

Liebe/r _____

Ich möchte dir gern etwas über mich erzählen. Ich möchte aber nicht, dass du es der ganzen Klasse sagst. Das wäre für mich ganz schlimm. Vielleicht erst, wenn wir mit meinen Eltern einmal darüber gesprochen haben. Aber ich wünsche mir, dass du besser verstehst, was mit mir manchmal los ist und warum ich oft nicht genau so sein kann wie die anderen Kinder in meiner Klasse.

Ich habe nämlich einen Schweige-Geist dabei, der sorgt dafür, dass ich in vielen Situationen nicht sprechen kann. Das ist oft ganz schön blöd für mich. Viele glauben, ich bin schüchtern, manche denken vielleicht auch, ich bin unhöflich oder bockig oder so etwas, aber das bin ich gar nicht.

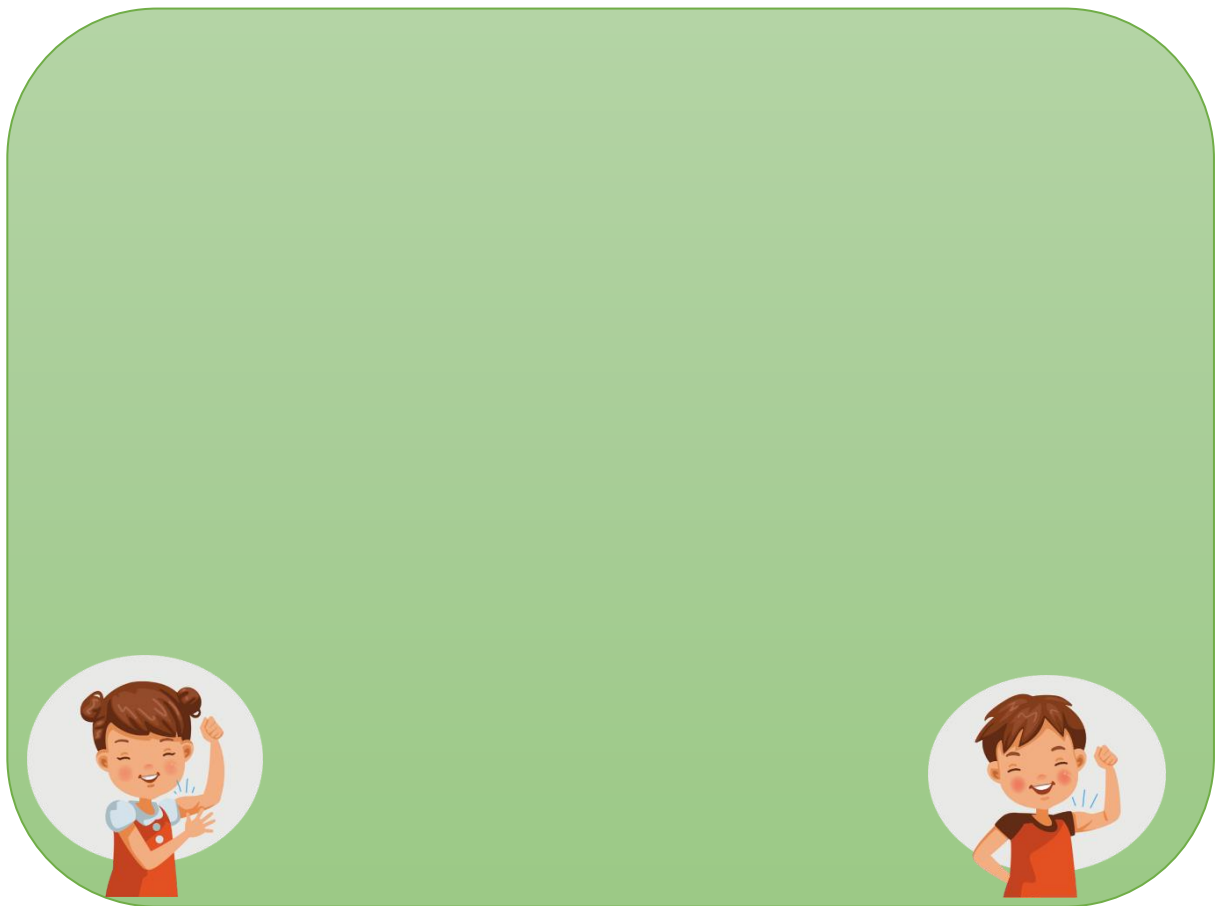
Wenn ich zu Hause bin, bei meiner Familie, ist der Schweige-Geist ganz mini klein. Zu Hause fühle ich mich sicher. Da rede ich auch manchmal ganz schön viel. Aber in manchen Situationen, sagt mir mein Kopf, dass sie gefährlich sind. Ich bekomme Angst und kann dann nicht sprechen, auch wenn ich es will. Ich kann dir dann auch nicht so richtig in die Augen schauen und mein ganzer Körper fühlt sich ganz starr an. Vielleicht hilft es, wenn ich ein Bild nehme: Stell dir vor, ich habe eine Spinnenphobie, und wenn ich in die Schule komme, ist es manchmal für mich so, als würde man mir immer wieder eine Spinne vor die Nase halten. Manchmal weiß ich auch gar nicht, warum ich gerade nicht sprechen kann. Ich weiß, dass ich das Sprechen üben muss, denn ich will ja sprechen, aber manchmal ist so ein Schultag auch ganz schön anstrengend für mich.

