

# Mutig sprechen für die ganze Familie – Wie Eltern ihrem Kind helfen können, das Schweigen zu durchbrechen

In den USA etabliert sich derzeit das Konzept des „mutigen Sprechens“, um drei- bis achtjährige Kinder mit selektivem Mutismus zu therapieren. Bei dieser verhaltenstherapeutischen Methode wird ein spielerischer Ansatz mit spezifischen Kommunikationstechniken verbunden. Die Therapie findet nicht ausschließlich im Praxissetting statt, sondern vor allem an den Orten, an denen das Sprechen für die Kinder noch schwierig ist. Um sicherzustellen, dass die Kinder in allen Situationen unterstützt werden, werden die Eltern als Kotherapeuten fortgebildet. Therapeuten, Eltern und Pädagogen arbeiten idealerweise als Team zusammen.

Dieser Beitrag beschreibt und erklärt den Ansatz des mutigen Sprechens aus der persönlichen Erfahrung einer Familie heraus. Die Autorin ist Mutter einer Tochter mit selektivem Mutismus. Sie hat einen Masterabschluss in Deutscher Linguistik und Rhetorik, ist ausgebildete Journalistin und Studentin der Patholinguistik an der Universität Potsdam.

**Schlüsselwörter:** Mutig sprechen – selektiver Mutismus – Verhaltenstherapie – neuer Ansatz aus den USA – Elternt raining – Eltern als Kotherapeuten – Zusammenarbeit im Team mit Schulen

*Currently the concept of „brave talking“ gets more and more established when it comes to treating 3-8 year old children with selective mutism in the USA. This behavioral approach consists of a playbased approach that is combined with specific communication techniques. The therapy does not take place exclusively in the therapist's practice but is expanded to all the settings where children with SM do not dare to talk yet. In order to ensure that the children are supported over all settings the parents are trained as co-therapists. A team approach between therapists, parents and teachers is favoured.*

*This article describes and explains the personal experience of one family with the concept of brave talking. The author is the mother of a child with selective mutism. She holds a masters degree in Linguistics and Rhetoric, is a trained journalist and a student of Speech and Language Pathology at the University of Potsdam.*

*Keywords: brave talking – selective mutism – behavior therapy – new approach in the USA – parent training – parents as co-therapists – a team approach with schools*



Die Autorin:

- Sabine Laerum  
Charlottenstraße 5  
14467 Potsdam  
mutigsprechen@web.de

## 1. Einleitung

Für die Lehrer muss ich der ewige Kontrolletti gewesen sein. Die Mutter, die ihr Kind nicht loslassen kann, die sich einmischt und alles wissen will, jedes kleinste Detail: Hat mein Kind gesprochen? Mit wem? Wie laut? Zeitverzögert oder wie aus der Pistole geschossen? Redet sie von sich aus? Antwortet sie, wenn sie angesprochen wird? Spricht sie in großen Gruppen oder nur in Kleinen? Vielleicht verdrehten manche die Augen, wenn wieder eine E-Mail von mir in ihrem Postfach aufpoppte oder ich um ein Gespräch bat. Andere fanden es gut, dass ich mich so für mein Kind einsetze. Ich fühlte mich oft wie ein Staubsaugervertreter, den keiner gerufen hat, der aber trotzdem immer wieder anklopft. Unzählige Nächte lag ich schlaflos, weil ich mich sorgte. Mir graute davor, mit den Erzieherinnen oder den Lehrern Kontakt aufzunehmen, um herauszufinden, wie es meiner Tochter im Kindergarten und in der Schule erging. Es schmerzte mich immer wieder, die Wahrheit zu hören: Sara (Name geändert) konnte nicht mit den Erwachsenen sprechen und tat sich auch mit Kindern schwer, die sie nicht gut kannte.

Unsere Tochter wurde mit selektivem Mutismus diagnostiziert, als sie drei Jahre und zehn Monate alt war. Wir lebten damals in Amerika, weil mein Mann für seinen Job einige Jahre dorthin versetzt worden war. Dies gab uns die Chance, mit dem Child Mind Institute in New York zusammenzuarbeiten. Das ist eine Organisation, die sich auf die Behandlung psychiatrischer Probleme bei Kindern spezialisiert hat und eine der renommierten

Adressen zur Therapie des selektiven Mutismus in den USA ist. Der Kinderpsychologe Steven Kurtz, der diese Abteilung mit gegründet und bis vor einem guten Jahr geleitet hat, hatte damals schon über fünfhundert schweigende Kinder gesehen und vielen mit dem von ihm entwickelten Konzept des mutigen Sprechens geholfen. Die Idee des mutigen Sprechens ist eine verhaltenstherapeutische Methode, die ohne einen kognitiven Anteil auskommt. Das heißt, die Kinder müssen nicht bewusst mit daran arbeiten können, ihr Verhalten zu ändern. Das ist wichtig, weil selektiver Mutismus meist im Alter zwischen zwei und vier Jahren beginnt und das Gehirn von Kindern unter acht Jahren zum bewussten Reflektieren eines Problems noch gar nicht reif genug ist.

