

MUTISME SÉLECTIF

Dr. Ian Brown

The Association of Chief Psychologists with Ontario School Boards

(Proposé par Baya Hadji, traduit de l'anglais par Christine Dupont en concertation avec Valérie Marschall, pour l' Association *OUVRIR LA VOIX* - Groupe d'entraide et d'Information sur le Mutisme Sélectif www.mutismeselectif.org ou association@ouvrirelavoix.org)

INFORMATION A L'USAGE DES ENSEIGNANTS

Caractéristiques du mutisme sélectif

Les enfants souffrant de mutisme sélectif ne parlent pas dans de nombreuses situations sociales, en particulier à l'école, bien qu'ils puissent se servir du discours et avoir un langage normal à la maison. Ils peuvent être en retrait et exceptionnellement timides à l'école et généralement ne parlent pas aux professeurs ou à leurs camarades de classe. Les enfants atteints de mutisme sélectif peuvent ou peuvent ne pas participer activement aux activités non verbales de la classe, et peuvent sembler anxieux ou nerveux dans diverses situations. Ils sont souvent acceptés et aimés par leurs pairs, qui peuvent parler à leur place. Le mutisme sélectif survient plus fréquemment lors des deux premières années d'école, et rarement au delà.

Approches de traitement

Il y a plusieurs raisons pour lesquelles les enfants peuvent ne pas parler, et il est donc important de déterminer, dans la mesure du possible, les facteurs spécifiques pour chaque enfant. Les consultations avec des professionnels et d'autres personnes qui connaissent bien l'enfant (par exemple, médecins, professeurs, personnel de soutien de l'école, etc.) sont des sources importantes d'information pour faire la distinction entre une timidité extrême, un trouble cognitif, une insuffisance de langage, un trouble émotif, etc. Les raisons de l'absence de parole détermineront probablement la nature de l'intervention à entreprendre. Il est important d'intervenir sur ces enfants pour au moins deux raisons : ne pas le faire pourrait avoir des conséquences négatives à long terme dans l'enfance, l'adolescence, et l'âge adulte; et une intervention appropriée est habituellement couronnée de succès, permettant à l'enfant d'avoir de meilleurs résultats sociaux et scolaires.

Les approches de traitement décrites dans ce document sont de nature psychologique, et supposent que la base du mutisme sélectif de l'enfant est son anxiété. D'autres approches pourraient proposer une intervention pharmacologique, ou une thérapie de la parole (en cas de troubles de l'articulation et bégaiement), par exemple. L'intervention psychologique considère ces enfants non pas comme têtus ou non participatifs, mais comme souffrant d'une anxiété ou d'une peur acquise plutôt qu'un trouble oppositionnel. Ces enfants savent qu'ils ont peur, mais en règle

générale ne peuvent expliquer pourquoi. Ces enfants ont des caractéristiques variées en matière de personnalité, tempérament, capacités scolaires, et style de communication. Par conséquent, les approches de traitement seront variables. Le changement risque de se produire lentement ; tenir compte de cette réalité permettra de réduire la frustration et l'impatience des adultes envers l'enfant.

Recommandations générales :

Les enfants atteints de mutisme sélectif veulent parler, mais leur anxiété les en empêche. Il est important de procéder lentement et graduellement pour progresser. Je suggère de prendre l'enfant à part dans un environnement sûr, privé, et confortable et de procéder ainsi :

1. Expliquer que vous comprenez tout à fait que parler à l'école peut être une chose effrayante pour certains enfants. Faites comprendre à l'enfant que vous comprenez ce qu'il ressent
2. Demander à l'enfant s'il souhaite pouvoir parler à l'école à l'avenir.
3. Quand l'enfant indique que c'est le cas, dites lui que vous voudriez l'aider à accomplir ce but, que vous savez que cela peut prendre un certain temps, que c'est peut être une chose difficile à faire, que vous progresserez lentement et graduellement, que vous ne le forcerez pas à parler jusqu'à ce qu'il soit prêt, et ne laisserez personne le forcer à parler, et que vous êtes confiant que l'enfant est capable de réussir.
4. Essayer d'identifier quelles circonstances et situations sont les plus difficiles pour l'enfant, lesquelles sont plus faciles, et ce qui lui serait utile dans sa tentative de parler. Par exemple, l'enfant peut se sentir moins anxieux en s'asseyant sur un petit fauteuil dans la salle, ou s'il y a de la musique douce, ou si un adulte précis est présent. Le plus difficile est probablement d'être dans une salle de classe bruyante devant tous ses camarades de classe. Cette « hiérarchie d'inquiétude » change considérablement d'un enfant à l'autre et il ne faut jamais supposer qu'une situation est plus ou moins difficile ou source d'inquiétude. Demander plutôt à l'enfant de décrire ces situations à un parent ou à un adulte proche qui vous fournira ensuite l'information ; ce ne sera pas facile pour les très jeunes enfants et il sera important de les interroger avec tact et empathie.

