

## Quelle aide concrète mettre en place ?

### Le Kit École

Pour aider les enfants à surmonter leur Mutisme Sélectif, l'association *Ouvrir la Voix* propose un Programme d'Introduction Progressive à la Parole en Milieu Scolaire sous la forme d'un Kit École mis gratuitement au service des familles et des écoles. C'est un programme d'intervention qui permet le transfert de la parole de la cellule familiale vers l'école. Son objectif principal consiste à diminuer l'anxiété de votre enfant, à accroître sa confiance en soi en faisant des jeux qui sollicitent progressivement sa parole dans le milieu scolaire. Cette approche progressive vers la prise de parole doit être soigneusement préparée afin qu'à chaque étape prévue, la difficulté soit supportable pour l'enfant, et que peu à peu celui-ci gagne en confiance et surmonte sa peur.

Ce programme d'intervention s'appuie sur les dernières recherches en matière de MS et met en œuvre des stratégies basées sur des techniques d'exposition et d'introduction graduelle qui découlent des thérapies comportementales et cognitives. De plus, ces stratégies sont utilisées dans le lieu anxigène que constitue l'école, ce qui permet à l'enfant de travailler sur sa peur de parler dans sa salle de classe, endroit où il passe la plupart de ses journées et où sa peur est la plus forte.

### Un travail d'équipe

Le Kit École nécessite la participation active des parents et la collaboration de l'école. Il est indispensable que la famille et l'école comprennent les mécanismes qui alimentent le MS pour œuvrer dans le même sens. En tant que parent, vous aurez à cœur d'informer le mieux possible le personnel scolaire et les divers intervenants du Mutisme Sélectif de votre enfant.

Pour officialiser les stratégies d'aide, il est important de mettre en place un protocole au sein de l'école. Grâce au soutien d'interlocuteurs tels que le directeur ou la directrice de l'école, le psychologue et le médecin scolaire, un P.A.I (Projet d'Accueil Individualisé), un PPRE (Programme Personnalisé de Réussite Éducative) ou leur équivalent selon le pays, sera utilisé pour établir les modalités de la mise en place du programme d'aide (heures d'autorisation d'utiliser la salle de classe en dehors des temps scolaires, étapes du programme, rythme des séances avec les parents à l'école).

Si tout ceci est mis en œuvre, l'enfant a toutes les chances de progresser en passant de la communication non verbale à la communication verbale. Il reprendra confiance en lui et surmontera peu à peu ce trouble encore trop souvent méconnu.

## Les missions d'OLV

- Fournir diverses méthodes de qualité pour la résolution du MS.
- Organiser des rencontres et des réunions d'information pour les familles ou pour les professionnels de la santé et de l'éducation.
- Informer les pouvoirs publics à l'échelle nationale pour un dépistage précoce et une prise en charge systématique de chaque enfant.
- Obtenir la reconnaissance du MS et travailler en collaboration avec l'Education Nationale, les MDPH, les CMPP et divers services dédiés aux enfants.
- Œuvrer à une meilleure connaissance de ce trouble encore peu connu (rédaction d'articles, médiatisation, recherche de mécénats).

**Vous avez des questions, vous voulez en savoir plus, vous avez besoin d'aide ou de soutien . . .**

Contactez l'association



## OUVRIR LA VOIX

Groupe d'entraide et d'information sur le mutisme sélectif

Adresse mail :

[ouvriuvoix@gmail.com](mailto:ouvriuvoix@gmail.com)

Site internet :

<http://ouvriuvoix.fr/>



Avec le soutien de David Douillet

**Votre enfant ne parle pas à l'école,  
alors qu'à la maison,  
c'est un vrai moulin à paroles?**

## PEUT-ÊTRE S'AGIT-IL DE MUTISME SÉLECTIF?



En dehors de chez vous, votre enfant est totalement différent de celui que vous connaissez à la maison?

En famille votre enfant est ouvert et communicatif. En dehors de la maison ou en présence d'inconnus, il éprouve des difficultés à interagir avec autrui. Il ne peut pas parler, se replie sur lui-même, évite le contact visuel et est tout à fait différent de l'enfant que vous connaissez habituellement.



## Qu'est-ce que le Mutisme Sélectif?

Le Mutisme Sélectif est un trouble lié à l'anxiété qui touche 1 enfant sur 150. Il se caractérise par l'impossibilité de l'enfant à communiquer avec des personnes qui ne font pas partie de son cercle familial le plus intime. Ce n'est ni un refus, ni un caprice ou un comportement d'opposition de sa part.