## 2. Eltern als Kotherapeuten

Einer der Schwerpunkte beim Konzept des mutigen Sprechens ist es, die Eltern als Kotherapeuten fortzubilden. Sie werden mit ins Boot geholt. Das Problem wird nicht für eine Stunde pro Woche ins Therapiezimmer eines Psychologen oder Sprachheiltherapeuten delegiert. Das ist sinnvoll, weil die Eltern diejenigen sind, die die meiste Zeit mit ihrem Kind verbringen und ihm dadurch auch in unzähligen Situationen beim mutigen Sprechen helfen können. Bis es soweit ist, kommunizieren sie aber meist auf eine Weise mit ihrem Kind, die das Schweigen ungewollt unterstützt. Lernen sie, das zu ändern, wird ihr Kind langsam, aber stetig viele positive Sprecherfahrungen machen und so das schweigende Verhalten überlernen. ▶

# Augen-Blick mal...

Mutismus.de – Die Fachzeitschrift

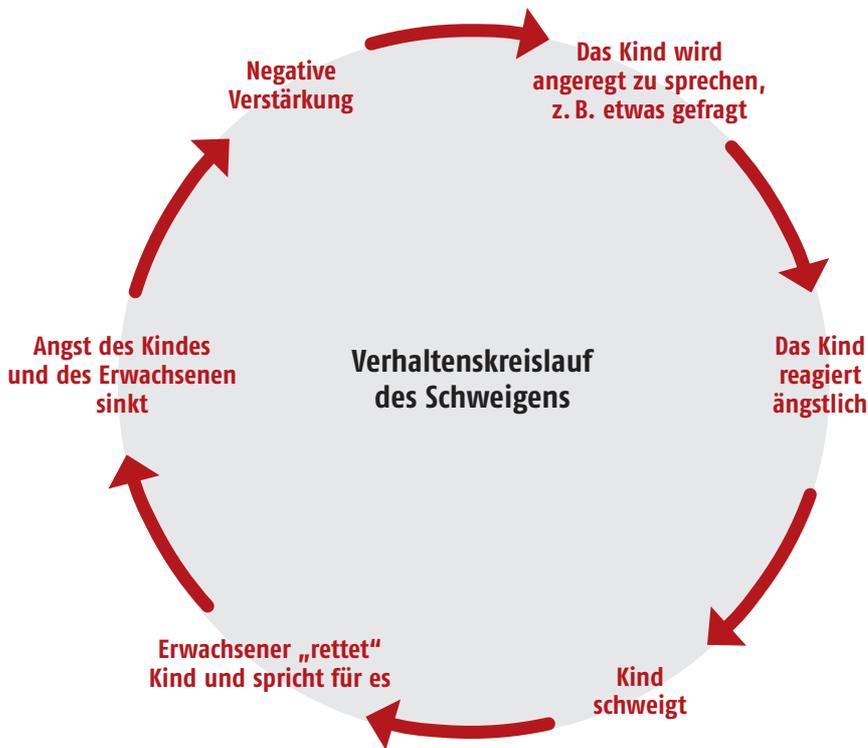


Abb. 1: Der Teufelskreis des erlernten Schweigens

### 3. Zusammenspiel von Anlage und Umwelt

Experten gehen davon aus, dass die Angst vor dem Sprechen genetische Ursachen hat, aber auch ein gelerntes Verhalten ist. Die Eltern spielen dabei eine wichtige Rolle, normalerweise ohne das zu realisieren. Ein Beispiel: „Wie heißt Du denn?“, fragte die Frau an der Supermarktkasse. Sara schweigt. Die Frau legt nach: „Na, bist Du wohl schüchtern?“ Schweigen. Sie versucht es mit einem Scherz: „Hast Du etwa Deine Zunge verschluckt?“ Schweigen. Die Situation wird immer unangenehmer. Also sage ich: „Sie heißt Sara.“ Wir fühlen uns alle besser. Aber Sara hat gelernt: Mama spricht für mich. Es ist ganz normal, dass wir einem Kind helfen möchten, das sich sichtlich unbehaglich fühlt. Doch wenn man für ein schweigendes Kind spricht, stärkt dies das Schweigen (s. Abb. 1). Was können Eltern stattdessen tun? Stumm daneben zu stehen ist keine Option, wenn ein Kind angesprochen wird und nicht antworten kann.

Steven Kurtz gab mir einmal diesen Satz an die Hand: „Sie arbeitet an ihrem mutigen Sprechen und ist noch nicht soweit, Ihnen zu antworten.“ Schuhverkäufer, entfernte Verwandte, Freunde, Fremde, Lehrer – noch jeder verstand diese Botschaft, ohne dass ich mehr dazu erklären musste. Das Wichtigste an diesem Satz aber ist, dass das Kind hört: Ich bin NOCH nicht so weit zu sprechen, werde es aber eines Tages können. Keine große Sache. Später, als Sara schon monatelang viel mutiges Sprechen geschafft hatte und ich wusste, dass sie so weit war, mit mir vor anderen zu sprechen, formulierte ich Fragen oft in eine Auswahlfrage um, die sie mir dann beantworten konnte: „Ist Dein Name Sara oder Hans Albert?“ „Sara.“ „Sara. Super gesagt.“

### 4. Eltern, Therapeuten und Pädagogen als Team

Ein zweiter Grund, warum die Therapeuten in New York die Eltern so stark in die Therapie mit einbeziehen, ist, dass sie eine Schnittstelle zum Kindergarten und der Schule sind. Das Sprechen fällt den meisten Kindern mit selektivem Mutismus genau in diesem Setting schwer. Darum braucht es jemanden,

der den Pädagogen zur Seite steht, sie aufklärt, was selektiver Mutismus ist und ihnen zeigt, wie sie helfen können. Unter anderem bat ich unsere Erzieherinnen und Lehrer anfangs täglich, später wöchentlich, dann zweiwöchentlich und schließlich nur noch einmal im Monat einen Sprach-Fragebogen auszufüllen (s. Abb. 2). Dieser schlüsselte auf, mit wem Sara in welchen Situationen wie viel sprechen konnte. Anhand dessen konnte ich dann sehen, in welchen Bereichen wir die Bedingungen für sie noch mehr verbessern konnten, so dass sie nach und nach immer angstfreier sein konnte.

