



Foto: Johanna Syrén / Tala om tystnad

# Har du ett barn som tystnar?

Det kan vara den osynliga diagnosen selektiv mutism.

## Vad är selektiv mutism (SM)?

SM är en ångestdiagnos som drabbar 1 av 100 barn och innebär en oförmåga att tala i vissa situationer. Barnet har oftast ett fullt fungerande språk hemma med familjen men klarar kanske inte av att tala i skolan eller i andra sociala situationer.

Barnet vill inget hellre än att prata, men kan inte på grund av ett ångestpåslag. Barnet kan ha endast SM, eller SM i kombination med annan diagnos.

”Man kan likna problematiken med att försöka hoppa från högsta trampolinen. Det finns inget barnet hellre vill, men det går inte eftersom hen är för rädd.”

Logoped Carina Engström

## Hur påverkas barnet av diagnosen?

Att inte kunna tala kan innebära missförstånd, utanförskap och till och med fara. En del barn med SM blir nedstämda eller deprimerade. Det är inte ovanligt med sömnsvårigheter, separationsångest och andra fobiska symptom. Ofta leder diagnosen till svårigheter i skolan. De flesta elever med SM förmår inte att be om hjälp, eller att signalera när de gör sig illa eller behöver gå på toaletten. Andra kan falla offer för grupstryck eller mobbning. Utan behandling kan barnen komma efter i sin sociala utveckling med jämnåriga och riskerar att möta ett långt utanförskap.

## Hur behandlas SM?

Exempel på metoder är barn- och familjeterapi eller beteendeterapi där barnet stegvis får träna på att prata med kamrater, skolpersonal och andra personer i barnets liv. När det gäller de lite äldre barnen kan ångestdämpande medicinering i gruppen SSRI ha effekt. Medicin bör dock alltid ges i kombination med annan behandling.

För barn i skolålder är det viktigt med ett nära samarbete mellan föräldrar, lärare, elevhälso-team samt psykolog och/eller logoped, eller annan behandlare med kunskap om SM. Behandlingen får oftast godare effekt ju yngre barnet är så därför är tidiga insatser viktiga. Det finns också mycket du som förälder kan göra hemma tillsammans med barnet, men i detta behöver du få stöd och riktlinjer. Föräldrar bör också erbjudas samtalsstöd.

”Jag vill kunna prata som alla andra, mamma, men det kommer inget.”

Pojke, 8 år

## Var söker man hjälp?

En nationell vårdplan saknas fortfarande för diagnosen och det ser därför olika ut i olika delar av landet. Men oftast är det BVC, BUP eller en logopedmottagning du som vårdnadshavare ska vända dig till.

I bland saknas kunskap om SM, både i skolan och inom vården. Kom ihåg att du då kan använda dig av valfrihetsreformen, och söka hjälp i en annan region. Lycka till.

Denna flyer är skapad och utgiven av projektet Tala om tystnad, med stöd från Allmänna Arvsfonden. Vi arbetar med att synliggöra diagnosen selektiv mutism nationellt i samarbete med vård och skola. Leta gärna upp podden Tala om tystnad på Acast, och ta del av övrigt material på [talaomtystnad.se](http://talaomtystnad.se) Kontakt: [info@talaomtystnad.se](mailto:info@talaomtystnad.se) Sociala medier: [#talaomtystnad](https://www.instagram.com/talaomtystnad) [@talaomtystnad](https://www.facebook.com/talaomtystnad)



ALLMÄNNA  
ARVSFONDEN