

## SELECTIEF MUTISME, MIJN ERVARINGEN

In het septembernummer van Beter Begeleiden Magazine van dit jaar beschreef Eustache Sollman het fenomeen selectief mutisme, oftewel angst om in het openbaar te praten. Hij gaf tips hoe je als begeleider en leerkracht om kunt gaan met een kind met deze angststoornis ([LINK materialenbank](#)). In dit artikel beschrijft hij zijn persoonlijke ervaringen.

Tekst: Eustache Sollman

Het was schooljaar 2007-2008 toen een collega ging verhuizen en ik haar leerlingen overnam, waaronder een tweeling met selectief mutisme. Eerlijk gezegd had ik daar nog nooit van gehoord en vond dat dat niet kon; je komt als expert op een school, dus men verwacht ook dat er kennis aanwezig is. Zo is mijn persoonlijke zoektocht begonnen naar de wereld achter het kind dat niet durft te praten.

Op zoek naar informatie over selectief mutisme ben ik terechtgekomen bij academisch centrum De Bascule in Amsterdam. Daar is door Els Wippo en Max Güldner het gedragstherapeutisch behandelprotocol 'Praten op school, een kwestie van doen' ontwikkeld, één van de behandelmogelijkheden voor kinderen met selectief mutisme. Ik heb contact gezocht en enige tijd later schoof ik aan bij de intervisiemomenten die om de zes weken worden gehouden. Verschillende professionals die werken vanuit dit protocol komen bij elkaar, delen en vergoten hun kennis.

In het behandelprotocol wordt gebruikgemaakt van een aantal gedragstherapeutische principes. Het kind wordt stap voor stap blootgesteld aan angstige situaties die geleidelijk in moeilijkheidsgraad oplopen. Hierdoor zal de angstreactie verminderen en uiteindelijk verdwijnen.

In eerste instantie wordt in kleine stapjes nieuwe activiteiten aangeleerd, elke positieve stap wordt hierbij bekrachtigd. Vervolgens verandert de situatie waarin de activiteiten gedaan worden, zonder dat hierbij het gewenste gedrag verloren gaat.

Belangrijk is dat de begeleider flexibel en creatief is en doelgericht kan werken. Parallel aan het individuele begeleidingsmoment, krijgt de leerkracht passende oefeningen mee om dagelijks met het kind te doen.



### Praten op school een kwestie van doen

Kinderen met selectief mutisme  
Een handleiding voor de behandelaar



### OP SCHOOL

Het is belangrijk om, indien mogelijk, op school te begeleiden; daar ligt het zwaartepunt van het niet praten. Ik vergelijk het met een steen die in een vijver valt. Waar de steen valt, is het water erg in beroering. Hoe verder je van de steen af bent, hoe rustiger het water is. Thuis bevindt zich in het rustigste deel van de vijver; het kind praat. Hoe meer golfjes, hoe moeilijker het is om te durven praten.

Ik zie regelmatig dat na de start van de begeleiding het kind steeds meer gaat durven in situaties die tussen thuis en school liggen, bijvoorbeeld in de speeltuin of bij de zwembles. Op school lijkt het of het kind geen vorderingen maakt, maar langzaam wordt de wereld van het niet praten kleiner. Door wekelijks op school

te komen zijn er korte contactmomenten met de leerkracht mogelijk. Hij of zij maakt het kind overdag mee en geeft mij waardevolle informatie. En ik kan tips geven wanneer daar behoefte aan is.

Hoewel starten op school aan te bevelen is, is het belangrijk naar de behoeften van het kind te kijken. Als naar school gaan nog te moeilijk is, is het goed om in overleg met alle betrokkenen te bespreken hoe begeleiding ingezet gaat worden. Het protocol is een leidraad, maar mag nooit leidend zijn.

### **TIJDSDUUR EN PATROON**

Van tevoren is niet aan te geven hoe lang de begeleiding duurt. Dit heeft onder andere te maken met de mate waarin de angst hem of haar blokkeert. Over het algemeen pakken jonge kinderen het sneller op en durven nieuwe activiteiten eerder te doen. Oudere kinderen lijken vast te zitten in een bepaald patroon; 'ze kennen mij als het kind dat niet praat'. Dat vraagt meer begeleiding om daar samen uit te komen.

De ontwikkeling kan erg grillig zijn. Vier stappen vooruit worden soms gevolgd door drie stappen terug. Het is dan goed om leerkracht en ouders te laten inzien wat het kind wél durft in vergelijking met de start van de begeleiding. Je ziet eigenlijk altijd dat er vooruitgang is. De nadruk ligt meer op het kind iets laten durven dan op het laten praten.