### Schul-Sprach-Fragebogen

Name des Kindes: \_\_\_\_\_  
 Klassenstufe: \_\_\_\_\_  
 Ausgefüllt von: \_\_\_\_\_  
 Datum: \_\_\_\_\_

Bitte überlegen Sie, welches Verhalten und welche Aktivitäten sie im vergangenen Monat bei dem Kind beobachtet haben. Kreuzen Sie bitte an, wie häufig jede Aussage auf das Kind zutrifft.

	immer	oft	selten	nie
1. Wenn es angemessen ist, spricht das Kind mit den meisten Kindern in der Schule				
2. Wenn es angemessen ist, spricht das Kind mit ausgewählten Kindern in der Schule				
3. Wenn der Lehrer ihm eine Frage stellt, antwortet das Kind				
4. Wenn es angemessen ist, stellt das Kind seinem Lehrer Fragen				
5. Wenn es angemessen ist, spricht das Kind mit den meisten Lehrern und Angestellten der Schule				
6. Wenn es angemessen ist, spricht das Kind in kleinen Gruppen				

Abb. 2: Schul-Sprach-Fragebogen, entwickelt von Lindsey Bergman, Ph. D., University of California

Wir sahen an den Fragebögen zum Beispiel, dass Sara relativ schnell und überall mit ihren Klassenkameraden sprechen konnte. Um diese gute Erfahrung zu intensivieren, organisierte ich dann so viele Spieltreffen wie möglich. Das machte Sara selbstbewusst, bescherte ihr Tonnen von positiven Sprecherfahrungen und integrierte sie bestens in die Klassengemeinschaft. Der Fragebogen ergab zum Beispiel auch, dass Sara sich zwar im Unterricht auf Fragen der Lehrerin melden konnte, aber sie selten von sich aus ansprach. Ist doch egal, das machen viele schüchterne Kinder nicht, denken Sie jetzt vielleicht. Stimmt auch. Aber mein Kind ist nicht schüchtern und war an diesem Punkt außerdem schon auf einem sehr guten Weg, den selektiven Mutismus hinter sich zu lassen. Es war an der Zeit, am Initiieren von Gesprächen zu arbeiten. Wir hatten früher viele Situationen erlebt, in denen sie nicht um Hilfe fragen konnte, wenn sie sich verletzt hatte, und ich wollte nicht auf den letzten Metern aufgeben und riskieren, dass sie in diesem Punkt weitere Probleme haben würde. Darum bestand ich auf ein „finetuning“. Sara wollte die Lehrerin ansprechen, konnte es aber nicht. Damit sie sich das eher traut, durfte sie zwei Wochen lang jeden Morgen vor Schulbeginn und zusätzlich dreimal pro Woche mittags etwas Zeit mit der Lehrerin und mir verbringen. Wir spielten in dieser Zeit kleine Spiele, die das Sprechen fördern (s. Abb. 3):

- Spot it
- Tell Tale
- Story Cubes
- Galgenmännchen
- Zingo
- Hedbanz
- Ich sehe was, was Du nicht siehst
- Schiffe versenken
- Quartett



Abb. 3: Spiele, die zum Sprechen anregen

Um solcherlei Zugeständnisse von den Lehrern zu bitten, fiel mir nie leicht. Aber ich bin ein extrovertierter Typ, und darum war es mir trotzdem möglich. Für das Drittel der Eltern selektiv mutistischer Kinder, die selbst mit sozialen Ängsten kämpfen oder zu den sehr introvertierten Persönlichkeiten gehören, ist das viel schwieriger. Wenn Eltern aus emotionalen, logistischen oder zeitlichen Gründen nicht mit dem Kindergarten oder der Schule zusammenarbeiten können, muss jemand anderes einspringen. Das kann ein Therapeut sein, engagierte Großeltern, ein Au-pair oder ein Hortmitarbeiter, die sich in das Thema eingearbeitet haben. Die Erzieher und Lehrer aufzuklären und im Team mit ihnen zu arbeiten ist wichtig, damit ein Kind mit selektivem Mutismus besser in der Schule zurechtkommt. Ansonsten gehen viele Pädagogen einfach davon aus, dass die Kinder absichtlich schweigen.

## 5. Hartnäckige Mythen zur Sprechangst

Wenn Eltern beginnen, andere über selektiven Mutismus aufzuklären, brauchen sie Geduld. Sie werden zunächst möglicherweise mehr mit Mythen als mit Verständnis konfrontiert werden: Schweigen macht doch nichts. Das ist nur Schüchternheit. Das wächst sich aus. Das Kind hat ein Trauma. Bei der Geburt lief etwas schief. Das Kind spricht nicht, weil es missbraucht wird. Es ist autistisch. Es ist dumm. Es ist widerspenstig. Es will andere kontrollieren. Die Eltern machen etwas falsch. Es ist schwer zu akzeptieren, dass es manchmal eben einfach keinen klar definierten Grund für eine Angst gibt. Manchmal platzt sie eben einfach ins Leben wie ein ungebetener Gast. Keiner kann sagen, wie der Partycrasher hereingekommen ist. Aber dann setzt er sich auf die Couch und steht einfach nicht mehr auf. Doch der Mensch verlangt nach Klarheit. Es fühlt sich beruhigend an, wenn es eine klare Ursache für ein Problem gibt. Gefahr erkannt – Gefahr gebannt. Ein Kind sieht nicht gut? Es liegt an der Krümmung der Hornhaut. Brille auf und gut. A bewirkt B. Aber wenn ein Kind in manchen Situationen nicht spricht, obwohl es in anderen ganz normal sprechen kann, was dann?

