

Tekst: Eustache Sollman

Selectief mutisme

Wanneer een kind niet praat

Kinderen met selectief mutisme zeggen weinig of zelfs helemaal niets in de klas. Hoe komt dat? En wat hebben deze kinderen nodig van jou als begeleider en van hun leraren? Eustache Sollman (ambulant begeleider, gespecialiseerd in selectief mutisme) geeft in dit artikel uitleg en tips.

Kinderen kletsen op school vaak veel, soms misschien zelfs te veel. Toch zijn er ook leerlingen die heel zwijgzaam zijn. Niet omdat ze een taal- of spraakstoornis hebben, maar omdat ze blokkeren. Deze kinderen hebben selectief mutisme. Dit is een angststoornis waarbij kinderen thuis wel praten, maar in andere sociale situaties niet. Dat is geen onwil, maar onmacht.

Is het geen verlegenheid?

Verschillen tussen verlegenheid en selectief mutisme zijn niet altijd meteen duidelijk. Maar ze zijn er wel degelijk. Verlegen kinderen zeggen liever niet veel, maar als het moet, dan doen ze het wel. Kinderen met selectief mutisme lukt het juist niet om te praten als het moet.

Verlegenheid wordt gezien als karaktereigenschap, terwijl selectief mutisme een angststoornis is

(De Jonge, 2016; Dijkstra, 2003; Carducci, 2004; Güldner, 2012). Je spreekt van een stoornis, als de ontwikkeling van het kind erdoor verstoord wordt.

Selectief mutisme is geen taal- of spraakprobleem, maar een angststoornis

Het gevaar is niet echt, de angst wel

Kinderen met selectief mutisme praten alleen wanneer zij zich veilig genoeg voelen, binnen hun comfortzone. Als sociale situaties als 'gevaarlijk' ervaren worden, slaan ze dicht. Wanneer er gevaar dreigt, reageren onze hersenen direct. De amygdala (het deel van de hersenen dat zintuiglijke ervaringen koppelt aan emoties) geeft een signaal waardoor we een van de drie angstreacties

Diagnose en behandeling

Wanneer is er sprake van selectief mutisme? En hoe kan deze stoornis behandeld worden?

De diagnose 'selectief mutisme' wordt gesteld door een kinderpsychiater, gz-psycholoog, klinisch psycholoog of psychotherapeut met behulp van de DSM-5, het handboek voor de classificatie van psychische stoornissen. Hierin worden vijf criteria beschreven, waaraan voldaan moet worden om deze diagnose te kunnen stellen:


- 'Consistent niet spreken in sociale situaties waarin dit wel wordt verwacht (zoals op school), ondanks het feit dat de betrokkene in andere situaties wel spreekt.
- De stoornis interfereert met de prestaties op school, opleiding of werk of in de sociale communicatie.
- De duur van de stoornis bedraagt minstens één maand (en is niet beperkt tot de eerste maand op school).
- Het niet spreken kan niet worden toegeschreven aan een gebrek aan kennis van of vertrouwdheid met de in de sociale situatie gesproken taal.

- De symptomen kunnen niet beter worden verklaard door een communicatiestoornis (bijvoorbeeld een stoornis in de spraakvloeïendheid ontstaan in de kindertijd) en treden niet uitsluitend op in het beloop van de autismespectrumstoornis, schizofrenie of een andere psychotische stoornis' (American Psychiatric Association, 2015, pagina 295).

Ongeveer één tot zeven op de duizend kinderen wordt gediagnosticeerd met selectief mutisme (Güldner, 2012). De stoornis openbaart zich meestal als kinderen drie, vier of vijf jaar zijn. De meeste kinderen met selectief mutisme volgen regulier basisonderwijs of voortgezet onderwijs. Als de diagnose is gesteld, is het belangrijk dat er behandeling geboden wordt. Bewezen effectief is de inzet van gedragstherapie (Boer, 2011; Güldner, 2012; Johnson & Wintgens, 2006; McHolm et al., 2005; Smith & Sluckin, 2015). Hierbij wordt gebruikgemaakt van twee behandelprotocollen: 'Praten op school, een kwestie van doen' en 'Spreekt voor zich.' Op de website van de Stichting Selectief Mutisme (selectiefmutisme.nl) vind je een overzicht van behandelaren.

vertonen: vechten, vluchten of bevriezen. Dit zijn belangrijke reacties, die de mensheid nodig heeft om aan echt gevaar te ontkomen (Boer, 2011). Op gevaarlijke momenten moet je niet eerst gaan nadenken wat je gaat doen; er moet direct een (re)actie komen.

