



Talk4Meaning

Supporting children's communication and learning

talk4meaning@gmail.com www.talk4meaning.co.uk

Michael Jones

Relecture et mise en page du texte pour l'association Ouvrir La Voix:
Valérie Marschall

Expliquer le Mutisme Sélectif

Ce document a été adapté à partir d'une feuille d'information rédigée par le Dr Elisa Shipon-Blum et ses collègues du Selective Mutism Anxiety Research & Treatment Center (Smart Center) Jenkintown, PA, USA. (www.selectivemutismcenter.org). Je suis très reconnaissant au Dr Shipon-Blum pour me donner l'autorisation d'utiliser ses informations pour explorer mes propres idées. J'ai écrit ce document dans l'espoir que les parents, les professionnels et les adultes qui ont vécu le mutisme sélectif (MS) en tant qu'enfant me contactent pour me faire part de leurs idées et expériences.

*Tous les enfants sont différents, et tous les enfants atteints de MS sont aussi différents ! Certains réagissent positivement au soutien et développent rapidement une confiance dans la parole mais peuvent rester sensible lors de nouvelles rencontres ou situations. D'autres peuvent avoir besoin de soutien pendant une période plus longue, et ressentir une forte anxiété dans la vie de tous les jours notamment en dehors de leur environnement familial. Le mutisme sélectif est un **trouble complexe de l'anxiété de l'enfance** caractérisé par l'incapacité d'un enfant à parler et à communiquer efficacement dans certains milieux sociaux, comme l'école. Ils sont cependant en mesure de parler et de communiquer dans des situations où ils sont à l'aise, sécurisés et détendus comme à la maison. Beaucoup d'enfants atteints de MS peuvent aussi avoir une phobie ou anxiété sociale. Ce trouble est très handicapant et douloureux pour l'enfant. Les enfants et adolescents atteints de MS ont une réelle peur de parler et d'interagir avec les autres dans un environnement social ou l'on va attendre d'eux qu'ils s'expriment.*

Beaucoup d'enfants atteints de MS ont une grande difficulté à répondre ou à commencer une conversation. Ils vont peu parler ou répondre par un sourire ou un geste de la main pour dire bonjour. Alors ils peuvent trouver particulièrement difficile de se joindre aux activités et de pouvoir s'exprimer lorsqu'il y a plusieurs personnes qui ne leur sont pas familières, ou lorsqu'ils sont censés parler. Certaines situations sont difficiles pour eux, notamment lorsqu'il y a beaucoup de bruit et d'agitation autour d'eux, lorsqu'il y a trop de choses à choisir, lorsqu'il y a pas assez de temps pour penser et agir, ou encore lorsqu'ils ressentent un climat d'attente pour parler (par exemple n'importe quelle école maternelle).

Tous les enfants ne montrent pas leur anxiété de la même manière. Certains peuvent être complètement muets et incapables de parler ou de communiquer dans un contexte social, d'autres peuvent être en mesure de parler à seulement quelques-uns et peut-être juste de murmurer. Certains enfants peuvent se tenir immobiles avec crainte, car ils sont confrontés à des situations sociales spécifiques; par exemple se changer pour l'éducation physique et rejoindre le groupe. Ils peuvent faire un blocage, garder un visage sans expression n'exprimant aucune émotion et peuvent s'isoler socialement. Les enfants moins sévèrement touchés peuvent paraître détendus, sans soucis apparent et communiquer avec seulement quelques

enfants, ce qu'ils ne peuvent pas faire avec les enseignants et la plupart de leurs pairs.

Par rapport à l'enfant généralement timide et réservé, la plupart des enfants atteints de mutisme sélectif sont à l'extrémité du spectre de la timidité.

Pourquoi un enfant développe-t-il un mutisme sélectif?

Est-ce une maladie héréditaire?

Dr Shipon-Blum dit que la majorité des enfants avec MS ont une prédisposition génétique à l'anxiété. En d'autres termes, ils ont hérité d'un ou plusieurs membres de la famille une tendance à être inquiet. Très souvent, ces enfants montrent dès le plus jeune âge des signes graves d'anxiété: tels que l'angoisse de la séparation, les crises de colère fréquentes, des pleurs, des sautes d'humeur, de la rigidité, des problèmes de sommeil et de l'extrême timidité. Les enfants atteints de MS ont souvent des tempéraments fortement inhibés. Des études montrent que les individus avec un tempérament inhibé, ou 'timide', sont plus sujets à l'anxiété que ceux sans tempérament 'timide'.

Y a-t-il une raison physique au mutisme sélectif?