Selektiver Mutismus ist eine *komplexe* Angststörung, die es Kindern schwer bis unmöglich macht, in der Öffentlichkeit zu reden, während sie zu Hause oder mit vertrauten Menschen wie Eltern und Geschwistern meist ganz normal sprechen können. Sie verstummen aber regelmäßig in Situationen, in denen Sprechen erwartet wird – zum Beispiel wenn Besuch kommt, auf Familienfeiern und Kindergeburtstagen, beim Arzt, beim Einkaufen, auf dem Spielplatz und ganz besonders im Kindergarten und in der Schule. Es ist ähnlich wie bei einer Phobie. Wer die Höhe fürchtet, steigt nicht auf Türme, wer Spinnen scheut, geht nicht in den Keller, wer Angst vor dem Sprechen hat, schweigt.

## 6. Die Angst zeigt sich individuell

Die Angst vor dem Sprechen hat dabei viele Facetten. Manche Kinder sind so ängstlich, dass sie gar nicht oder nur mit Gesten kommunizieren können – sie nicken, schütteln den Kopf, zucken mit den Schultern, deuten. Andere pusten, sagen einzelne Laute, ahmen Tiergeräusche nach, machen Babytöne. Dritte flüstern, sagen einzelne Worte oder auch ganze Sätze, aber nur zu ausgewählten Personen an ausgewählten Orten. Manche können mit Kindern sprechen und nicht mit Erwachsenen, es kann aber auch umgekehrt sein. Eines eint sie alle: Sie schweigen nicht vorsätzlich (s. Tafel 1 und 2).

- Als Faustregel gilt: Ein schüchternes Kind wärmt sich nach einer Weile auf und spricht. Ein Kind mit selektivem Mutismus kann jahrelang schweigen, wenn es keine Hilfe bekommt.
- Wenn ein Kind vier bis sechs Wochen nach dem Start des Kindergartens oder der Schule nicht spricht, sollte man aufmerksam hinschauen: Mit wem, wann und wo kann das Kind sprechen?
- Ist es zu gehemmt, um das zu tun, was ihm gut gefällt und was es tun möchte? Zeichnet ein Kind zu Hause gern, greift aber nie in der Kita zum Stift? Liebt es zu tanzen, verkrümelt sich aber bei der Ballett-AG scheu in eine Ecke? Kommt es mit nassen Hosen heim, weil es sich nicht getraut hat zu fragen, ob es zur Toilette gehen kann? Ist die Lunchbox unberührt, weil es Mühe hatte, vor anderen zu essen?

Tafel 1: Wann ist schüchtern zu schüchtern?

Das amerikanische Diagnostik-Manual DSM-5 stuft selektiven Mutismus seit dem Jahr 2014 als Angststörung ein. Vorher galt er als Spielart der Sozialphobie. An den diagnostischen Kriterien hat sich nichts geändert. Demnach liegt die Diagnose des selektiven Mutismus nahe

- wenn ein Kind in Situationen (z. B. im Kindergarten und in der Schule), in denen Sprechen erwartet wird, unfähig ist etwas zu sagen, obwohl es mit vertrauten Menschen und in gewohnter Umgebung normal reden kann
- wenn das Schweigen nichts damit zu tun hat, dass das Kind eine neue Sprache gerade erst lernt
- wenn das Schweigen die soziale, emotionale und akademische Entwicklung des Kindes beeinflusst
- wenn das Schweigen länger als einen Monat anhält
- es sollte ausgeschlossen werden, dass das Schweigen mit einer Kommunikationsstörung oder einer Entwicklungsstörung zusammenhängt.

Tafel 2: Wie erkennt man selektiven Mutismus?

Selektiver Mutismus trifft eines von 140 Kindern, wird aber oft übersehen. Denn Schweigen stört halt nicht. Anders als Kinder aus dem autistischen Spektrum oder solche mit der Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung gehen Mutisten selten über Tische und Bänke. Dazu kommt, dass Stillsein in Schulen erwünscht ist und gelobt wird. Sprechen wird nicht unbedingt explizit gefördert und Disziplin hat einen hohen Stellenwert. Gar nicht so selten verschweigen aber auch die Eltern, dass ihr Kind Angst vor dem Sprechen hat. Sie möchten nicht, dass es stigmatisiert wird, finden das Schweigen nicht so schlimm, hoffen, dass es nicht weiter auffällt oder sich von selbst gibt. Diese Strategie funktioniert selten. Wenige Kinder mit selektivem Mutismus können einfach so das Schweigen durchbrechen. Sie müssen in kleinen, systematischen Schritten das Sprechen wagen. Ich weiß nicht, wie viele tausend Male Sara ihre Angst vor dem Sprechen überwinden musste, bis sie von sich selber sagen konnte: Ich mache kein mutiges Sprechen mehr, ich spreche einfach.

## 7. Dreimal täglich mutig Sprechen

Steven Kurtz und seine Kollegin Laura Kirmayer rieten uns, dreimal täglich eine Situation zu finden, in der es eine Gelegenheit für Sara zum Üben des mutigen Sprechens gab – daheim beim Rollenspiel, beim Bäcker, beim Arzt, auf dem Spielplatz, im Schwimmbad, mit Nachbarn, mit Freunden, auf Familienfeiern, im Kindergarten oder in der Schule. Es ist anstrengend, die Tage nach potentiellen Sprechsituationen zu organisieren und es gab viele, an denen es mir nicht gelang.