De stapjes zijn soms erg klein, maar ze zijn er wel. Dat wordt duidelijk in onderstaande praktijkvoorbeelden.

#### **Lange adem**

*Martin zat in groep 4 en was de eerste leerling die ik begeleidde. We deden veel activiteiten waarbij geblazen werd, hebben heel wat wedstrijdjes blaasvoetbal gedaan. We bliezen door een toeter, van heel zacht naar heel hard. Hier durfde Martin aan mee te doen. Ik ging blazen met geluidjes en Martin was geïnteresseerd, maar het lukte hem zelf nog niet. Hij blokkeerde niet, bleef op zijn manier blazen. Dit was goed, maar ik gaf wel steeds aan wat we de volgende keer zouden gaan doen. Zonder er teveel druk op te leggen; als het niet lukt, is niet erg, maar we blijven het wel proberen. Na 9 (!) weken durfde hij ook door de toeter bewust een geluidje te maken: het klikken van zijn tanden op elkaar. Een kleine stap? Nee, voor hem een grote overwinning! Het was bij Martin mooi om te zien dat na deze stap de vervolgstappen makkelijker gingen.*

#### **Angstbobbeltje**

*Tara zat in groep 2. Ze was heel leergierig, wilde van alles weten. Bij mij begon ze al snel te praten en de begeleiding was meer gericht om de transfer naar de klas te maken. Tara heeft geleerd dat er soms een angstbobbeltje in de weg kan zitten wanneer je iets niet durft. Door het te blijven oefenen merkte Tara dat het angstbobbeltje kleiner werd en ze het steeds beter durfde. Soms blijft iets altijd een beetje lastig. Dat is niet erg, je weet dat het angstbobbeltje er nog een beetje zit, maar dat je het wel durft.*

#### **Veiligheid**

*Mark zat in groep 2. Hij was gek op spelletjes en begon de eerste keer ook al volop te fluisteren tegen me. Hoewel hij mooie stappen maakte, ook in de klas, bleef hij fluisteren. Dit voelde veilig voor hem. Van een vel gekleurd papier rolde ik een mooie toeter voor Mark. We gingen een spelletje doen met dierengeluiden.*

*Die toeter bracht hem zoveel veiligheid dat hij de geluiden door de toeter met stem durfde te laten horen. Ging de toeter weg, dan fluisterde hij. Even later praatte hij met stem via de toeter. Legde hij deze weg, dan ging Mark fluisteren. Ook in de klas durfde hij met de toeter erbij steeds meer; hij zong zelfs in de kring allerlei liedjes mee.*

*Na de zomervakantie, Mark bleef bij dezelfde leerkracht, leek er een knop om te zijn. Mark begon bij mij direct met stem van alles te vertellen en te vragen, hij fluisterde niet meer. Toen ik hem een compliment gaf, keek hij me even aan en fluisterde daarna verder. Ik zei dat fluisteren bij vorig jaar hoorde toen hij nog klein was en dat dat dit schooljaar niet meer hoefde. 'Oh ja', antwoordde Mark en hij kletste weer vrolijk verder met stem. Ook in de klas ging hij vanaf dat moment door met praten. Drie weken later heb ik de begeleiding afgesloten.*

### **'Zeg het maar'**

*Anja is het zusje van Martin. Ze zat op de peuterspeelzaal toen ik met haar begon. In het begin vond Anja het erg spannend en was ze afwachtend. Door veel leuke dingen te doen, de Dora-puzzel was haar favoriet, ontdooide ze en konden we stapjes maken. Wanneer Anja lekker in het spel zat, kon ik al vrij snel vragen stellen waar ze met één woord en met stem op durfde te antwoorden. Ze lette er dan niet zo goed op dat ze iets zei. Lag de nadruk meer op het praten dan lukte het haar minder makkelijk. Het hielp Anja als ik zei: 'Zeg het maar' en met mijn hand een uitnodigend gebaar maakte. Dan durfde ze het wel.*

### **Niet kijken**

*Daisy uit groep 2 deed erg goed mee, maakte mooie stappen, maar wilde in het begin niet dat ik zag wat ze deed en liet horen. Regelmatig zat ik omgedraaid naar de muur of hield mijn handen voor mijn ogen. Dit gaf haar voldoende veiligheid en vertrouwen om te durven. Eerst fluisterend, maar al snel volgden meer geluiden en woorden.*

