

Sigrun Schmidt-Traub

Selektiver Mutismus

Informationen für Betroffene, Angehörige,
Erzieher, Lehrer und Therapeuten

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
1 Erscheinungsbild des selektiven Mutismus	13
1.1 Diagnostische Kriterien	19
1.2 Kulturell und entwicklungsbedingte Störungen des Sprechens	21
1.3 Normale Angst, unbegründete Angst und Vermeiden	24
1.4 Psychische Störungen, die mit selektivem Mutismus einhergehen können	27
2 Faktoren, die zur Entstehung der sozialen Ängstlichkeit und des selektiven Mutismus beitragen	34
2.1 Verursachende Bedingungen	34
2.2 Auslösende Bedingungen	37
2.3 Aufrechterhaltende Bedingungen	38
3 Therapeutische Behandlung und Selbsthilfe	42
3.1 Überblick über Behandlungsmöglichkeiten	42
3.2 Behandlungsschritte	45
3.2.1 Beobachtung des unfreiwilligen Schweigens und Aufbau von Veränderungsbereitschaft	46
3.2.2 Bearbeitung von ängstlichen und anderen negativen Gedanken	54
3.2.3 Entspannung von Körper und Kehlkopf	60
3.2.4 Konfrontation mit Angst und Sprechversuchen in Selbsthilfe und Therapie	65
3.2.5 Wie wird in einer Therapie vorgegangen?	74
3.2.6 Medikamente für besonders schwierige Fälle	75
3.3 Elternarbeit	76
3.3.1 Unterstützungsmöglichkeiten für Eltern im Überblick	76
3.3.2 Praktisches Vorgehen für Eltern	77
3.4 Förderung durch Erzieher und Lehrer	87
4 Besonderheiten der Selbsthilfe bei selektiv mutistischen Jugendlichen und Erwachsenen	96

Inhaltsverzeichnis

Anhang 105

Literatur 107

Hilfreiche Adressen 109

Arbeitsblätter 110

Sachregister 129