Auch die engagierteste Familie braucht einmal eine Pause. Aber ich lernte, die kleinen Momente zu nutzen und so kam es, dass ich die Quengelware an der Kasse zu schätzen lernte: „Mama, krieg ich einen Lolli?“ „Wenn Du fragst, wie viel kostet, ja.“ Ist sie nun einfach zur Kassiererin gegangen und hat nach dem Preis gefragt? Mitnichten. „Was muss ich sagen?“, fragte sie mich und ich schlug ihr vor: „Was kostet der Lolli?“ Viele Kinder brauchen solches Soufflieren eine ganze Zeit lang. Es gibt sich, wenn sie selbstsicherer werden. Dann übten wir in einer entfernten Ecke im Laden. Ich spielte die Kassiererin und Sara fragte mich mehrere Male: „Wie viel kostet der Lolli?“ „Was kostet der Lolli. Das hast Du super gefragt. Ich glaube, er kostet 50 Cent“, antwortete ich. Dann schlich

sie sich an die Kasse an – mit mir in sicherer Nähe. Ihr Blick scannte die Umgebung um sicher zu stellen, dass bloß nicht noch mehr Menschen sie sprechen hörten. Waren zu viele in der Nähe, mussten wir anfangs abwarten, bis der Laden leerer wurde. Oft nahm ich sie auch auf den Arm, damit sie sich sicherer fühlte. Manchmal stand sie dann in letzter Sekunde doch da und brachte kein Wort heraus (s. Tafel 3). Dann traten wir gemeinsam zurück, übten nochmal und versuchten es erneut. Hatte sie es dann geschafft, zu sprechen, wiederholte ich wie beim Üben, was sie gesagt hatte und lobte sie dafür: „Was kostet der Lolli. Das hast Du super gefragt.“ Sie hat ihren Lolli stets gekriegt.

Ziel des mutigen Sprechens ist es, die Fähigkeit des Kindes zu stärken, seine Angst vor dem Sprechen auszuhalten (Muskeln aufbauen). Die Anzahl der Menschen, Orte und Aktivitäten, mit und in denen das Kind sprechen kann, wird langsam erhöht. Allmählich verringert sich so die Angst und das Kind entwickelt Stresstoleranz.

Wenn es mit dem Sprechen in einer Situation trotz aller Vorbereitung nicht klappt, greift Plan B, damit das Kind möglichst doch noch erfolgreich sein kann. Plan B kann heißen:

- im Laden andere Kunden vorzulassen
- rauszugehen und nochmal zu üben
- zurückzutreten und mit mehr Abstand zum Verkäufer zu sprechen versuchen
- Kind ins Ohr flüstern zu lassen
- eine Frage in eine Auswahlfrage umzuformulieren und den Eltern vor einer anderen Person zu antworten
- offen zuzugeben, wenn man die Fähigkeit des Kindes zu sprechen überschätzt hat: „Ich habe zwar gedacht, dass Du das Eis schon selbst bestellen kannst, aber jetzt scheint es doch wirklich schwer für Dich zu sein. Macht nichts, mein Fehler. Lass uns einfach erst noch üben, dann wird es Dir beim nächsten Mal leichter fallen.“
- falls ein Kind wirklich noch nicht so weit ist, in der Öffentlichkeit zu sprechen, aber zum Beispiel die Geschwister alle ein Eis bestellen, kann man nonverbale Kommunikation anregen und vor dem Verkäufer sagen: „Willst Du Vanille- oder Schokoladeneis? Zeig auf die Sorte.“ „Du zeigst auf Vanille. Gut gezeigt!“

Tafel 3: Plan B für alle Fälle

## 8. Das Senken der Angst kommt vor dem Sprechen

Bis Sara soweit war, dass sie überhaupt in einem Laden fragen konnte, wie viel ein Lolli kostet, hatte es viele, viele Monate gebraucht, in denen ich nur schaute, dass sie sich wohler fühlte, wenn andere Menschen anwesend waren. Im Kindergarten, in Geschäften, auf dem Spielplatz, beim Arzt, mit Freunden ging es mir jeweils nur darum, dass sie möglichst wenig nervös war und, wenn es gut lief, mit mir sprach. Denn am leichtesten ist es für viele Kinder mit selektivem Mutismus erst einmal vor *anderen* mit einer vertrauten Person zu sprechen – erst vielleicht auch nur mit einem Flüstern ins Ohr, später wird die Stimme immer lauter werden. Es spielt keine so große Rolle, wie laut

ein Kind spricht, es ist vor allem wichtig, dass es überhaupt spricht und dadurch Erfolgserlebnisse sammelt. Das gelingt in Minischritten und wenn man nicht aufgibt, kommt man auch im Schnecken tempo ans Ziel.

## 9. Mutig Sprechen in zwei Gängen

In den vielen Situationen, in denen es Sara noch unmöglich war zu reden, half es ihr am besten sich zu entspannen, wenn ich keine Fragen stellte und einfach nur beschrieb, was sie tat. Liefen wir am Morgen zur Schule, gab es zum Beispiel eine Wegbiegung, ab der ihre Worte immer mehr zu versiegen begannen. Ich merkte, das Sprechen wurde für sie mit jedem Schritt, dem wir uns der Schule näherten, schwieriger. Bei vielen Kindern mit selektivem Mutismus könnte man fast schrittgenau mit Kreide eine Markierung auf den Boden zeichnen, an der diese „Gefahrenzone“ für sie beginnt. Es hilft nichts, ein Kind dann in mehr Fragen zu verwickeln und zu hoffen, dass dadurch das Sprechen in Fluss gehalten wird. Besser ist es, genau dann in den ersten Gang des mutigen Sprechens zu schalten. Die New Yorker Therapeuten nennen das Child Directed Interaction (CDI), vom Kind geleitete Interaktion.

**In diesem ersten Gang, der Aufwärmphase CDI,** geht es darum, dass sich das Kind wohlfühlt und keinerlei Druck zu sprechen spürt. Eltern können immer dann in diesen Modus gehen, wenn sie merken, dass ihrem Kind die Worte im Hals stecken bleiben. Aber auch wenn eine neue Person ins Leben des Kindes tritt, hilft CDI von Anfang an, eine entspanntere Beziehung zu ihr aufzubauen. Gerade beim Kennenlernen eines neuen Lehrers ist das sehr hilfreich. Denn Kinder mit selektivem Mutismus haben die Eigenart, Menschen in Sprechpersonen und Nichtsprechpersonen einzuteilen. Das geschieht ziemlich schnell und es ist außerordentlich schwer für diese Kinder, mit jemandem zu sprechen, der bereits in der Nichtsprechkategorie gelandet ist. Ein guter Start ist darum essentiell.

