

Selectief mutisme

Thuis praten
ze honderduit,
op school
zwijgen ze

LEVEN C4-5





cultuur

Kinderen met selectief mutisme zwijgen buitenshuis. Hun stille doorbreken is lastig. „Hoe meer aandacht, hoe meer zij op slot gaan.”

Pagina C4-5

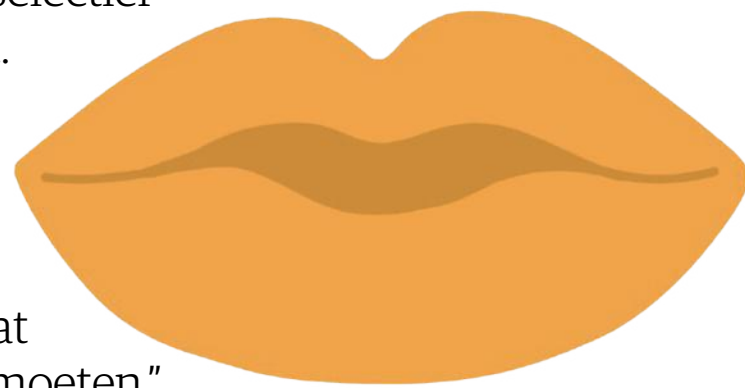
Als praten
eng is

Ze kán wel praten, ze doet het alleen **niet**

ANGSTSTOORNIS

Thuis babbelen ze honderduit, maar bij andere mensen klappen kinderen met selectief mutisme dicht. „Ze plassen op school nog liever in hun broek dan dat ze aangeven dat ze naar de wc moeten.”

Door onze redacteur **Carlijn Vis**
Illustratie **Claudia van Rouendal**



Als de bakker in Putterhoek Imke (11) op zaterdag een kaasvlieder geeft, zegt het meisje geen dankjewel. Vraagt de juf of ze een leuke meivakantie heeft gehad, dan krijgt ze geen antwoord. Imke kán wel praten - ze doet het thuis volop - maar in veel sociale situaties niet. Ze zit in groep 8 en heeft al jaren op de basisschool vrijwel niks gezegd.

Imke heeft selectief mutisme, een angststoornis. Praten lukt niet als voor haar de spanning te hoog is. Zo'n zeven op de duizend kinderen hebben hier last van, zegt Hilde van Braam van Vloten, gespecialiseerd klinisch psycholoog in het UMC Utrecht. Meer meisjes dan jongens, 70 versus 30 procent. Bij kinderen die meertalig opgroeien, komt het vaker voor: 1,2 procent.

Vaak maken kinderen met deze angststoornis helemaal geen geluid, ook niet als ze zich bezeren. Jonge kinderen plassen op de crèche of in de kleuterklas nog liever in hun broek, dan dat ze aangeven naar de wc te moeten. Obstipatieklachten zijn vaak een gevolg van de stoornis, ook oudere kinderen gaan nog liever de hele dag niet naar de wc dan dat ze de leerkracht vragen of ze de klas uit mogen.

Selectief mutisme wordt vaak verward met verlegenheid en niet herkend door artsen, leerkrachten en pedagogisch medewerkers, zegt Eustache Sollman, gespecialiseerd in het behandelen van de angststoornis en auteur van het boek *Breek de stilte*. „Vaak denken mensen: ‘Oh, die is gewoon extreem verlegen, we kijken het even aan tot de herfstvakantie.’ Dan: we kijken het even aan tot de kerst. Dan: het is bijna

zomer, volgend jaar is er een nieuwe leerkracht, misschien verandert het dan. En voor je het weet ben je twee schooljaren verder.”

Verlegenheid

Verlegenheid is een karaktereigenschap, zegt Sollman, dit is een angststoornis. „Deze kinderen willen wel praten, maar kúnnen het niet. Ze blokkeren. Dat is het grote verschil met kinderen die verlegen zijn: die willen even niet praten. Als de slager een beetje pusht, zeggen ze alsnog ‘dankjewel’ voor het plakje worst. Kinderen met selectief mutisme niet. Hoe meer aandacht, hoe meer zij op slot gaan.”