Bij kinderen met selectief mutisme zie je vaak de bevriezen-reactie optreden. Ook als er niet echt gevaar is. Een voorbeeld: de leraar stelt een vraag en de leerling moet antwoord geven. Dat gebeurt niet, want de hersenen van de leerling geven een angstreactie af, waardoor de leerling bevriest en diens mond op slot gaat. Hoe meer de leraar vervolgens probeert deze leerling zover te krijgen om te antwoorden, hoe groter de angstreactie wordt. Sprake van een groot gevaar is er niet in deze situatie. Wat kan er nou gebeuren als een leraar een vraag stelt aan een leerling? Maar toch treedt de angstreactie op. Het gevaar is niet echt. De angst die het kind ervaart wel.

 Ook als er geen gevaar is, kunnen kinderen met selectief mutisme bevriezen

Taal geven aan wat je ziet

Tijdens het begeleiden van een kind met selectief mutisme noem ik de angstreactie die optreedt 'blokkeren'. Dit bespreek ik ook zo met het kind. Ik probeer zo concreet mogelijk te beschrijven wat ik opmerk bij de leerling: 'Ik zie dat je naar beneden kijkt, je voeten wiebelen, je friemelt met je vingers aan je mouw, je doet de boord van je trui in je mond. Je weet niet wat je nu moet doen, het lukt je even niet. Dit noemen we blokkeren. Dat is niet erg, dat komt omdat je het spannend vindt. Ik ga je erbij helpen.' Als kinderen geblokkeerd zijn, zijn ze over het algemeen moeilijk te bereiken. Het lukt dan niet om

Adviezen voor in de klas

Ook leraren doen er goed aan een kind met selectief mutisme houvast – en dus veiligheid – te bieden. Hoe kunnen leraren zo'n veilige omgeving creëren?

Bijvoorbeeld door te werken met een gestructureerd dagprogramma. Maar ook, door opdrachten te verduidelijken. Waar het gemiddelde kind misschien aan de uitleg en drie werkstappen voldoende heeft, kan het voor kinderen met selectief mutisme fijn zijn als de leraar de stapjes kleiner maakt, dus meer stuurt. Dit kan leraren het gevoel geven dat ze deze leerlingen zo meer persoonsafhankelijk maken. Maar door juist dat stapje terug te doen, in bepaalde situaties, geven ze kinderen met selectief mutisme als het ware een duwtje in de rug. Ze kunnen op de leraar vertrouwen, hoeven het niet alleen te doen. Dit zorgt voor minder spanning, minder angst en meer ruimte om de controle wat los te laten en mee te gaan doen. Wanneer kinderen de schoolse omgeving als veilig ervaren, kunnen zij meer zichzelf zijn en komen ze meer tot ontplooiing (Güldner, 2012; McHolm et al., 2005). Op de langere termijn werken leraren zo juist aan de autonomie van het kind.

verbaal te reageren. En de meeste kinderen met selectief mutisme lukt het ook niet meer om tot ander handelen te komen, bijvoorbeeld tot knikken of schudden met hun hoofd op een gesloten vraag die je stelt.

Het is van belang dat een kind uit de situatie wordt gehaald. Het geeft dan houvast wanneer jij 'ondertiteling' geeft, dus dat je woorden geeft aan wat je ziet en doet: 'Omdat het nu niet lukt, stoppen we met dit spel. Kijk, ik leg het weg; je hoeft het nu niet te doen. We gaan iets doen wat de vorige keer heel goed ging, dat gaat je nu ook weer lukken.' Vervolgens leg je letterlijk het ene uit beeld en komt het andere ervoor in de plaats. Een voorbeeld wordt hieronder gegeven in de casus van Maaïke.

Maaïke zit in groep 1. Ik begeleid haar nu een half jaar. Maaïke maakt mooie stappen, maar soms blokkeert ze even. Vanmorgen speelden we een spelletje waarbij ik

Tips van de redactie! In het septembernummer van 2016 van 'Beter Begeleiden' schreef Eustache Sollman ook een artikel over selectief mutisme. In het oktobernummer van 2020 verscheen een artikel over bijzonder stille kinderen, dat vooral de nadruk legt op kinderen met sociale angst.

kaartjes van dieren liet zien en Maaïke het dierengeluid moest maken. Dit lukte vorige week, dus ik wilde ermee doorgaan. Maar vandaag liep het stroever. Maaïke had haar dag niet zo, dat gaf de leraar ook al aan toen ik haar op kwam halen uit de klas. Ook toen we het samen deden, lukte het dit keer niet. Ik zag dat Maaïke steeds meer blokkeerde en een traantje liep over haar wang. 'Ik zie dat het even niet lukt Maaïke, de dierengeluiden komen niet en ik zie zelfs een traantje. Dan weet ik dat je het nu heel moeilijk vindt. Dat is niet erg. Kijk, ik doe de kaartjes weer in het doosje; we vegen de traan weg. We gaan nu eerst iets doen wat je altijd heel goed kunt en leuk vindt: de kaarsjes uitblazen. Kom maar mee, ze staan al op de tafel. Ik steek ze aan en kom daarna weer bij je staan. Ik tel tot drie en dan rennen we snel naar de kaarsjes en blazen ze uit. Klaar? Een, twee drie!' Maaïke kwam uit haar blokkade en deed mee met het uitblazen van de kaarsjes. Eerst nog wat twijfelachtig, maar hoe gekker ik deed, hoe makkelijker het werd voor haar.