- Trifft man ein Kind mit selektivem Mutismus, sollte die Aufwärmphase mindestens 20 Minuten dauern. Das gilt auch, wenn es früher schon Situationen gab, in denen das Kind mit einem sprechen konnte. Ideal ist dieses Vorgehen auch in Situationen, in denen die Sprache plötzlich versiegt, zum Beispiel, wenn man sich der Schule nähert.
- Man lässt sich in dieser CDI-Aufwärmphase ganz vom Spiel des Kindes leiten und stellt dabei *überhaupt keine* Frage. Denn wer nichts fragt, erwartet keine Antwort und das nimmt den Erwartungsdruck zu sprechen komplett fort.
- Die beste Art, mit einem Kind Kontakt zu knüpfen ist es, zu spielen. Dabei nutzt man die sogenannten PRIDE SKILLS:
 

**PRIDE** steht für

  - Praise (loben)
  - Reflect (wiederholen)
  - Imitate (imitieren)
  - Describe (beschreiben)
  - Empathy (Begeisterung zeigen).
- Statt Fragen zu stellen, *beschreibt und lobt* man, was das Kind tut – ähnlich wie ein Sportreporter, der ein Fußballspiel kommentiert. Würde man sonst fragen: Willst Du mit den Autos spielen?, sagt man nun:
  - Du nimmst ein blaues und ein gelbes Auto. Du stellst sie in die Park-Garage und lässt sie herunterfahren (Beschreibung).
  - Ich mag, wie Du die Autos runtersausen lässt (spezifisches Lob, Begeisterung).

- Ich lasse auch ein Auto herunterfahren (Imitation).
- Oh, Du nimmst noch einen Laster und stellst ihn hinter mein Auto. Du hast eine echt schöne Reihe aufgestellt (Beschreibung, spezifisches Lob).
- Diese Art zu sprechen ist anfangs ungewohnt, aber sie lohnt sich, denn sie signalisiert dem Kind: Ich finde gut, was Du machst, ich finde Dich toll. Das stärkt das Selbstvertrauen und weil es keine Fragen gibt, hat das Kind Zeit, in Ruhe Kontakt aufzunehmen.
- Idealerweise sollte man in einer CDI-Phase innerhalb von fünf Minuten zehn *Verhaltensbeschreibungen* machen und das Kind dabei zehn Mal *spezifisch loben*, also sagen, was einem genau gefällt – zum Beispiel: Du legst den blauen Bauklötz auf den grünen. Ich mag wie *behutsam* Du die Bauklötze aufeinander stapelst.
- Alles, was das Kind sagt, auch jedes Geräusch, wird wiederholt und gelobt. Manche Kinder beginnen bei dieser Art des Spielens schon von sich aus ein paar Worte zu sagen. Zum Beispiel hält das Kind ein Auto hoch und sagt: „Rot“. Das ist eine wunderbare Chance das Sprechen zu loben: „Rot. Das hast Du gut gesagt“ (spezifisches Lob).
- Fragen, Anweisungen (Sag mir, welche Farbe der Bauklötz hat) oder negative Bemerkungen (Sonst kannst Du doch auch reden wie ein Wasserfall) sind nicht erlaubt, ebenso wie das „Gedankenlesen“. Um die Stille zu überbrücken, ist es für Erwachsene nämlich verlockend, die Handlungen des Kindes zu interpretieren. Das Kind stapelt zum Beispiel schweigend Bauklötze aufeinander und der Erwachsene sagt: „Das ist ja ein schöner Turm.“ Aber vielleicht baut das Kind eine Rakete, kann es aber nicht sagen. Gedankenlesen beraubt das Kind seiner eigenen Geschichte. Es braucht Geduld abzuwarten, bis es soweit ist, dass es sie selbst erzählen kann.

Viele Kinder mit selektivem Mutismus werden allerdings auch beim entspanntesten Spiel nicht einfach so von sich aus mit dem Sprechen beginnen können. Steven Kurtz hat aus diesem Grund die Aufwärmphase mit einem zweiten Gang ergänzt – der „verbal gelenkten Interaktion“ (verbal directed interaction/VDI). In diesem Gang geht es darum, Kommunikationsangebote in kleinen Schritten zu machen. Konkret bedeutet das, nach frühestens 20 Minuten eine einzige Auswahlfrage zu stellen (z. B. „Willst Du einen Apfel oder eine Birne?“). Eine Auswahlfrage zu stellen, fällt den meisten Menschen allerdings nicht so leicht, ihnen fallen viel eher Fragen ein, die sich mit Ja oder Nein beantworten lassen.



**Ja-Nein-Fragen** sind aber wenig hilfreich, denn die meisten Kinder mit selektivem Mutismus werden sie mit Kopfschütteln oder Nicken beantworten und damit eine weitere Chance zu sprechen verpassen. Selbst falls ein Kind mit Ja oder Nein antwortet, ist damit nicht viel gewonnen. Fragt man: Willst Du einen Jogurt essen?, ist mit einem „Ja“ die Konversation vorbei, bevor sie richtig angefangen hat. Ja-Nein-Fragen sind gut gemeint und sollen es dem Kind leichter machen. Aber wenn es mit Nicken, Kopfschütteln, Ja- und Nein-Sagen durch den Tag geht, bleibt es bei einer Minimalkommunikation. Diese lässt es selbst und andere glauben, dass es spricht, obwohl es das nicht wirklich tut. ▶



eignen sie sich nicht. Um sich Ziele zu setzen, sprechen viele Kinder sehr gut auf Visualisierungen an. Wir haben mit unserer Tochter zum Beispiel kleine „Mutleitern“ benutzt, bei denen sie neben jede Sprosse schrieb, welchen Schritt sie sich jeweils vorstellen konnte zu bewältigen. So sah zum Beispiel die Mutleiter aus, die Sara aufgeschrieben hat, als sie übte, mit ihrem Tennislehrer German zu sprechen (s. Abb. 4):