Het is onduidelijk hoe de stoornis ontstaat. Al valt het klinisch psycholoog Hilde van Braam van Vloten op dat de kinderen vaak perfectionistisch zijn. „Ik noem het ‘foutenangst’. Mogelijk zijn ze bang om iets verkeerd te zeggen of iets fout te doen, en zeggen ze daarom consequent niets.”

Ouders bij haar op de poli omschrijven hun kind vaak als koppig, inflexibel en in het bezit van een sterke eigen wil. Bij Van Braam van Vloten in het ziekenhuis komen de meest complexe gevallen en jongeren bij wie eerdere therapieën niet hebben geholpen. Soms zijn ze jarenlang verkeerd behandeld, want selectief mutisme wordt óók vaak verward met autisme, zegt ze. „Kinderen met autisme zijn ook rigide en kunnen hun gedachten vaak moeilijk onder woorden brengen, maar autisme is geen angststoornis en vergt een totaal andere behandeling.” Het verhaal van ouders is veelzeggend, zegt Van Braam van Vloten: kinderen met autisme hebben ook thuis, in een veilige omge-

ving, moeite met contact. Kinderen met selectief mutisme praten thuis wel gewoon, zolang er geen buitenstaanders zijn.

‘Fluister het dan’

Bij Viviyanti Keijmis uit Berkel en Rodenrijs heeft het ook een tijd geduurd voordat haar dochter Indy (8) de juiste diagnose kreeg. Verhalen over onbegrip en de verkeerde aanpak heeft ze genoeg. „Indy was een verlegen peuter. Op de crèche had ze een drammerige leidster die haar continu aanspoorde om iets te zeggen: ‘Kom op, fluister het dan.’ Dat was voor Indy traumatisch, het heeft de situatie alleen maar verergerd.”

Herkenbaar, zegt Eustache Sollman. Als je denkt dat een kind verlegen, manipulatief of koppig is en daarnaar handelt, heeft dat op kinderen met selectief mutisme een averechts effect. Van Braam van Vloten: „Ik ken een jongen die in de klas niet mocht meekijken met de film. Hij moest voor straf achterstevoren zitten omdat hij eerder geen antwoord had gegeven op een vraag van de meester. Dat is pedagogisch totaal onverantwoord.”

Pushen werkt totaal niet, zegt ook Yvonne Van Gessele, moeder van Imke (11). Opmerkingen als: ‘Ben je je tong verloren?’, of overenthousiaste leerkrachten die het zien als een uitdaging en hopen dat het hun wél lukt om Imke aan het praten te krijgen, hebben het tegenovergestelde effect. Toen Imke begon met paardrijden, zei ze na de eerste les: „Misschien kan ik het hier wel, mam.” De volgende les zei de juf: ‘Je moet nu wel echt wat gaan zeggen, hoor. Hoe heet je nou precies?’ Van Gessele:

„Toen was het klaar. Zodra ze enige druk voelt, is het over.”

De stoornis heeft veel effect op het dagelijks leven, zegt Keijmis. Dat zit 'm in kleine dingen. Keijmis denkt eraan de dop van Indy's drinkfles niet te strak dicht te draaien, want dan moet ze de juf om hulp vragen en dat doet ze niet. „Dan drinkt ze de hele dag niets. Een broek met een moeilijke knoop of rits doe ik haar niet aan naar school. Schoenen met veters ook niet. Ik ben steeds aan het zorgen dat ze de dag doorkomt zonder om hulp te hoeven vragen.”

Van Gessele heeft er veel contact over met de juf en de intern begeleider. De school maakt een paar uitzonderingen voor Imke. De juf stelt haar alleen gesloten vragen, Imke schudt ja of nee. Een spreekbeurt hoeft ze niet te houden, in plaats daarvan maakt ze een presentatie in Powerpoint of houdt ze borden op met tekst en beelden. In de eindmusical is voor haar een rol gecreëerd waarbij ze niet hoeft te praten.