Als jij de situatie 'ondertitelt', geeft dat houvast

'We gaan het wel doen, maar ik help je erbij'

Wanneer je als begeleider of leraar ziet dat een kind iets spannend vindt, kun je de neiging hebben te zeggen dat het kind niet mee hoeft te doen. Dat kan soms een goede keus zijn, maar het is tevens een valkuil. Pas op dat je de leerling niet steeds aanmoedigt om 'lastige' situaties uit de weg te gaan. Vermijden geeft de leerling met selectief mutisme op korte termijn een fijn gevoel ('Ik hoef het niet te doen'). Maar op langere termijn kan vermijding er juist voor zorgen dat het steeds moeilijker wordt ('Ik heb dit nooit hoeven doen, dus gaat het mij nu ook niet lukken') (De Jonge, 2016; Güldner, 2012; Johnson & Wintgens, 2006).

Je kunt er vaak beter voor kiezen om kinderen met selectief mutisme juist wel mee te laten doen met activiteiten, in de klas en in één-op-éénsituaties, maar hen daarbij te ondersteunen. Ook hierbij is het goed



te ondertitelen wat je doet: 'Ik zie dat je het spannend vindt. We gaan het wel doen, maar ik help je erbij en zorg ervoor dat het niet te spannend gaat worden voor je.' Hiermee creëer je duidelijkheid. Je spreekt je vertrouwen uit en belooft te helpen als dat nodig is. Als iets toch te spannend wordt, moet je stoppen en zorgen voor rust of een alternatieve activiteit. Een zogenaamd plan B. Vaak zie je dat als plan B er is, plan A makkelijker gaat.

Ga met de ouders in gesprek om de zorgen te delen

Ga in gesprek en maak een plan

Wanneer een kind (kenmerken van) selectief mutisme heeft, is het goed om als begeleider (en/of leraar) met ouders in gesprek te gaan en de zorgen te delen. Soms herkennen ouders de zorgen in eerste instantie niet, omdat het kind thuis wel praat en minder angstig gedrag laat zien. Vertel de ouders dan hoe het gaat op school. Leg uit dat de school er samen met het kind aan zal werken om steeds meer te gaan durven. Betrek ook het kind bij deze gesprekken. Maak duidelijk dat het niet erg is dat het praten op school nog niet lukt, dat het gewoon nog te spannend is.

De school kan ook een professional met kennis van selectief mutisme (meestal iemand van buiten de school) vragen om mee te kijken en denken om samen tot een plan van aanpak voor de begeleiding van het kind te komen.



Eustache Sollman

Eustache Sollman werkt als begeleider bij de stichting Speciaal Onderwijs Twente en Oost-Gelderland (SOTOG) en is eigenaar van EUSTACHE. Hij is gespecialiseerd in selectief mutisme, begeleidt leerlingen, geeft lezingen en webinars en schreef de boeken 'Breek de stilte' en 'Lekkere klets koppen?!'

Meer informatie

- Stichting Selectief Mutisme (selectiefmutisme.nl) wil onder meer de kennis rondom selectief mutisme in Nederland vergroten en ontmoetingsmogelijkheden creëren voor jonge mensen met selectief mutisme en hun naasten.
- Het boek *Breek de stilte, over selectief mutisme en extreme verlegenheid bij kinderen* (breekdestilte.nl/breek-de-stilte) beschrijft op een toegankelijke manier wat selectief mutisme inhoudt.
- *Lekkere klets koppen?!* (lekkerekletskoppen.nl) is een boek voor en over kinderen met selectief mutisme. Vier kinderen vertellen wat er allemaal kan meespelen bij selectief mutisme en hoe ze hiermee omgaan. (Zie de recensie op pagina 33.)
- Documentaire *Mijn mond zit op slot* (2013), te zien via: youtu.be/kkNtFpidYao

Weet ook dat je als begeleider (of leraar) weliswaar niet op de stoel van een behandelaar moet gaan zitten, maar wel veel kunt betekenen voor een kind met selectief mutisme. Je kunt het verschil maken!

De literatuurlijst bij dit artikel vind je in de materialenbank op lbbo.nl.