### 11. Lieblingsfragen an allen Orten

Angenommen, ihr Kind möchte mit einer netten Nachbarin Kontakt aufnehmen, dann könnte ein erster Schritt sein, sie einfach nur anzusehen, ein

zweiter, sie anzulächeln, ein dritter, Ihnen vor der Nachbarin eine Auswahlfrage zu beantworten, die Sie aber vorher zusammen geübt haben: „Ist Deine Lieblingsfarbe grün oder blau?“ „Blau.“ „Blau. Gut gesagt!“ Gelingt das, kann die Nachbarin Ihrem Kind eine ähnliche Auswahlfrage stellen: Magst Du lieber Pizza oder Pommes? Hast Du lieber Katzen oder Hunde? Magst Du den Winter lieber oder den Sommer? Klappt das, kann die Nachbarin die sogenannten Lieblingsfragen stellen, die Sie aber vorher mit Ihrem Kind geübt haben sollten, weil es offene Fragen sind: Was ist Dein Lieblingssport, dein Lieblingsessen, dein Lieblingstier etc. Das Gute an den Lieblingsfragen ist, dass man sie immer und überall üben kann – im Auto, beim Abendessen, beim Zähneputzen etc. Mit jedem Mal gewinnt Ihr Kind mehr Sicherheit und so werden sie ihm allmählich leichter fallen. Ich habe mir die Lieblingsfragen auf bunte Karten geschrieben, sie laminiert und mit einem Schlüsselring zusammengeklippt. Sara war damals fünf Jahre alt und alles, was bunt war, kam gut an. Wenn wir andere Kinder zu Besuch hatten, habe ich ihn auch schon mal hervorgezogen und allen die Fragen gestellt. Sie fanden es lustig und Sara machte von sich aus mit.



### 12. Belohnungen statt Bestechungen

Es half sicher, dass Sara wusste, dass sie sich am Abend für mutiges Sprechen stets eine Belohnung aus unserer Belohnungskiste aussuchen durfte. Belohnungen sind

hilfreich, um Kinder zu motivieren, ihre Mutmuskeln zu trainieren. Mit einem einfachen Stickersystem kann man zum Beispiel abmachen, „wenn Du zehn Sticker hast, darfst Du Dir eine Kleinigkeit aus der Preisbox aussuchen“. Diese Belohnungen dienen als Verstärker des erwünschten Verhaltens, eben des Sprechens. Sie machen dem Kind noch einmal besonders deutlich: Es ist gut, wenn ich spreche, es lohnt sich für mich. Bestechungen dagegen sind schädlich. Sie funktionieren nach einem Wenn-Dann-Muster: „Wenn Du mit Frau Soundso sprichst, bekommst Du ein Geschenk.“ Gerade bei Vorschulkindern klappt ein Stickersystem meistens sehr gut und es genügen kleine 1-Euro-Preise, um sie bei der Stange zu halten. Ältere Kinder möchten oft lieber mit einem Punktesystem auf einen größeren Preis hinarbeiten. Je leichter das Sprechen fällt, umso unwichtiger werden die Belohnungen. Unsere Preisbox war anfangs stets vorsorglich gefüllt, mittlerweile ist sie ziemlich leer und sammelt Staub an. Bis es soweit war, war es eine lange Reise.

### 13. Fazit

Als Sara drei Jahre alt war, konnte sie nur mit drei Menschen auf der Welt ganz entspannt sprechen: Mit mir, ihrem Vater und ihrem Bruder. Daheim mit uns sprach sie ganz normal. Verlieben wir das Haus, war es, als habe ihr jemand Sekundenkleber über die Lippen geschmiert.

Als sie sechs Jahre alt war, sagte sie: „Die schlimmste Zeit in meinem Leben war, als ich nicht mit den Menschen sprechen konnte.“

Heute ist sie sieben Jahre alt und nicht mehr als selektiv mutistisch diagnostizierbar. Aber es gibt trotzdem noch manche Situationen, in denen sie plötzlich gehemmt ist und ihr das Sprechen deutlich schwer fällt.

Neulich hatten wir Verwandte zu Besuch, und als die Gäste ins Haus kamen, zog sie sich erst einmal zurück. Doch im Gegensatz zu früher ist diese Reaktion nun weit in der Minderzahl. Sie kann sich jetzt meistens aufwärmen und reden, wenn auch nicht immer so schnell und leicht und spontan wie andere Kinder. In vielen Situationen redet sie jetzt auch so viel und laut, dass sich die Leute mit hochgezogenen Augenbrauen zu uns umdrehen. Wir rügen Sara nie. Es ist unser großes Glück, dass sie spricht.



### Informationstafel I Sieben Regeln zum mutigen Sprechen

- Erst mal keine Fragen stellen.
- Stattdessen beschreiben und spezifisch loben, was das Kind tut: Statt „Du willst bestimmt mit den Autos spielen“ sagen: „Du nimmst die Autos. Ich mag, wie Du die Autos so ordentlich nebeneinander stellst.“
- Auswahlfragen stellen, sobald das Kind sich etwas öffnet: „Möchtest Du mit dem roten oder dem blauen Auto spielen?“
- Offene Fragen stellen, wenn Auswahlfragen klappen: „Was möchtest Du als Nächstes spielen?“
- Stets fünf Sekunden warten: Kinder mit selektivem Mutismus antworten oft zeitverzögert.
- Das Gesagte wiederholen und loben: „Ich möchte mit den Autos spielen.“ – „Du magst mit den Autos spielen, gut gesagt!“
- Niemals Ja/Nein-Fragen stellen: Sie lassen sich mit Kopfschütteln oder Nicken beantworten. Das Kind wird so das Sprechen vermeiden.