Dr Shipon-Blum suggère que la plupart, sinon la totalité, des comportements et des réactions particulières typiques des enfants atteints de MS peuvent être expliqués par l'action de la zone du cerveau en forme d'amande appelée l'amygdale. Lorsqu'elle est confrontée à un scénario terrible, l'amygdale reçoit des signaux de danger potentiel et commence à déclencher une série de réactions qui aide les individus à se protéger. Le Dr Shipon-Blum suggère que chez les enfants avec MS, l'amygdale a un «seuil inférieur d'excitabilité». En d'autres termes, elle n'a pas besoin de beaucoup de stress pour déclencher ses réactions. Les enfants atteints de MS vont alors activer une réaction de peur plus rapidement et pour des raisons de moindre importance que les autres enfants, en particulier dans les milieux où il y a d'autres personnes; par exemple les fêtes d'anniversaire, l'école, les réunions de famille, les visites à domicile des adultes inconnus, etc.

Le mutisme sélectif et les sens

Selon le Dr Shipon-Blum, certains enfants atteints de MS ont un dysfonctionnement de l'intégration sensorielle (Sensory Integration Dysfunction -DSI), ce qui signifie qu'ils ont des difficultés à traiter certaines informations par leurs sens. Ils peuvent être très sensibles aux sons, aux lumières, au toucher, au goût et aux odeurs. Certains enfants peuvent avoir de la difficulté à moduler l'information sensorielle; par exemple occulter ou s'habituer à certains sons, odeurs, etc. Donc, chaque fois qu'ils entendent un son particulier, surtout si c'est désagréable et que ça « grince », ils ne peuvent tout simplement pas l'ignorer. Cela peut affecter leurs réponses émotionnelles; par exemple être contrarié et paniquer ou faire un blocage lorsque les sons sont trop forts, les lumières trop lumineuses, les odeurs trop fortes ou quand les autres enfants s'approchent trop près, par exemple lors d'une fête d'anniversaire d'un enfant.

Un enfant qui a des difficultés avec la stimulation sensorielle peut répondre de manière très rigide et a besoin d'une routine qui évite les surprises désagréables. Il a du mal à gérer la frustration - il veut vraiment participer, mais ne comprend pas pourquoi il se fâche et panique, ce qui entraîne une anxiété. L'anxiété peut amener un enfant à faire la sourde oreille, éviter une situation, se retirer du groupe, ou alors il peut se mettre hors de lui/d'elle et avoir des crises de colère et montrer aux autres un comportement négatif, (en particulier à la maison quand il est prévu de sortir). Le concept de dysfonctionnement de l'intégration sensorielle s'accorde bien avec le concept de l'enfant très sensible tel qu'il est décrit par Elaine N. Aron dans son livre du même nom (The Highly Sensitive Child).

Mutisme sélectif et troubles de la parole et du langage

Certains enfants (environ 20-30%) avec MS ont des difficultés subtiles dans la parole et/ou le langage. Certains peuvent avoir des problèmes d'apprentissage liés à un trouble du traitement auditif, ils ont besoin de plus de temps pour comprendre ce qu'ils entendent, y compris lorsqu'on s'adresse directement à eux. Si les enfants sont également sujets à la timidité et à l'anxiété, le stress supplémentaire lié à la parole et au langage ou au problème d'apprentissage peuvent amener l'enfant à se sentir beaucoup plus anxieux et peut-être en manque de confiance et mal à l'aise lorsqu'on s'attend à ce qu'il parle. (J'ai travaillé avec certains parents qui m'ont dit que leurs enfants avaient besoin de plus de temps pour traiter une information et répondre. Cela est particulièrement vrai lorsqu'il faut répondre à une question).

D'autres études sont nécessaires pour évaluer pleinement le rôle que jouent les troubles de la parole et du langage sur le MS y compris les troubles du traitement sensoriel. Il est important de noter qu'il y a beaucoup d'enfants avec MS qui sont à même de parler dès le plus jeune âge sans retard, ni troubles du traitement sensoriel.

Mutisme sélectif et bilinguisme

Des recherches préliminaires au Smart Center indique qu'il y a une proportion d'enfants ayant un mutisme sélectif qui viennent de familles bilingues / multilingues, ils ont passé du temps dans un pays étranger, et / ou ont été exposés à une autre langue au cours des années où le langage se développe rapidement (2 -4 ans). Ces enfants sont généralement très timides et anxieux par nature, mais le stress supplémentaire de parler une autre langue et de manquer de confiance en soi avec leurs compétences est suffisant pour causer un niveau d'anxiété accrue et de mutisme. Tony Cline et Sylvia Baldwin, dans leur livre «Le mutisme sélectif chez les enfants » ('Selective Mutism in Children') explorent cette possibilité en détail.

