



# Association OUVRIR LA VOIX



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

Le **mutisme sélectif (MS)** est un **trouble lié à l'anxiété** qui s'apparente à une **PHOBIE (peur paralysante/ grande inhibition sociale/manque de confiance en soi)**.

**PHOBIE**

Le MS peut être surmonté, si on procède **de façon méthodique et progressive**.

Il est essentiel de comprendre le **caractère involontaire du MS** : ce n'est pas un caprice de la part de l'enfant, de l'adolescent ou de l'adulte qui en souffre.

L'enfant doit savoir que le MS n'est pas quelque chose qu'il va trainer à vie, et que **des solutions existent** 😊

**Les écoles** doivent comprendre que la méthode du **Kit Ecole** (Programme d'introduction progressive de la parole en milieu scolaire) est le **coup de pouce nécessaire** dont l'enfant a besoin pour passer du silence à la parole aisée dans son parcours scolaire, par étapes graduelles successives.



**Mettre une pression** ou donner des ultimatums pour que l'enfant parle **ne sert à rien**, sauf à augmenter son anxiété et à aggraver la situation.

**La clef du succès** : On aide l'enfant à faire face à sa peur de parler de façon graduelle et dans les lieux où cette peur est présente (école, magasins ou lieux publics, réunions familiales).



**L'évitement n'est pas conseillé**. Cela rend les choses plus difficiles sur le long terme. Accompagnez son enfant ou son élève pour que chaque expérience soit positive et que l'enfant ait envie de recommencer.

**La confiance en soi** se construit en essayant de faire de nouvelles choses, en progressant pas à pas. Chaque succès est positif et a un effet boule de neige.



**AIDEZ les enfants et les jeunes à dépasser le mutisme sélectif !**

Renseignements à Association **OUVRIR LA VOIX**

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

Association reconnue d'intérêt général et agréée par le Ministère de l'Education Nationale

<http://www.ouvrirelavoix.fr>

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