



Bij angst zijn er drie reacties; vluchten, vechten of bevriezen. Bij kinderen met selectief mutisme treedt vooral de laatste reactie op; hun mond gaat op slot

Kinderen met selectief mutisme in je klas

Wat als een kind niet praat?

Iedereen kent hem wel, de stille leerling die niet zoveel durft of van zich laat horen. Kan het selectief mutisme zijn? Hoe ga je hiermee om binnen je klas? Wat kun je doen?

TEKST EUSTACHE SOLLMAN

Stanley (vijf jaar) is thuis een vrolijke en soms drukke jongen. Hij praat volop en maakt veel grapjes. Als zijn moeder hem achterop de fiets naar school brengt, merkt ze een verandering bij hem. Hoe dichter ze bij school komen, hoe stiller Stanley wordt. Als ze vlak bij school zijn, zegt hij niets meer. Op het plein speelt hij met de andere kinderen, maar zegt niets. In de klas gaat Stanley op zijn stoeltje zitten en kijkt veel naar de andere kinderen, er is geen verbaal contact. Zijn juf heeft zijn stem zelfs nog nooit gehoord. Stanley is niet verlegen, maar heeft selectief mutisme.

BLOKKEREN VANUIT ANGST

Selectief mutisme is geen taal-spraak-problematiek, maar een angststoornis. Het komt bij één tot zeven op de duizend kinderen voor en vaker bij meisjes dan bij jongens. Kinderen met selectief mutisme praten thuis volop, maar op school hoor je ze niet of zelden. Het is niet dat ze niet willen spreken op school, het lukt hen op dat moment echt niet. Ze blokkeren vanuit angst. Angst is nuttig en hoort erbij (Boer, 2011). Maar wanneer angst buitenproportioneel wordt en er geen controle meer over is, gaat het de ontwikkeling beïnvloeden en kan er sprake zijn van een angststoornis. Bij angst zijn er drie reacties; vluchten, vechten of bevriezen. Bij kinderen met selectief mutisme treedt vooral de laatste reactie op; hun mond gaat op slot. Bij sommigen is de bevriesreactie zo hevig dat het terug te zien is in de hele motoriek. Ze bewegen minder vrij, zijn

gespannen, zitten ineengedoken en vertonen een vlakke mimiek. Hierin zijn verschillende gradaties waar te nemen. Overeenkomst is dat het de kinderen door bevroren vanuit angst niet lukt om iets te zeggen.

HOE ONTSTAAT HET?

Over het precieze ontstaan van selectief mutisme is nog veel onbekend. Kind-, familie- en omgevingskenmerken spelen mee (American Psychiatric Association, 2014; Smith & Sluckin, 2015). Het karakter van het kind speelt een belangrijke rol; is het kind afwachtend en terughoudend of juist nieuwsgierig en onderzoekend? Hoe minder het uit zichzelf durft, hoe meer dit een risico vormt. Als bij een van de of bij beide ouders bekende angsten meespelen, vergoot dit de kans dat het kind ook angst ontwikkelt. De meeste ouders van kinderen met selectief mutisme geven aan zich te herkennen in hun kind. Of vanuit het verleden toen ze zelf kind waren, of zelfs nu nog. Tevens speelt de omgeving mee, zowel de gezins- als schoolomgeving. Wordt vanuit het gezin de mogelijkheid geboden om binnen veel verschillende sociale situaties te oefenen? Komen er regelmatig mensen op visite en kinderen spelen? Hoe wordt op school met het kind omgegaan, ervaart het druk of mag het zichzelf zijn?

Allemaal zaken die van invloed zijn bij het ontwikkelen van selectief mutisme. Omdat de kenmerken heel divers kunnen zijn, valt vaak moeilijk te zeggen waardoor het bij een bepaald kind precies ontstaan is. Belangrijker



Kinderen met selectief mutisme praten thuis volop, maar op school hoor je ze niet of zelden. Ze blokkeren vanuit angst

is dan ook om te kijken wat er aan te doen is en hoe er bijvoorbeeld binnen school mee omgegaan kan worden.

BEHANDELING

Wanneer bij een kind selectief mutisme is vastgesteld, is het belangrijk dat zo snel mogelijk met een behandeling gestart kan worden. Hoe jonger een kind is, hoe sneller de behandeling aanslaat (Güldner, 2012). Een gedrags-therapeutisch behandelprogramma is een bewezen methode om kinderen te behandelen (McHolm, Cunningham, & Vanier, 2005; Johnson & Wintgens, 2006; Boer, 2011; Güldner, 2012; Smith & Sluckin, 2015).

Door een behandelaar wordt het kind stap voor stap moeilijkere activiteiten en situaties aangeboden, waarbij de focus op verbale communicatie ligt. Het kind wordt echter niet geholpen met praten, maar met *dú*rven praten. In de beginfase moet je denken aan blaasspelletjes waar geluiden bij geïntroduceerd worden die uiteindelijk overgaan in letters, woorden en zinnen. Vanuit de behandeling wordt zo veel mogelijk samengewerkt met school.