Mutisme sélectif sans anxiété

Un petit pourcentage des enfants atteints de MS ne semble pas être timide du tout. Beaucoup d'entre eux font tout ce qu'ils peuvent pour obtenir l'attention des autres et sont décrits comme «mimes professionnels»! Les raisons du mutisme chez ces enfants ne sont pas prouvées, mais une recherche préliminaire de la Smart Center indique que les causes de mutisme chez ces mêmes enfants sont différentes. Par exemple, ils peuvent avoir passé des années à être mutiques et ont donc adopté un comportement mutique malgré leur manque de symptômes d'anxiété sociale ou leur manque de problème d'élocution. Ces enfants sont littéralement «coincés» au stade de communication non verbale. Le MS est donc un symptôme. Ces enfants sont rarement «simplement muets.» L'accent doit être mis sur les CAUSES du mutisme et les facteurs qui empêchent les enfants de développer leur confiance pour s'exprimer. DR Shipon-Blum est certaine que rien ne prouve que la cause de MS soit liée à un abus, une négligence ou un traumatisme. (Bien que les enfants qui ont été négligés, maltraités ou traumatisés peuvent être anxieux et timides, ceux-ci ne peuvent pas être catégorisés comme ayant un MS. Il est très important de bien faire la distinction.)

Quelle est la différence entre Mutisme sélectif et le mutisme post-traumatique?

Les enfants qui souffrent de MS parlent néanmoins dans un environnement familial (habituellement à la maison) et sont rarement muets dans toutes les situations. La plupart ont des tempéraments complexés et montrent de l'anxiété sociale. Le mutisme est un moyen pour les enfants d'éviter les sentiments d'anxiété suscités par les rencontres sociales et l'obligation de parler. Ils ne sont généralement pas en contrôle de leur mutisme, mais celui-ci est devenu une réaction naturelle au cours du temps. Ils aimeraient parler, mais en sont incapables. Il est important de comprendre que le MS apparaît chez certains enfants dans l'enseignement préscolaire, à l'école et dans d'autres environnements sociaux. En raison de réponses négatives à leur mutisme, de l'incompréhension de ceux qui les entourent et du stress accrue au sein de leur environnement, ils peuvent développer le mutisme dans tous les milieux, en dehors de la maison. Ils

peuvent aussi avoir de la difficulté à parler avec certains membres de la famille, tels que les oncles et grands-parents, et parfois même leurs pères. Cela peut être dû à des façons particulières dont ces adultes répondent aux enfants quand ils sont silencieux. Ils peuvent apparaître « effrayants et imprévisibles » aux yeux de l'enfant parce qu'ils sont bruyants, posent beaucoup de questions, ne donnent pas à l'enfant suffisamment de temps pour répondre, ils sont antipathiques, expriment leur frustration ou peuvent taquiner l'enfant. Cela peut être un processus progressif, ou une réaction à un changement de circonstances, telles qu'une rentrée d'école. À l'inverse, les enfants atteints de mutisme post-traumatique développent généralement un mutisme soudain dans TOUTES les situations. Un exemple serait un enfant qui est témoin de la mort d'un grand-parent ou un autre événement traumatique. Il est incapable de donner un sens à ce qui est arrivé et devient mutique dans toutes les situations.

Comment un enfant avec mutisme sélectif se comporte dans des contextes sociaux?

Il est important de réaliser que la majorité des enfants atteints de MS, lorsqu'ils évoluent dans un environnement confortable, se comportent comme tous les autres enfants. Les parents vont souvent commenter l'attitude bruyante, sociale, drôle, curieuse, très verbale, et même autoritaire et tenace de ces enfants à la maison! Ce qui nous permet de déterminer qu'un enfant est atteint de MS est son attitude très contrastée entre la maison et l'extérieur. Il y a un changement de comportement radical hors de cet environnement confortable (l'enfant va faire un blocage, paniquer comme décrit ci-dessus) et devient incapable de parler et de communiquer confortablement.

Certains enfants avec MS ont comme l'impression d'être « sur scène » à chaque minute de la journée! Une adulte atteinte de MS dans son enfance témoigne : « À l'école, c'était comme passer une leçon de conduite en permanence, vous avez l'impression que chaque mouvement que vous faites ou parole que vous dites sera jugé ». Cela peut être très déchirant à la fois pour l'enfant et les parents impliqués. Souvent, ces enfants montrent des signes d'anxiété avant et pendant la plupart des activités sociales.

Des symptômes physiques et des comportements négatifs sont fréquents avant l'école ou les sorties en groupe.

Il est important pour les parents et les enseignants de comprendre que ces symptômes physiques et comportementaux sont dus à l'anxiété. Le soutien doit alors mettre l'accent sur le développement des capacités d'adaptation chez l'enfant pour lutter contre ses problèmes d'anxiété.

