

SELECTIEF MUTISME

INFORMATIE EN CONCRETE ADVIEZEN

STOTTERTHERAPIE KATO POLFLIET
logopedist-stottertherapeut
www.katopolfliet.be

Opgelet! Deze folders worden geregeld aangepast aan de meest recente inzichten. Check altijd www.katopolfliet.be voor de meest actuele folder.

WAT IS SELECTIEF MUTISME?

Selectief mutisme is een angststoornis, waarbij een kind in sommige situaties niet praat. Een kind met selectief mutisme spreekt bijvoorbeeld honderduit thuis, maar zwijgt op school of in andere sociale situaties. Om van selectief mutisme te spreken, moet het zwijgen langer aanhouden dan 1 maand. Uitzondering hierop zijn meertalige kinderen: hierbij kan een stille periode tot 6 maand aanwezig zijn. Ook mag het niet-spreken niet worden veroorzaakt door een andere problematiek, zoals autismespectrumstoornis, trauma of communicatieve problemen.

Belangrijk: ondanks het woord 'selectief' kiezen kinderen niet waar ze spreken, maar ervaren ze angst in bepaalde situaties. Doorgaans is praten het moeilijkst waar er het meest spreken verwacht wordt. De spreekdurf is meestal afhankelijk van drie factoren:

- persoon
- plaats
- activiteit

Enkele voorbeelden:

- het kind spreekt wel met mama maar niet met oma (persoon).
- het kind spreekt thuis maar niet op school (plaats).
- het kind spreekt tijdens spel maar antwoordt niet op vragen (activiteit).

VOORKOMEN VAN SELECTIEF MUTISME

Er zijn geen duidelijke cijfers over het voorkomen van selectief mutisme. De meeste studies schatten dat de prevalentie ligt tussen de 0,2 en 1,6 procent. Enkele studies geven aan dat selectief mutisme meer bij meisjes zou voorkomen. Ook bij meertalige kinderen of kinderen met een achterstand in de spraak en/of taal wordt vaker selectief mutisme opgemerkt.

WANNEER DOORVERWIJZEN?

- o Het kind praat niet in specifieke situaties, wel op andere momenten.
- o Het niet praten is van invloed op school of contact met anderen.
- o De periode van niet praten duurt langer dan een maand.
- o Er is geen sprake van een stoornis in het gehoor of de ontwikkeling.

OORZAAK VAN SELECTIEF MUTISME

Onderzoek suggereert dat selectief mutisme verband houdt met angst. Bepaalde temperamentsfactoren (verlegenheid, angstig, perfectionistisch) spelen mogelijks een rol. Ook spraak- of taalproblemen kunnen bijdragen aan de angst om te spreken.

Verder spelen ook genen een rol: de meerderheid van de kinderen met selectief mutisme heeft een genetische aanleg voor angst. Ze hebben met andere woorden een neiging tot angst geërfd van één of meer familieleden.

Een hardnekkig vooroordeel is dat selectief mutisme wordt veroorzaakt door trauma. Dit is niet correct: er is immers een duidelijk verschil in traumatisch mutisme en selectief mutisme.

Bij traumatisch mutisme wordt er doorgaans in geen enkele setting gesproken. Een kind is plotseling zwijgzaam omdat het een bepaalde gebeurtenis niet kan verwerken. Dit is duidelijk anders dan selectief mutisme, waarbij het kind wel spreekt in bepaalde settings maar zwijgzaam is in andere settings omwille van angst (voor het spreken).

ONDERZOEK EN BEHANDELING

Onderzoek is bij voorkeur multidisciplinair – een kinderpsychiater en/of psycholoog en een logopedist brengen de algemene ontwikkeling van het kind in beeld via vragen en testen. Er wordt gekeken of er bijkomende problemen (vb. taalstoornis, ASS, ...) aanwezig zijn.

Het meest wenselijk is dat ook de behandeling multidisciplinair gebeurt, maar dit is niet altijd praktisch haalbaar. In België wordt de behandeling dan ook doorgaans gegeven door een logopedist met bijkomende specialisatie in spreekangst (bv. een stottertherapeut).

Is er weinig non-verbale communicatie of gaat het eerder om een algemene sociale angst? Dan is bijkomende therapie bij een psycholoog sterk aanbevolen. Indien er comorbide problematieken zijn, kan de behandeling in bepaalde gevallen doorgaan in een multidisciplinair centrum.

Een behandeling richt zich doorgaans op het versterken van het zelfbeeld en het durven spreken. Dit durven spreken wordt stapsgewijs en met hulp van de omgeving steeds uitgebreid naar nieuwe situaties. Technieken uit de (cognitieve) gedragstherapie worden hierbij toegepast.

HOE KAN IK HELPEN?

ZOEK PROFESSIONELE HULP

De prognose van selectief mutisme is beter indien de behandeling jong start. Schakel dus steeds professionele hulp in bij bezorgdheden.

WEES GEDULDIG

Het uitblijven van spreken kan soms voor frustratie en onbegrip zorgen. Lees je in over de problematiek en onthoud: het kind wil wel praten, maar durft dit niet.

VERMIJD SPREEKDRUK

Verwacht geen antwoord van het kind in een grote groep. Ook sociale omgangsvormen die erg banaal lijken (zoals 'hallo' of 'dank u') geven vaak ontzettend veel spreekdruk.

BELOON HET SPREKEN

Beloon een kind als het uit zichzelf spreekt. Doe dit subtiel en niet overdreven – de meeste kinderen met selectief mutisme houden er niet erg van om in de aandacht te staan. Wanneer de nadruk te veel op spreken wordt gelegd, kan de angst toenemen.

GEEF OPWARMTIJD

Indien het kind in een bepaalde situatie spreekt, is dit erg fijn. Verwacht echter niet dat het kind in deze situatie dan steeds meteen spreekt. Geef het even tijd om te wennen in een situatie.

OEFEN STAP VOOR STAP

Bekijk met een professional wat haalbaar is voor het kind. Oefen het durven spreken in kleine stapjes en beloon de durf van het kind hierbij. Het helpt om hierbij te starten met activiteiten waarvan de nadruk niet op spreken ligt (bijvoorbeeld tijdens een spelletje).

Uiteraard is ieder kind uniek en hebben ze nood aan een individuele aanpak. Bovenstaande adviezen zijn algemene richtlijnen om de communicatie zo aangenaam mogelijk te laten verlopen.