Vous devez établir un environnement « sécurisant » pour l'enfant ; exprimez chaleur, appui, et encouragement, cela facilitera grandement les choses. Lorsque l'enfant « vous fera confiance », vous pourrez alors commencer la démarche de l'encourager à parler à l'école.

Travailler à partir de la « hiérarchie d'inquiétude » identifiée, en commençant par les situations qui sont le moins source d'anxiété pour l'enfant, et très lentement, lorsque le langage est bien établi dans ces situations, commencer à demander et à exiger que l'enfant parle dans les circonstances qui ont été identifiées comme source d'anxiété. Par exemple, vous pourriez déterminer les circonstances dans lesquels l'enfant parlera (par exemple, à son seul professeur dans le couloir sans enfants autour). Demander alors graduellement que l'enfant parle dans les situations proches

de la situation considérée comme « sûre » (maîtrisée), par exemple, dans le hall mais plus près de la porte de salle de classe, plutôt qu'à 20 mètres de la porte.

Techniques spécifiques :

Encourager les activités non verbales avec des adultes ; fournir les occasions de parler mais ne pas forcer l'enfant (par exemple, en faisant des puzzles, des jeux). Faire participer l'enfant à toutes les activités régulières de groupe.

Soutenir toutes les tentatives de participation verbale, mais accepter au commencement les tentatives non verbales de communication (gestes, montrer du doigt, acquiescement de la tête, notes écrites). Augmenter graduellement les attentes de communication verbale (dire les mots avec les lèvres sans son ; répondre en disant « oui » ou « non » seulement; chuchoter dans l'oreille du professeur ; chuchoter à un camarade de classe dehors dans le couloir ; etc.) ; avec le temps, vous pourrez commencer à ignorer les interactions non verbales, et ne répondre franchement qu'aux essais de verbalisation. Cependant, vous ne pourrez ignorer les réponses non verbales que lorsque l'enfant vous aura parlé plusieurs fois dans la semaine, et quand vous vous serez assuré qu'il se sent en sécurité pour parler avec vous, même si ces situations sont limitées et restreintes. Supprimer graduellement votre réponse aux communications non verbales ; ne pas arrêter complètement et brutalement, mais sélectionner les circonstances dans lesquelles vous répondrez. Continuer à permettre à l'enfant de vous répondre verbalement dans ces situations « sûres » (par exemple, dehors dans le couloir). Permettre à l'enfant de vous parler à vous et à d'autres en étant derrière une porte fermée ou un écran au commencement. Ne pas insister pour qu'il y ait un contact visuel.

Soyez prudent dans votre éloge pour la verbalisation : n'augmentez pas l'anxiété de l'enfant en faisant de lui un spectacle public lorsqu'il consent à parler. Faites son éloge en privé mais sincèrement. Ce que vous voulez faire passer, c'est la notion que parler est quelque chose de normal et d'attendu ; vous ne faites pas habituellement l'éloge publique des enfants qui parlent, donc ne le faites pas avec les enfants qui ont un mutisme sélectif.

L'enfant peut être disposé à chanter plutôt qu'à parler (par exemple avec le reste de la classe ; chansons de groupe impliquant des gestes, mouvements; chansons d'alphabet, etc.).

Ne pas employer la punition ou le chantage pour obliger un enfant souffrant de mutisme sélectif à parler. Ceci va augmenter l'anxiété, miner la sensation de sécurité, et le fera hésiter à parler en l'absence de récompense. Les récompenses sont rarement efficaces pour obliger un enfant à parler ; cependant, si l'enfant parle déjà dans une circonstance particulière, des incitations peuvent être employées pour augmenter le nombre de mots parlés.

Dans les circonstances où l'enfant semble à l'aise, on peut encourager la parole par des petites tâches comme la lecture ou raconter une histoire. Envisager d'utiliser un enfant plus âgé qui « parrainera » l'enfant et deviendra son « copain de lecture ».

On peut aussi utiliser les marionnettes, en particulier si l'enfant peut être hors de la vue des autres. De cette façon, c'est la marionnette qui parle, pas l'enfant.

Modelage des réponses vocales :

Accepter les progressions successives pour la réponse désirée. « Modeler » le comportement que vous souhaitez obtenir en augmentant graduellement vos demandes. Par exemple : avec le professeur seul :

1. l'enfant fait le mouvement de lèvres pour dire « livre »
2. chuchote le mot « livre »
3. chuchote, « je voudrais le livre d'orthographe »
4. chuchote la phrase entière mais dit le mot « livre » à haute voix
5. dit la phrase entière à haute voix

Puis, dans la classe en présence d'autres enfants: le même ordre que ci-dessus.

Une fois que l'enfant a montré sa volonté de parler dans la salle de classe, augmenter graduellement les circonstances/lieux dans lesquels il parlera (par exemple, le couloir, la salle de gymnastique, le réfectoire, la cour). C'est-à-dire, lui fournir les «occasions» de parler.

Envisager la possibilité d'envoyer l'enfant faire une course dans l'école (par exemple, au bureau d'entrée ou ailleurs) où il y aura l'occasion de parler.