### Comment détecter le Mutisme Sélectif?

Voici quelques comportements\* facilement observables au sein de l'école ou dans une autre situation sociale :

- Ne prend jamais spontanément la parole mais peut néanmoins utiliser des gestes pour exprimer un besoin.
- Ne répond pas à l'appel en classe.
- Ne dit pas bonjour, ni au revoir, ni merci.
- A tendance à éviter les activités qui demandent une participation verbale (par ex, demander d'aller aux toilettes ou demander de l'aide pour un exercice).
- Peut être lent à répondre ou à réagir, de quelque façon que ce soit, à une question.
- Evite le contact visuel.
- Ne sourit pas.
- Peut avoir un visage inexpressif.
- Peut être raide de corps et se déplacer de façon lente ou maladroite s'il se fait observer.
- Limite sa participation physique (ne tend pas le bras pour prendre un bonbon, n'attrape pas le ballon en sport, ne fait pas les gestes pour accompagner une chanson, par exemple).

\*Ces comportements doivent se maintenir au moins pendant un mois. Ils ne doivent pas nécessairement être tous présents.

### Pourquoi est-il important d'aider le plus tôt possible un enfant qui souffre de MS?

Plus longtemps une situation anxiogène est évitée, plus grande est la peur qu'elle provoque. L'enfant se sent de moins en moins capable de s'y confronter et la perte de confiance en soi augmente de jour en jour.

Plus tôt est mise en place une stratégie d'aide, plus rapidement l'enfant peut apprendre à surmonter sa peur en diminuant ses comportements d'évitement. Progressivement il reprend confiance en lui dans sa rencontre avec les autres.

Sans aide précoce, le MS peut à la longue compromettre le rendement scolaire ainsi que l'adaptation sociale et le développement psycho-affectif de l'enfant qui en souffre.

Lorsque le MS est détecté tardivement, le jeune adolescent ou le jeune adulte a vécu de nombreuses années de silence en société et développé de nombreux comportements d'évitement tout au long de son processus de socialisation.

## Comment aider votre enfant au quotidien :

### Appui et confiance

Votre appui au quotidien est essentiel. Votre enfant a besoin de sentir que vous le comprenez et que vous allez l'aider, sans jamais l'obliger à faire ce qu'il n'est pas capable de faire. Il est également important d'expliquer aux adultes avec lesquels il est en contact que votre enfant est trop anxieux pour parler et que le forcer ou l'obliger à parler ne fera que renforcer négativement le problème. Il est tout aussi important d'informer et de rassurer votre entourage familial qui a souvent du mal à comprendre les raisons de ce comportement et peut même parfois, à tort, vous en rendre responsable.

### Approche progressive et attitude positive

Il est important de garder une image positive de votre enfant et de le valoriser dans tout ce qu'il réussit. Au début, il vous faudra certainement accompagner votre enfant sur le chemin de la réussite en lui donnant de multiples occasions de socialisation. C'est comme cela qu'il pourra progressivement surmonter les difficultés qu'il rencontre au quotidien dans ses échanges avec les autres.

Plus il aura l'occasion de s'entraîner en étant exposé à de nouvelles situations d'interaction sociale riches et variées, initialement en votre présence, plus facilement il apprendra à surmonter la peur associée à ces situations, et plus ces occasions de rencontres se changeront en expériences positives et lui permettront d'avancer et de gagner en confiance.

### Encouragez les rencontres

Votre enfant aime et à besoin de la compagnie des autres enfants. Invitez chez vous pour commencer un, puis deux, de ses meilleurs amis de classe de façon régulière. Avec le temps, il va développer sa capacité à interagir et jouer avec eux, tout d'abord de manière non verbale, jusqu'à ce qu'il soit capable de leur parler. De cette façon, vous établirez un lien entre la maison et l'école qui facilitera les progrès de l'enfant et diminuera son anxiété sur ce lieu d'apprentissage.

### Techniques de relaxation

Les techniques de relaxation aident à optimiser la respiration et à diminuer les tensions musculaires provoquées par le stress chronique. Les massages aussi peuvent apporter un bien-être profond et soulager les tensions dues à l'anxiété ressentie au quotidien par l'enfant.