## Informationstafel II Schulstart im angstfreien Klassenzimmer – das können Eltern tun

Damit Ihr Kind in der Schule leichter sprechen kann, brauchen Sie eine Schule (oder einen Kindergarten), die mit Ihnen kooperiert. Bekommen Sie oder der Therapeut Ihres Kindes keinen Zugang zu den Räumen, ist Ihre Anwesenheit unerwünscht und niemand offen dafür, mehr über selektiven Mutismus zu lernen, ist das mehr als ungünstig. Selektiver Mutismus ist heilbar, aber um so weit zu kommen, müssen Eltern, Lehrer und Schule am gleichen Strang ziehen. Ihr Kind braucht eine Weile bestimmte Zugeständnisse.

- Kinder mit SM profitieren ungemein davon, wenn sie sich systematisch und in kleinen Schritten an neue Menschen, Orte und Aktivitäten gewöhnen können. Denn immer, wenn sich eine dieser drei Variablen ändert, ist das eine verunsichernde Herausforderung, die das Sprechen schwerer macht. Idealerweise besuchen Sie darum mit Ihrem Kind die Schule oder den Kindergarten mehrmals, bevor das neue Schuljahr überhaupt startet. Beschnuppern Sie zusammen das zukünftige Klassenzimmer, die Cafeteria, die Turnhalle, die Umkleidekabinen, die Toiletten, das Musikzimmer, den Kunstraum, den Spielplatz – eben alle Bereiche, in denen Ihr Kind sich aufhalten wird.
- Wichtig ist es, dass Sie die Schule dann besuchen, wenn wenig los ist. Denn wenn sich immer nur eine Variable auf einmal ändert, kann sich Ihr Kind am besten an eine neue Situation gewöhnen. Gehen Sie also alleine mit Ihrem Kind ins zukünftige Klassenzimmer, ändern Sie die Variable des Ortes. Kommt die Lehrerin auch dazu, hat sich auch die Variable der Person geändert. Das wäre dann für den Anfang schon zu viel.
- Für jede verbale Äußerung, jedes Lachen, jeden Ton, jedes Flüstern, jedes Miauen, jede Babysprache und jedes Mitmachen bei einer Aktivität klebt Ihr Kind einen Sticker auf ein Blatt Papier. Bei jüngeren Kindern sind diese Sticker oft schon Motivation genug zu sprechen, ältere Kinder brauchen eventuell eine zusätzliche Belohnung, um ihren Mut zusammenzukratzen.
- Es ist gut, in der Schule gemeinsam Spiele zu spielen, bei denen Sprache eine Rolle spielt – zum Beispiel „Ich sehe was, was Du nicht siehst“ oder „Galgenmännchen“.
- Auch Bewegungsspiele helfen gut, die Angst zu senken: einen Luftballon herumkicken, einen Tisch zur Tischtennisplatte umfunktionieren, kleine Würfelsäckchen mitbringen, Wettrennen auf dem Spielplatz machen. Am besten funktionieren Spiele, die Ihr Kind auch zu Hause in vertrauter Umgebung gern spielt und bei denen es normalerweise spricht.
- Bei diesen Schnupperbesuchen geht es darum, dass Ihr Kind sich mit Ihnen an der Seite sicher genug fühlt, die Schule zu erkunden und dort mit Ihnen zu sprechen. Erst wenn das mit einiger Leichtigkeit klappt, kann man eine weitere Person mit dazu nehmen – zum Beispiel ein Geschwisterkind oder einen guten Freund und später auch die Lehrerin.
- In der Woche bevor das neue Schuljahr startet, ist in Schulen schon einiges los – die Lehrer haben Besprechungen, organisieren Lehrmaterial oder halten Fallbesprechungen zu Kindern, die besondere Bedürfnisse haben. In diesen Tagen kann ein Kind mit SM seinen Lehrer unkompliziert in einer 1:1-Situation treffen, indem es zum Beispiel hilft, das Klassenzimmer herzurichten. Im Klassenzimmer spricht es ja schon mit Ihnen dank der Schnupperbesuche und wenn die Lehrerin dann langsam dazu kommt und sich an die Regeln des mutigen Sprechens hält und erst einmal keine Fragen stellt, ist schon ein guter Start gemacht. Noch besser wäre es, wenn das erste Kennenlernen bei Ihnen zu Hause stattfindet. Den meisten Kindern mit SM fällt das Sprechen daheim am leichtesten.

## Informationstafel III Eine Tasche voller Mut

Damit das Sprechen überall spielerisch geübt werden kann, hilft ein kleines Mutig-Sprechen-Necessaire. Darin stecken Dinge, die das Sprechen fördern und Spaß machen. Im Restaurant, im Bus, beim Arzt im Wartezimmer kann man dann dieses Täschchen hervorziehen. So werden Situationen, in denen früher alle stumm waren, zu Sprechsituationen. Gut geeignet sind:



- Das Spiel „Spot it“
- Lieblingsfragen laminiert an einem Schlüsselring
- Luftballons zum Aufblasen und herumkicken
- Eine Schreiftafel zum Galgenmännchen spielen
- „Story cubes“, kleine Würfel mit Bildern, mit deren Hilfe man eine Geschichte zusammen erfinden kann
- Belohnungsaufkleber
- Ein, zwei kleine Belohnungen
- Ein Pixi-Buch zum Vorlesen. Dabei lassen sich dem Kind gut Auswahlfragen stellen – „Wird der böse Zauberer am Ende eigentlich gut oder bleibt er böse?“