Ze is elk jaar overgegaan. „Het enige wat school niet kan toetsen, is haar leestempo. De eerste jaren mocht ik het thuis filmen, maar ook dat werd te belastend. Imke ging er slecht van slapen. Nu hebben we besloten: dan maar geen cijfer voor lezen. De juf moet ons erop vertrouwen dat ze thuis goed leest.”

Blaaspetteljes

Selectief mutisme gaat niet vanzelf over, zegt zowel Sollman als Van Braam van Vloten. Met behulp van behandeling kan de spreekangst verminderd worden en het praten steeds verder worden uitgebreid.

Met kleuters is de behandeling spelender-

wijs, Sollman begint met blaaspetteljes - de wind waait langs de bomen, laat dit blad wapperen. „Ik heb nu een meisje van 5 in behandeling bij wie beweging heel goed helpt. Ze moet rennen naar de overkant en een kaartje om draaien. Als je beweegt, ben je minder in je hoofd bezig, tijdens de therapie zie ik haar schoudertjes omlaag gaan.”

Vooruitgang gaat met minuscule stapjes, de behandeling vergt geduld en een goede samenwerking tussen ouders, leerkracht en therapeut. Sollman vindt het geen goed idee om een kind extreem te prijzen of te belonen als het vooruitgaat in de therapie. „Het ergste dat er kan gebeuren is dat ze van de klas applaus krijgen als een kind op school eindelijk iets zegt. Dan blokkeren ze meteen weer.” Hij laat subtiel weten dat hij het knap vindt, „even een boks en dan gaan we weer verder.”

Hoe jonger een kind is als de therapie start, hoe beter de resultaten zijn. Daarom is het belangrijk dat de stoornis vroeg wordt herkend, zegt Sollman. „Leerkrachten moeten niet het hele schooljaar wachten met tegen ouders zeggen: ‘Ik heb zijn stem nog nooit gehoord.’ Nodig ouders uit voor een gesprek, maak een filmpje van hoe het kind functioneert in de klas en vraag de ouders ook om een filmpje van hoe het thuis gaat. Vaak weten ouders en leerkrachten dat niet van elkaar.”

Geen helikopterouder

Door vroege behandeling kan het selectief mutisme helemaal overgaan, maar vaak blijft een kind nog wel iets van spreekangst houden. Van Braam van Vloten: „Het blijft spannend voor ze

om te praten, maar het doel is dat het kind functioneert. Dat het om hulp vraagt in de klas, zegt dat het naar de wc moet en een ander kind durft te vragen om te spelen. We zijn er niet op uit om er een extravert kind van te maken.”

Imke is jarenlang behandeld, maar op haar verzoek is ze onlangs gestopt. Van Gessele: „Ze zei: ‘Ik vind het lief dat jullie dit voor me doen hoor mam, maar van mij hoeft het niet.’” Van de paardrijlessen krijgt ze nu meer zelfvertrouwen, Van Gessele ziet haar houding per week beter worden. „Ik probeer haar ook meer los te laten. Je loopt jarenlang op je tenen, om te voorkomen dat ze in lastige situaties komt, word je een helikopterouder. Ik laat haar nu zelf fouten maken en daarvan leren.”

Ook Viviyanti Keijmis is zich bewuster geworden van haar rol. „Ik let erop dat ik niet alles voorkauw. Ze moet zelfstandig worden en heeft communicatie nodig in de maatschappij. De bescherming van mij als ouder belemmert haar om bepaalde sociale situaties aan te gaan.”

Imke ging afgelopen week met een vriendin naar de snackbar en bestelde zelf een ijsje. Van Gessele: „Dat is voor andere ouders heel normaal, ik kan dan wel huilen van geluk.”

Opmerkingen als: ‘Ben je je tong verloren?’, hebben het tegenovergestelde effect