć albo gdy idę to sobie układam całą przemowę pod nosem bo gdy mam porozmawiać z kimś obcym to moje gardło się «sznuruje». Czasami przed wyjściem odgrywam przed lustrem całe sceny.

Moi rodzice nigdy nie rozumieli tego co się ze mną dzieje. Uważali że przesadzam i wymyślam problemy. Ojciec był zwolennikiem silnej ręki więc kara fizyczna była według niego najodpowiedniejszym sposobem na «uparte» dziecko które «nie chce» mówić. Z tego co dowiedziałam się z czasem od jego mamy, mojej babci to on sam późno zaczął mówić i długo miał problemy z mówieniem, ale mój dziadek «leczył go» z «nieśmiałości» w taki sam sposób: pasem. Z czasem ojciec zaczął zagłuszać swój «ból istnienia» alkoholem, potem rozpił się i alkohol był

przyczyna jego śmierci. Ale im starsza jestem i im więcej wiem na temat mutyzmu tym częściej widzę, że ojciec też wykazywał cechy związane z MW: trudne nawiązywanie relacji emocjonalnych i trudne ich utrzymywanie, późny rozwój mowy, a potem problemy z wypowiedziami ustnymi i rozmowami z innymi ludźmi, nie lubił utrzymywać kontaktu wzrokowego. Jednocześnie kochał regularność we wszystkim co go dotyczyło, uwielbiał życie wg reguł (był wojskowym i dzieckiem wojskowego, mnie też wysłał do harcerstwa) i porządek co szło w parze z bardzo wysokim poziomem inteligencji. I widzę, że ja też mam podobne objawy (poza późnym rozwojem mowy bo z tego co mama mi mówiła to zaczęłam mówić. bardzo wcześnie) i chociaż w porównaniu do ojca można by mnie określić mistrzem nawiązywania relacji emocjonalnych to wciąż odbiegają one od normy i nawiązuję je z dużymi trudnościami, nie przywiązuję się tak do ludzi, ale jak już się z kimś związę, to na zawsze: moje przyjaźnie przetrwały do teraz, przetrwały także probe odległości.

Teraz sama jestem matka i zmagam się z mutyzmem wybiórczym mojego 4 letniego synka, który dopiero po roku nauki w ecole maternelle (odpowiednik przedszkola) po raz pierwszy odezwał się do swojej nauczycielki, który bardzo długo rozmawiał tylko ze mną i swoim tata, i dopiero od niedawna zaczął się odzywać do swojego wujka i cioci (rodzeństwo męża), ale nadal nie rozmawia z żadną inną osobą w rodzinie. A zaczął przedszkole w wieku lat 3 i początkowo nie rozmawiał z nikim. Nauczycielki zwały problem na barierę językową, że A nie zna francuskiego ale jeszcze się «rozgada». Tak samo pediatra bagatelizował problem i nazywał A nieśmiałym. Ja jednak zauważyłam że w szkole gardło synka się sznuruje dokładnie jak kiedyś moje. Początkowo synek nie był w stanie rozmawiać nawet ze mną jeśli przebywaliśmy na terenie szkoły, ale wystarczyło wyjść z terenu szkoły i zaczynał nawijać. Dopiero po jakimś czasie synek zaczął rozmawiać ze mną w szkole, ale mówił cicho pod nosem i trudno mi było go zrozumieć. Pod koniec PS (Petite Section - «maluchy») po raz pierwszy odezwał się do mnie przy swojej pani. Nauczycielka była tym bardzo zaskoczona ponieważ uważała synka za dziecko opóźnione w rozwoju «niemówiące» bo nie wierzyła w moje zapewnienia, że synek poza szkołą mówi perfect w 2 językach (język polski i arabski), a w całości zna 4 (oprócz języka matki i ojca, rozumiał wtedy francuski i angielski). Od tego momentu nauczycielki zaczęły większą uwagę przykładac do pracy z synkiem czego efektem było to, że przed zakończeniem roku szkolnego synek po raz pierwszy odezwał się do swoich kolegów w klasie. Niestety po wakacjach gdy synek wszedł do SM (Section Moyenne «średniaki») zmieniła się pani i koledzy i wszystko zaczęło się od początku: synek ponownie nie odzywał się do nikogo. Dopiero po jakimś czasie A zaczął rozmawiać z innymi dziećmi. Dużo się zmieniło gdy

poznał innego chłopca mówiącego po polsku (rok młodszego), a potem zaczął też nawiązywać bliższy kontakt z kolegami z klasy. Polski kolega synka był po operacji migdałków i mocno chrypiał, a to sprawiło że synek jakby zrozumiał że nawet chrypiąc można się odezwać do kogoś i do był punkt przełomowy: gdy pewna osoba otworzyła nam drzwi kiedy wchodziliśmy do domu synek wychrypiał «merci» (dziękuję). To był pierwszy raz kiedy synek w ogóle odezwał się do kogoś obcego. Za namową koleżanek zaczęłam go uczyć czytać i to też ma duży wpływ na jego odwagę w kwestii mowy: nauczył się słuchać swój głos, nagrywam go jak czyta (jest na etapie samogłosek, wyrazów dźwiękonaśladowczych oraz sylab z P i M) a potem sam to odsłuchuje. Tuż po tym jak zabraliśmy się za czytanie, jakoś przed feriami Gwiazdkowymi 2014 po raz pierwszy odezwał się do swojej nauczycielki. Aktualnie (luty 2015) synek jest w stanie rozmawiać z różnymi dziećmi (także obcymi), odpowiada na pytania zadane przez nauczycielkę normalnym głosem, ale nigdy nie inicjuje rozmowy z nią. Nie rozmawia natomiast z nikim innym z obsługi szkolnej. Od niedawna zaczął rozmawiać ze swoim wujkiem (młodszym bratem męża) a potem też z ciocia (siostra męża). A podczas badan sezonowych «rozmawiał» z okulistka: cicho, i przy tym mocno chrypiał, ale jednak mówił. Potem podczas badania u psycholog udało mu się mocno chrypiąc policzyć na głos do 4. Zdarza mu się też powiedzieć «bonjour» (dzień dobry) lub «au revoir» (do widzenia) kobiecie opiekującej się naszym budynkiem albo «merci» (dziękuję) gdy ktoś otworzy mu drzwi. Z rodzicami (mną i mężem) oraz w kontaktach z dziećmi buzia mu się nie zamyka. Świetnie mówi po polsku, arabsku i francusku i rozumie po angielsku. Jednak poza nami i opisanymi «wyjątkami» świat mojego synka to jest świat ciszy: nie odzywa się ani do swoich dziadków ani do żadnej obcej dorosłej osoby. Aktualnie (luty 2015) czekamy na pisemną opinię psychologa z badan oraz na kontrole pediatry szkolnego, który ma ocenić jego rozwój i postanowić co dalej.