*Selectief
mutisme komt bij
één tot zeven op de
duizend kinderen
voor*

IN DE KLAS

Wanneer je een kind in je klas hebt waarbij je je zorgen maakt betreffende het niet (durven) praten, is het verstandig dit op tijd met de ouders bespreekbaar te maken. Vooral omdat er zo'n groot verschil is tussen het functioneren van het kind thuis en op school, heeft het bij ouders vaak tijd nodig om het probleem te (h)erkennen. Ouders kunnen via de huisarts of gemeente een verwijzing aanvragen voor diagnostisch onderzoek bij een jeugd GGZ-instelling, zodat daarna behandeling gestart kan worden. Maar ook als leerkracht kun je veel doen voor het kind met selectief mutisme. Het is goed om te beseffen dat angst de basis van het niet spreken is en je daarop te richten. Kinderen met angst hebben behoefte aan veiligheid, vertrouwen, maar tegelijkertijd ook aan duidelijke kaders. Hoe meer de zaken duidelijk zijn, hoe minder onzekerheid er bij het kind overblijft en hoe meer het de controle los durft te laten. Want als het kind angst heeft, wil het controle over situaties houden. Het weet dan waar het aan toe is, wat goed en veilig voor hem voelt. Iets wat niet veilig voelt, gaat het kind niet doen, want het weet niet wat er gaat gebeuren, weet niet of hij het goed doet en hoe de leerkracht reageert. Het gevaar ontstaat dat het kind gaat

Hoe jonger een kind is, hoe sneller de behandeling aanslaat

vermijden. Vermijden geeft op korte termijn een prettig gevoel, maar op langere termijn vergroot het juist de angst om iets spannends te doen. Door het kind, soms letterlijk, aan de hand te nemen, kunnen kleine stapjes worden gemaakt.

Juf Sifra heeft de leerlingen in haar klas van plek laten wisselen. Ze merkt echter dat Simone (negen jaar) sindsdien steeds minder van zichzelf laat zien. Ze lijkt erg op haar hoede en kijkt erg vaak achterom, waardoor ze de aandacht niet goed bij haar werk houdt en dit ook vaak niet af is. Na een kort gesprekje met de ouders blijkt dat Simone zich, sinds het wisselen van de plekken, niet meer op haar gemak voelt. Simone heeft behoefte aan overzicht, ze wil de klas kunnen overzien, maar nu zit ze redelijk vooraan. Ze wil continu in de gaten houden wat er achter haar gebeurt, omdat ze bang is dat er iets over of tegen haar gezegd wordt. Er wordt gekeken naar wat wel een fijne plek is voor Simone. Dit kan ze prima zelf aangeven. De juf ziet nu een veel meer ontspannen meisje en haar werk is weer altijd af.

Enkele tips (Güldner, 2012; McHolm, Cunningham, & Vanier 2005; Sollman, 2018):

- **Wees duidelijk in wat je verwacht.** Niet de ene keer dit en de andere keer dat. Het kind moet weten wat hij aan jou heeft.
- **Sprek je vertrouwen uit dat het goed komt.** Samen gaan jullie met het durven praten aan de slag.
- **Focus op zaken die lukken.** Ook al zijn ze in onze ogen klein, voor kinderen met selectief mutisme kunnen het grote overwinningen zijn.
- **Betrek het kind zoveel mogelijk bij activiteiten.** Laat merken dat het gezien wordt. Juist omdat het niets zegt, is dit lastig. Maak af en toe oogcontact of ga bij het kind zitten om bijvoorbeeld iets na te kijken. Ook non-verbaal is er veel mogelijk.
- **Stel geen eisen waaraan het kind niet kan voldoen, maar zorg wel voor uitdaging zodat het kind een volgende stap kan maken.** Overleg met de behandelaar en ouders is wenselijk.

- **Kijk of je opdrachten kunt aanpassen.**

Zijn alle stappen duidelijk? Vraag je niet te veel van het kind? Hoe minder vragen er voor het kind overblijven, hoe fijner het zich voelt en hoe meer het durft.

- **Geef woorden aan wat je ziet.**

Als je merkt dat een kind blokkeert, benoem dit dan. Bijvoorbeeld door te zeggen dat je ziet dat hij het nu spannend vindt, dat de schouders omhoog gaan en het kind naar beneden kijkt. Het kind voelt zich gezien en ervaart dat je in de gaten hebt wat er speelt. Dit stelt weer gerust.

- **Vaak willen kinderen met selectief mutisme overzicht hebben over wat er gebeurt.**

Probeer hiermee rekening te houden bij de plek die het kind in de klas heeft.

- **Stel, vooral in het begin, gesloten vragen waarbij het kind non-verbaal kan antwoorden met ja-knikken of nee-schudden.** Dit kan later uitgebreid worden met één woord als antwoord.

- **Als er klassikaal antwoorden gegeven worden, vinden veel kinderen met selectief mutisme dit fijn.** Ze zijn zo meer anoniem bezig en je merkt dat ze dan wel mee durven doen. Ook kunnen wisbordjes gebruikt worden, waar de kinderen hun antwoord op kunnen schrijven

In de klas van Jochem (groep 3) wordt vaak een wisbordje ingezet, zodat de meester snel kan zien wat iedereen antwoordt. Er wordt bijvoorbeeld een som voorgelezen en de kinderen schrijven hun antwoord op en laten dit zien. Jochem doet hieraan mee. Het geeft hem een prettig gevoel, omdat hij opgaat in de groep; de meester schenkt aan hem individueel geen expliciete aandacht. Jochem durft zo meer dan wanneer de meester direct aan hem iets vraagt.

EUSTACHE SOLLMAN

(www.breekdestilte.nl) werkt als begeleider bij de stichting Speciaal Onderwijs Twente en Oost Gelderland (SOTOG). Hij is gespecialiseerd in selectief mutisme en begeleidt leerlingen, leerkrachten, scholen en geeft lezingen over dit onderwerp. Hij schreef *Breek de stilte. Over selectief mutisme en extreme verlegenheid*



De literatuurlijst is te vinden op: www.jsw.nl/artikelen