*Sommige kinderen vinden het niet alleen vervelend dat anderen horen dat ze praten, maar ook dat anderen zien dat ze praten. Als ik dit merk, pas ik mij dus aan. Het kind moet zich zo veilig mogelijk voelen, pas dan kan het stappen maken. Forceren heeft geen zin, maar je moet wel duidelijk blijven in je verwachtingen en doel. Dat dit niet altijd makkelijk is, merkte ik bij Daisy maar al te goed. Vaak gleed ze van haar stoel af en ging ze onder tafel zitten. We gingen dan gewoon door met wat we aan het oefenen waren. En wat bleek? Onder tafel durfde ze het altijd direct, een lekker veilig plekje. Later kwam ze dan steeds dichterbij de stoel waar ze het ook durfde, totdat ze tenslotte weer gewoon naast mij zat.*

### **'In mijn hoofd lukt het al wel'**

*Barbara zat in groep 2. Ze was erg gevoelig voor kleine beloningen en wilde hier graag voor werken. Ze ging snel vooruit. Maar bij haar juf in de groep durfde ze het echt niet. Ik kon al samen met haar in de klas een spelletje doen, Barbara fluisterde dan tegen mij. Ook mocht de juf in de buurt komen terwijl Barbara fluisterde tegen mij, ze keek de juf niet aan. Ook non-verbale communicatie richting de juf lukte haar niet. Het jaar daarop, in groep 3, praatte ze bij mij ondertussen al met haar gewone stem. In de klas leek ze weinig vooruitgang te maken. Maar dat was niet waar, want Barbara was erg druk aan het oefenen en kreeg steeds meer vertrouwen in eigen kunnen.*

*Hoewel de leerkracht de stappen nog niet direct kon zien zei Barbara tegen me: 'Het lukte nog niet tegen de juf, maar in mijn hoofd lukt het al wel!' Prachtig! Een paar weken later lukte het haar in de klas ook en volgden andere stappen in een rap tempo.*

### **Meer loslaten**

*Saskia zit in groep 8. Al jaren heeft zij begeleiding op school. Er zijn verschillende instanties bij betrokken geweest. Ze heeft enorm veel stappen gemaakt, praat nu volop met kinderen, ook in de klas. Aan het eind van vorig schooljaar hebben we besloten haar meer los te laten, rust te geven. Geen directe begeleiding, geen gerichte oefeningen meer. Het is een krachtige meid en we geven haar nu de ruimte dit te laten zien. Met resultaat; ze wordt steeds vrijer en durft meer. Zo mag de leerkracht steeds dichter in haar buurt zijn terwijl ze praat. Af en toe zegt ze zelfs al gericht iets tegen de leerkracht. Ouders staan ook achter deze verandering in werkwijze en hebben alle vertrouwen in de stap naar het voortgezet onderwijs.*

### **Afsluiting vieren**

*Met Twan heb ik vanaf de start van groep 1 gewerkt. Twan wilde nieuwe activiteiten meestal niet. Door rustig te zeggen dat hij gewoon mee moest doen deed hij het wel. Humor en gekke dingen doen werkten goed bij Twan, dan werd het ijs gebroken en kon er daarna gerichter geoefend worden. Twan genoot volop en maakte enorme stappen in korte tijd. Binnen zes maanden kon ik afronden. We vieren dan altijd een klein feestje in de klas. Het kind krijgt een 'praat-diploma' en een klein cadeautje. Hoewel Twan het op dat moment heel spannend vond, gaf zijn moeder later aan dat hij er erg van had genoten en erg trots was op zijn zelfverdiende diploma. Het hing aan zijn muur naast zijn bed.*

Hoewel de beschreven casussen gebaseerd zijn op de begeleiding zoals die door mij heeft plaatsgevonden, zijn de gebruikte namen verzonnen

## **VOORLICHTING OP SCHOOL**

Het is voor kinderen met selectief mutisme belangrijk dat zo veel mogelijk leerkrachten op de school weten wat er speelt en wat wel of niet handig is in de benadering. Op elke school waar ik kom om een leerling te begeleiden, bied ik de mogelijkheid aan van een teamvoorlichting. We kijken samen naar wat selectief mutisme is, wat het voor een kind kan betekenen en wat je als leerkracht in je eigen klas kunt betekenen. Een leerkracht hoeft niet alles te weten, maar vaak is een beetje meer begrip al zo belangrijk voor het welbevinden van deze kinderen.

*Eustache Sollman werkt als ambulante begeleider bij de Stichting Speciaal Onderwijs Twente en Oost Gelderland (SOTOG) en is gespecialiseerd in selectief mutisme. Hij behandelt leerlingen volgens het protocol 'Praten op school een kwestie van doen' en geeft ondersteuning aan leerkrachten.  
E-mail: [e.sollman@ab-sotog.nl](mailto:e.sollman@ab-sotog.nl)*