Enregistrement sur cassette :

Envisager de permettre à l'enfant de s'enregistrer sur cassette audio ou vidéo à la maison (par exemple, en lisant à haute voix ou en parlant aux membres de sa famille) ; écouter/visionner la bande et commenter avec l'éloge appropriée,.

Ne pas passer la bande au reste de la classe à moins que vous ayez la permission de l'enfant et du parent; parfois ce jeu de la bande audio/vidéo est une manière efficace de montrer aux autres enfants de votre classe que l'enfant mutique peut parler, est brillant, est « normal », etc.

L'enfant peut être disposé à faire des enregistrements à l'école, par exemple, dans une salle privée autre que la salle de classe ; permettez lui de faire ceci complètement seul au début, et graduellement obtenez la permission de l'enfant pour que le professeur ou l'adulte de confiance puisse s'approcher pendant l'enregistrement (par exemple, attente au dehors de la salle, porte fermée; puis attente à l'extérieur de la salle mais avec la porte un peu ouverte; puis attente toujours à l'extérieur avec la porte grandement ouverte; puis avec l'adulte dans la même salle mais loin de l'enfant et n'interagissant pas l'un avec l'autre; enfin en s'asseyant près de l'enfant).

Planification en vue de l'année suivante :

Il est important qu'il y ait coordination avec le professeur de l'année suivante. Il devrait être informé aussitôt que possible, et dans l'idéal devrait être souple et ne pas regarder le comportement de l'enfant comme oppositionnel. L'enfant devrait avoir l'occasion de connaître le professeur et la salle de classe de l'année d'après avant la rentrée de septembre. Ceci peut être accompli en invitant l'enfant et le parent à visiter la salle de classe en août. Le professeur devrait rencontrer l'enfant en dehors du bâtiment, peut-être dans la cour de jeu avant que la visite de salle de classe n'ait lieu.

Soutien à la maison :

La plupart des enfants atteints de mutisme sélectif parlent à la maison, et les parents devraient faire attention à ne pas augmenter l'anxiété de l'enfant sur le fait de ne pas parler à l'école en demandant, « tu as parlé à l'école aujourd'hui ? ». Ne pas en faire une affaire. Quand l'enfant rapporte qu'il a parlé à l'école, les parents devraient répondre en exprimant leur satisfaction et leur réconfort sur leur confiance en la capacité de l'enfant à le faire, mais traiter cela comme un événement prévu et

normal. Encore une fois, éviter la punition et le chantage comme techniques d'encouragement à parler à l'école.

Quelques enfants parleront facilement en présence des parents et des frères et sœurs, mais pas quand des étrangers sont présents dans la maison. Par conséquent, les parents peuvent aider en invitant des visiteurs à la maison pour aider l'enfant à parler avec d'autres dans un environnement non menaçant. Un de ces visiteurs pourrait bien être le professeur de l'enfant.

En plus, envisager que le parent de l'enfant accompagne lui-même l'enfant dans la salle de classe, par exemple, en tant que volontaire, pendant quelques semaines, en diminuant progressivement la quantité de temps passé dans la classe.

Il existe un groupe de soutien pour parents (The Selective Mutism Foundation). L'information est disponible auprès de Sue Newman Leszczyk, boîte 450632, Sunrise Floride 33345.

Techniques générales pour aider à réduire l'anxiété :

- i. enseigner comment respirer profondément, la relaxation musculaire, les étirements, l'imaginaire, les capacités à résoudre les problèmes, comment faire face à la pression des pairs, à s'auto-encourager de façon positive
- ii. fournir réconfort et encouragement
- iii. rechercher des sorties créatrices (musique, art, athlétisme)
- iv. augmenter le niveau d'activité physique de l'enfant
- v. être un auditeur actif et compréhensif
- vi. ne pas insister sur les erreurs
- vii. éviter les remarques désobligeantes
- viii. encourager l'interaction sociale
- ix. reconnaître l'anxiété et la gérer, plutôt que de la nier
- x. éviter d'être négatif à l'égard de soi-même (« je ne connais rien de tout ça », « je sais que je vais perdre tous mes moyens », « je ne vais pas y arriver », etc.)
- xi. anticiper avec l'enfant les sensations liées à l'anxiété, ainsi l'enfant n'est pas pris au dépourvu ou effrayé lorsque cela se produit. Fournir à l'enfant des occasions de gérer son anxiété de façon pratique
- xii. s'entraîner à neutraliser les pensées négatives et à les remplacer par des affirmations positives
- xiii. apprendre à l'enfant à être autonome dans ses apprentissages en organisant son travail étape par étape

Important :

Dans la plupart des cas, l'utilisation régulière et appropriée des techniques ci-dessus résoudra le problème de la réticence de l'enfant à parler. Si le problème persiste, il peut s'agir d'un état psychologique plus sérieux exigeant d'autres interventions. L'avis d'un psychologue peut alors être demandé.

De plus, il est important d'envisager l'éventualité d'un trouble de la communication. Ceci peut être confirmé ou éliminé par un spécialiste du langage. Consulter si aucun progrès apparent n'est obtenu en utilisant les techniques ci-dessus.

Dr Ian Brown