Il est courant pour de nombreux enfants avec MS d'avoir une expression neutre et le regard dans le vide, ils ne semblent jamais sourire. Beaucoup ont un langage du corps rigide dans un environnement social et semblent très mal à l'aise ou malheureux. Certains détournent la tête quand un adulte leur parle, ils vont éviter le contact visuel, mordiller ou tournoyer leurs cheveux, ou encore ils vont aller jusqu'à se retirer dans un coin et s'isoler du groupe où ils semblent être plus intéressés à jouer seul. D'autres ont moins une attitude d'évitement, et ne semblent pas aussi mal à l'aise. Ils peuvent jouer avec un ou plusieurs enfants et rejoindre des groupes. Ces enfants seront toujours muets ou vont à peine communiquer avec la plupart des camarades de classe et les enseignants.

Alors que les relations sociales se construisent, certains enfants vont créer des liens d'amitiés avec un ou plusieurs autres enfants, ils vont peut-être interagir et murmurer et même parler à quelques-uns de leurs camarades à l'école ou dans d'autres situations. Toutefois ils peuvent sembler se désintéresser et ignorer tous les autres enfants. Au fil du temps, ces enfants avec MS apprennent à faire face et à participer à certaines activités, notamment le travail en très petits groupes où un adulte reste très sympathique. Ils agissent habituellement de manière non verbale ou en parlant un peu à seulement quelques-uns.

Les relations sociales peuvent devenir très difficiles lorsque les enfants atteints de MS grandissent. Comme

leurs pairs commencent à plus se socialiser et se créer des affinités, les enfants ayant un MS peuvent se mettre à l'écart et s'isoler.

Les enfants atteints de MS ont souvent d'énormes difficultés à engager une conversation et peuvent hésiter à répondre: même non verbalement. Avec le temps, cela peut être très frustrant pour l'enfant. Sa communication non verbale peut se poursuivre pendant de nombreuses années et se renforcer si elle n'est pas correctement diagnostiquée et traitée. Ce comportement se manifeste souvent par un enfant qui a l'air « normal » et agit « normalement », mais qui communique de manière non verbale. Cet enfant ne peut pas simplement « commencer » à parler. Le traitement doit se centrer sur les méthodes qui permettent à l'enfant d'oublier et ne plus agir comme une personne mutique.

Je souhaite que la lecture de cet article ait été utile pour vous. Ceci est loin d'être une réponse définitive à la question: « Pourquoi certains enfants sont atteints de mutisme sélectif? » Cependant, j'espère que vous trouverez cet article utile comme point de départ à votre recherche sur ce comportement humain déroutant, et surtout que vous sachiez quoi faire pour aider. N'hésitez pas à me contacter par e-mail si vous souhaitez ajouter vos expériences ou vos idées.

Pistes de lecture en français:

- * Comprendre le mutisme sélectif, Dr Shipon-Blum Edition Chronique Sociale, 2009
- * Aider son enfant à surmonter le mutisme sélectif, Guide pratique pour surmonter la peur de parler, Angela McHolm, Edition Chronique Sociale, 2011
- * Incroyable Moi Maîtrise son Anxiété, Editions Midi Trente
- * Le défi de Florian, Une histoire pour expliquer le MS aux enfants, Valérie Marschall, A.G.Editions 2013
- * Les Paroles, AG éditions 2015, ouvrage collectif. Pensées, réflexions, histoires liées par le fil rouge du Mutisme sélectif
- * DVD Sortir du silence SMIRA
- * Kit école en format PDF envoyé gratuitement par mail : Programme d'introduction Progressive de la Parole en Milieu Scolaire, Association Ouvrir La Voix, 2009.

Recommended reading in English :

- Maggie Johnson & Alison Wintgens: The selective mutism resource manual (Speechmark)
- Tony Cline & Sylvia Baldwin: Selective mutism in children (second edition) (Whurr Publishing)
- Elaine N Aron: The highly sensitive child (Thorsons Publishing)
- Maggie Johnson & Michael Jones: Supporting Quiet Children (Yellow Door/Lawrence Educational)
- Alice Sluckin & Benita Rae Smith: Tackling Selective Mutism (Jessica Kingsley Publishers)

Support for families and professionals

- UK: Selective Mutism information & Research Association (SMIRA) www.smira.org.uk
- France: Ouvrir La Voix www.ouvrirelavoix.sitego.fr
- USA: Selective Mutism Anxiety Research & Treatment Center (Smart Center) www.selectivemutismcenter.org
- Italy: Associazione Italiana Mutismo Selettivo (AiMuSe) www.aimuse.it