Ich kann mich nämlich meist nicht wehren, wenn jemand etwas Blödes zu mir sagt. Oder wenn mir mal was passiert, kann ich es nicht erklären. Wenn jemand ungerecht zu mir ist, kann ich nichts sagen und die doofen Gefühle können dann richtig lange in mir drin bleiben. Das ist manchmal wirklich nicht schön. Und ich kann auch oft nicht fragen, wenn ich Hilfe brauche oder etwas wissen möchte. Und ich kann dir und der Klasse meistens auch nicht von den tollen Dingen berichten, die ich weiß oder erlebt habe.

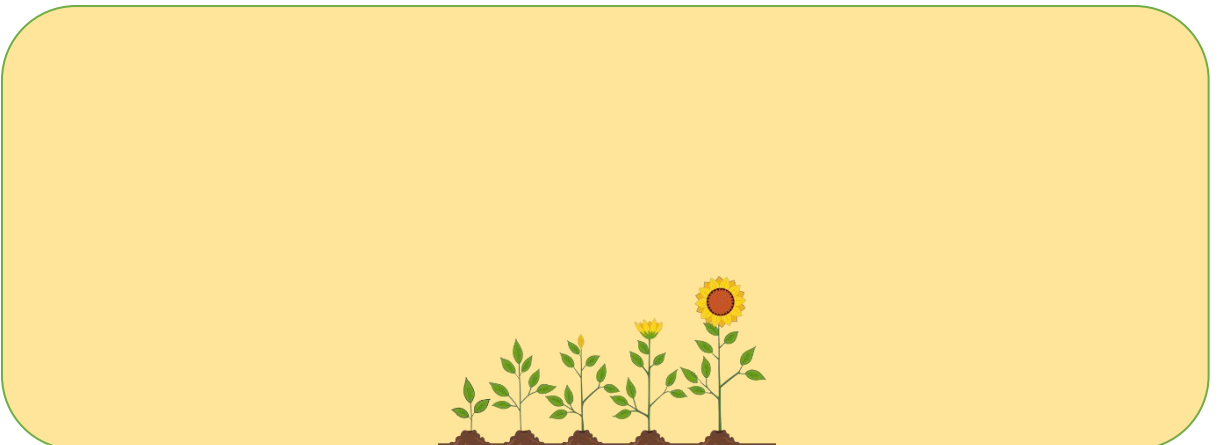
Manchmal habe ich auch Angst, zu sprechen, weil dann ja alle gleich gucken oder was sagen. Und sobald ich Aufmerksamkeit bekomme oder mich alle anschauen, kann ich nicht mehr weiter sprechen. Am liebsten wäre mir, alle würden so tun, als wäre das ganz normal, wenn ich mal sprechen kann. Ich weiß, dass das nicht so einfach ist, weil ich ja sonst so still bin, aber das würde ich mir wünschen, wenn ich könnte.

Ich bin nämlich eigentlich ein ganz schlaues Kind und ich beobachte total viel. Aber wenn ich im Unterricht mal was weiß, kann ich nichts sagen, und da fühle ich mich manchmal richtig traurig, weil du ja gar nicht sehen kannst, was ich alles weiß und kann.

Ich schreibe dir hier mal auf, was ich in der Schule schon kann und bei wem es mir möglich ist, zu sprechen oder zu flüstern:



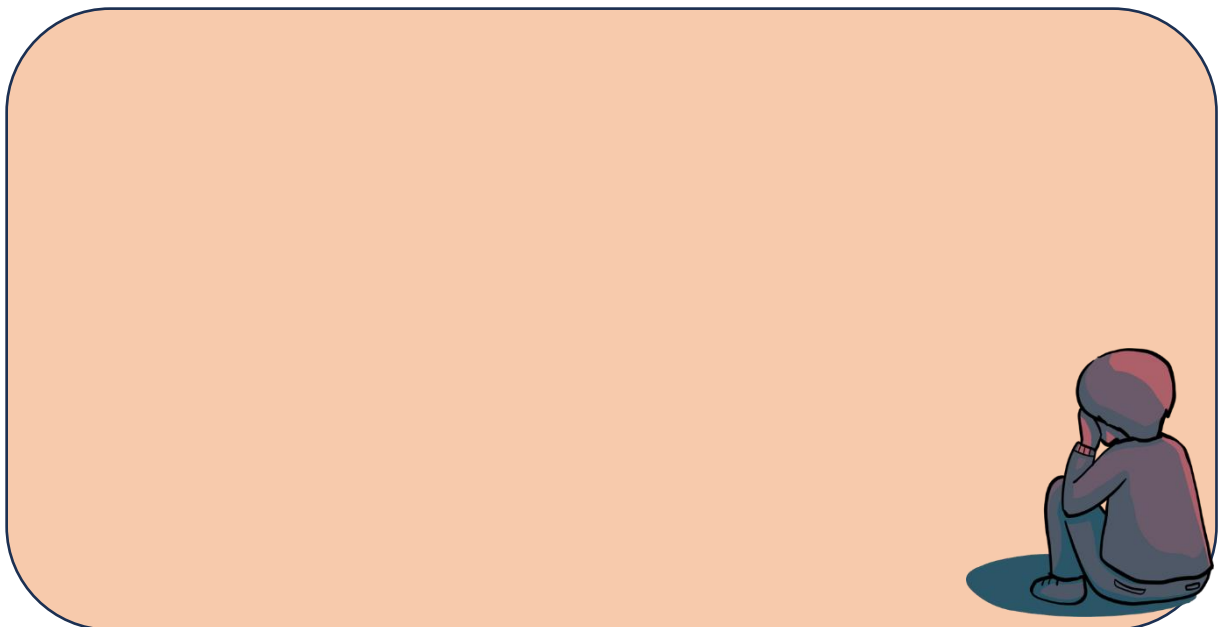
Vielleicht können wir ja mal zusammen überlegen, was mein nächster Minischritt sein kann. Ich kann mir zum Beispiel vorstellen, das zu üben:



Bitte, bitte, hab Geduld mit mir. Was an einem Tag klappt, kann am nächsten schon wieder nicht klappen. Das hängt auch davon ab, was gerade alles los ist und wie gut ich mich fühle. Ich weiß auch meistens nicht, warum es mal klappt und mal nicht.

Aber mir ist wichtig, dass du weißt, dass ich nicht mit Absicht nicht spreche, um dich zu ärgern, oder weil ich nicht sprechen will. Ich kann darüber nicht immer entscheiden und muss das in ganz vielen, oft sehr klitzekleinen Schritten üben.

Wenn ich solche Sätze höre, werde ich ganz traurig und manchmal auch richtig verzweifelt. Ich fühle mich dann ungerecht behandelt, denn ich will ja, aber ich kann eben oft noch nicht, und dann brauche ich noch mehr Mut, um in die Schule zu gehen:



Danke, dass du meinen Brief gelesen hast. Es kommen noch ein paar Informationen zum Weiterlesen, wenn du magst.

Liebe Grüße



Informationen und Tipps

Kurzzusammenfassung zu Selektivem Mutismus

„Selektiver Mutismus (SM) [manchmal auch noch elektiver Mutismus genannt – Anm. d. A.] wird als Kommunikationsstörung der frühen Kindheit umschrieben.“ Seine Kernsymptomatik ist ein konsequentes Schweigen in bestimmten sozialen Situationen, während in anderen, in der Regel vertrauten Situationen, Sprechen ganz unbefangen möglich ist. [...] Individuell variiert die Schweige-Symptomatik enorm, und je nach Ausmaß können die soziale Partizipation und der schulische Erfolg des Kindes stark beeinträchtigt werden.¹

Die Schweige-Symptomatik ergibt sich in der Regel nicht dadurch, dass die schulischen Abläufe, die Klassenkameraden und die Lehrer*innen vertraut werden. Es bedarf hier einer feinfühligten Begleitung darin, in kleinen Mini-Schritten das Kind zur Partizipation und zum Sprechen zu ermutigen. Dabei ist von allen Beteiligten oftmals viel Geduld gefragt und immer wieder die Sicht auf die Dinge, die bereits möglich sind.

