

Ese alumno que no habla nunca, ¡ojo! puede ser por ansiedad. El mutismo selectivo afecta al aprendizaje y causa sufrimiento emocional

MARTA FDEZ. VALLEJO



El profesor pide a ese alumno que no suele participar en clase que cuente a sus compañeros qué ha hecho el fin de semana. El pequeño permanece callado, fija los ojos en el suelo y se nota la tensión en su gesto. El silencio en el aula se prolonga unos segundos mientras todas las miradas se dirigen hacia él, hasta que el maestro acaba con este pequeño 'suplicio' y pregunta a otro escolar. El docente habla con los padres para comentarles que su hijo está 'mudo' en clase y ellos se muestran sorprendidos y hasta incrédulos. «¡Pero si en casa no calla, es imposible!», suele ser la contestación de la mayoría de las familias. Los expertos describen así el comportamiento habitual de un menor que sufre 'mutismo selectivo', un trastorno de ansiedad que puede limitar el

aprendizaje y causa «mucho sufrimiento emocional».

Afecta al 1% de los menores, es más frecuente en niñas y los adultos suelen considerarlo timidez e incluso le restan importancia con comentarios del tipo 'es una fase', 'ya cambiará' o 'es muy vergonzoso'. La clave para detectar esta alteración es que «el niño solo se queda mudo en determinadas situaciones: en el colegio, en extraescolares, al relacionarse con desconocidos. Sin embargo, en casa o con personas de su entorno habla con normalidad», comenta Sergio González de Zárate, autor del libro 'El fin de la ansiedad en niños y adolescentes'.

Es un «trastorno de ansiedad que precisa tratamiento», aclara la psicóloga Patricia Solís. «No se debe confundir con la timidez porque perderíamos un tiempo muy valioso. Es un problema que causa un impacto psicológico negativo grande en los niños y, si no se trata, puede agravarse y complicar sus relaciones

sociales en el futuro», incide la experta.

El menor sufre esa ansiedad ante determinadas situaciones que interpreta como amenazas. «Puede sentir miedo a ser juzgado por sus compañeros, a que se rían de él, a no dar la respuesta adecuada a la pregunta del profesor... por eso lo interpreta como un peligro y se le bloquea el habla», añade González de Zárate. «La ansiedad es una reacción potente que te paraliza y puede esconder problemas que sufre el niño en casa», ahonda. Acontecimientos traumáticos

—como la pérdida de un ser querido, frecuente durante la pandemia, un cambio de residencia...— pueden precipitar este trastorno.

Desde Infantil

Esta alteración se suele detectar a partir de los 3 años, cuando el niño va al colegio. La psicóloga aconseja esperar al menos un mes desde que acude a

la escuela para darle tiempo a que se acostumbre, porque esos mismos síntomas pueden indicar únicamente que les cuesta integrarse en el aula. «También hay que descartar problemas de audición, trastornos

del neurodesarrollo o una discapacidad», apunta Solís.

El mutismo selectivo raramente desaparece de manera espontánea. Si no se trata, puede complicar la integración del menor en el colegio y someterle a un constante «malestar emocional». Viven situaciones diarias de alto sufrimiento para ellos, ya que estos pequeños «no son capaces de expresar necesidades básicas, como ir al baño, alertar de que sufre un dolor, pedir ayuda cuando no puede hacer una tarea o si se meten con él o le quitan algún material», detalla la psicóloga, responsable del máster de Educación Especial en la UNIR. Con el tiempo se acostumbra a evitar actividades y juegos que le obliguen a expresarse oralmente con sus compañeros. En muchos casos acaban por quedarse totalmente aislados.

El mutismo selectivo afecta a su rendimiento escolar. «Los niños en Infantil y Primaria aprenden de las interacciones sociales, de su relación con los demás, tanto en comunicación verbal, como no verbal. Si se cierran esas vías, estás limitando su capacidad de aprendizaje», advierte la psicóloga.

Los alumnos más mayores, ya adolescentes, también pueden desarrollar esta alteración. Nino Cervera, docente y autor del libro '¿Eres el profe que te hubiera gustado tener?', detalla su experiencia con estudiantes en su colegio. «Notas que deja de trabajar en grupo, no da su opinión, no quiere salir al recreo... Y comienzan a retraerse cada vez más. En el mejor de los casos, suelen tener sus dos o tres amigos o amigas de confianza, que son los únicos con los que hablan. Sin embargo son chavales que tienen habilidades académicas, aprenden los contenidos y pueden rendir bien. Lo único que debemos hacer es adaptar la metodología para que muestren sus conocimientos por escrito o que hagan las exposiciones al profesor de forma individual, no delante de toda la clase». El objetivo es tratar de que superen el problema poco a poco, «sin forzarles». Comenzar por trabajar en sus espacios de «confianza» y avanzar a otros más complicados para ellos.

Siente miedo a ser juzgado por sus compañeros y puede llegar a quedarse aislado



QUÉ HACER

No forzar

No obligarle a que hable en medio del aula, ya que despiertan la atención del resto de la clase y el niño siente todavía más ansiedad y se bloquea. Tampoco se le debe amenazar con consecuencias negativas por su actitud.

Actividades en el aula

Trabajar con toda la clase ejercicios para reducir la ansiedad, como la respiración o relajación, no solo con el afectado. Organizar actividades lúdicas que favorezcan la interacción y el contacto físico con los compañeros. Son recomendables los juegos de motricidad, de representación de sonidos o montar pequeñas obras de teatro con marionetas. Encargar al alumno pequeñas responsabilidades que impliquen relacionarse con el grupo y con otros adultos: llevar un cuento al tutor de otro grupo, repartir los materiales entre sus compañeros...

Reforzar cualquier avance

Si el pequeño sonrío, hace un movimiento de afirmación o cualquier gesto no verbal es bueno darle valor a ese logro, para hacer así un refuerzo positivo que le animará.