Was Sie als Lehrer tun können:

- Bitte nehmen Sie das Schweigen nicht persönlich! Es handelt sich nicht um Verweigerung, Dickköpfigkeit, Trotz oder Ablehnung. Es kann sein, dass das Kind zunächst auch nur mit einzelnen Schülern sprechen kann. Das bedeutet nicht automatisch, dass es ihm auch gelingt, mit Lehrpersonen oder anderen Kindern zu kommunizieren.
- Stellen Sie das Kind nicht in den Mittelpunkt. Zusätzliche Aufmerksamkeit und Erwartungshaltungen verstärken das Schweigen in aller Regel und erhöhen die Angst des Kindes.
- Sollte das Kind mit Ihnen sprachlich kommunizieren, zeigen Sie keine Überraschung, Freude, Erstaunen oder Ähnliches, sondern nehmen Sie es auf, als sei es was ganz Alltägliches. Je nach Kontext kann man dem Kind durch ein kurzes, neutrales Lob signalisieren, dass man seinen mutigen Schritt wahrgenommen hat.
- Sollte das Kind therapeutisch angebunden sein, nehmen Sie Kontakt zum Therapeuten auf und besprechen Sie, was weitere kleine Schritte in Richtung Sprechen sein könnten.
- Stellen Sie ja/nein Fragen und geben dem Kind die Möglichkeit, mit Nicken und Kopfschütteln zu antworten (auch das kann mitunter nicht möglich sein, aber ein erster Schritt).
- Gestalten Sie eine kleine Karte mit Antwortmöglichkeiten zum Daraufzeigen.
- Spricht das Kind mit einzelnen Mitschülern, können die Freunde mit Fingerspitzengefühl auch mal als Sprachrohr fungieren.
- Auf Sätze wie „Die/Der spricht ja nie! / Der/Die kann ja gar nicht sprechen! Warum redet der/die nie?“ ist eine mögliche Antwort: „Oh, sie/er kann wunderbar sprechen und bekommt alles mit, was wir hier machen. Manchmal klappt es noch nicht, aber wir halten alle zusammen und haben ganz viel Geduld, machen Mut und helfen uns gegenseitig!“

¹ Starke & Subellok: Dortmunder Mutismus Screening-Schule, 2016.

- Die Sprechblockade ist eine Reaktion des Körpers auf einen inneren Angst- oder Stresszustand, die oftmals einhergeht mit einer starren, abweisend wirkenden Mimik, abwehrendem Verhalten, körperlichen Starre und mangelndem Blickkontakt. Das kann zu Irritationen auch bei Mitschülern führen, die sich durch die körperliche Reaktion des mutistischen Kindes abgelehnt oder abgewiesen fühlen. Um einer Isolation des mutistischen Kindes vorzubeugen, braucht es oftmals eine sanfte Begleitung. „Lara, du fühlst dich gerade abgelehnt, stimmt's? Mila meint nicht dich persönlich, sie fühlt sich gerade etwas unsicher. Mila, Lara fragt, ob du mitspielen willst, ich wette, das geht auch wunderbar erst mal ohne Sprechen, stimmt Lara?“ (Und wenn die Blockade gerade nicht aufzulösen ist: Lara, gerade geht es noch nicht. Ich freue mich, dass du Mila gefragt hast, und Mila freut sich sicher auch. Magst du sie einfach ein anderes Mal nochmal fragen?)
- Die mündliche Beteiligung in Form von sprachlicher Mitarbeit ist in aller Regel erst mal nicht möglich. Oftmals ist bereits das Melden eine große Herausforderung. Um dem Kind dabei zu helfen, Ängste und Blockaden zunehmend abzubauen, kann folgende Absprache getroffen werden:
Mit flacher Hand melden: „Ich kenne die Antwort, will aber nicht drangenommen werden.“
Mit dem Finger aufzeigen: „Ich will etwas sagen.“
Der Fortschritt kann dabei immer wieder mal skaliert werden: Auf einer Skala von 0 bis 10, wie viel Mut brauchst du gerade beim Hand heben?

Weiterführende Links

Mutismus Selbsthilfe Deutschland e.V.:

<https://www.mutismus.de/paedagogen>

Hartmann, Boris:

<https://www.institut-hartmann.de/de/mutismus-mediathek/mutismus-in-den-medien.html>

Darunter:

Schulzeit ist Entwicklungszeit – Mutismus im Unterrichtskontext – was kann die Schule tun?

https://www.institut-hartmann.de/Resources/Persistent/d65a2485f5bb40936e196a152f3e15cbd10367ac/4bis8_07-2018_S_20-21_Schulzeit%20ist%20Entwicklungszeit%20Hartmann.pdf

Tu-Dortmund: Dortmunder Mutismus Screening Schule

<https://www.dortmus.tu-dortmund.de/dortmus/DortMuS-Schule.pdf>

Julia Sporkmann, systemische (Mutismus) Beratung, Webinare und Schulungen, Lehrerin.

[bewusst-achtsam-menschsein.de](https://www.bewusst-achtsam-menschsein.de)

<https://www.instagram.com/selektiver.mutismus/>

©Julia Sporkmann: Mutismus eine Stimme geben – Hilfen für Familien mit Kindern mit Mutismus.