



Breaking the Silence:

Strategieën voor communicatie met stille kinderen en jongeren in cognitieve gedragstherapie

M.V. de Jonge, Klinisch Psycholoog / Orthopedagoog-Generalist
Universiteit Leiden & LUBEC
Selectief Mutisme Expertise Team - STEM



Universiteit
Leiden



Disclosure/belangen spreker

Wel/Geen belangenverstrengeling

Geen (potentiële) belangenverstrengeling

Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties¹

- Sponsoring of onderzoeksgeld²
- Honorarium of andere (financiële) vergoeding³
- Aandeelhouder⁴
- Andere relatie, namelijk ...⁵

Bedrijfsnamen

-
- In dienst bij Universiteit Leiden
-
- Auteur Spreekt voor Zich. Geen inkomsten

Met dank aan ...

STEM-team Universiteit Leiden & LUBEC

Ouders en docenten

Kinderen en jongeren

Collega's en

Samenwerkingspartners

Studenten

Bestuur Spreekt voor Zich

Acteurs in de filmpjes



Gebruik van beelden

De filmbeelden die worden gebruikt in deze masterclass zijn :

afkomstig van open bronnen op het internet (Youtube, instagram open accounts) en gemaakt door kinderen/jongeren/ouders die deze beelden maakten met als doel anderen te informeren over selectief mutisme of hun ervaringen te delen,

of geacteerd en opgenomen met als doel om situaties of technieken te tonen. Deze beelden zijn gebaseerd op echte casuïstiek en cliënten, maar nagespeeld om de privacy van cliënten te waarborgen. Belangrijke details zijn veranderd zodat de identiteit van de cliënten niet te herleiden is op basis van deze geënceneerde situaties.

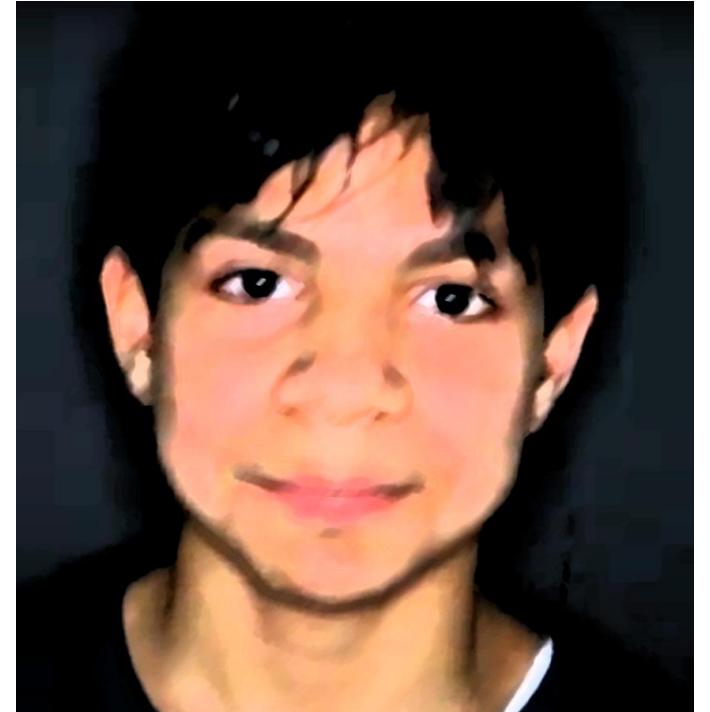
Dank aan de moedige kinderen/jongeren/ouders die hun verhaal deelden en aan de acteurs die deze wilden naspelen.

Cognitieve gedragstherapie met cliënten die niet durven communiceren

- Cognitieve gedragstherapie: wat maakt het zo moeilijk?
- Emotieregulatie
- Hoe ervaren zij het zelf?
- “Schrijf het anders maar op of stuur een appje”. Helpt dat?
- Oefenen met communiceren: indirect of direct?
- Arousal: basale spanning, anticipatieangst, prestatieangst en herstel
- Blokkeren en freezing
- Tips and tricks
- Ouders en school
- Discussie

Wat maakt het zo moeilijk ?

- Moeite met communiceren
- Moeite met het geven van woorden aan gevoel



Mincho vertelt over zichzelf en selectief mutisme
<https://youtu.be/SCVyVODGVqo>

Emoties : kunnen ze het niet of blokkeren ze ?

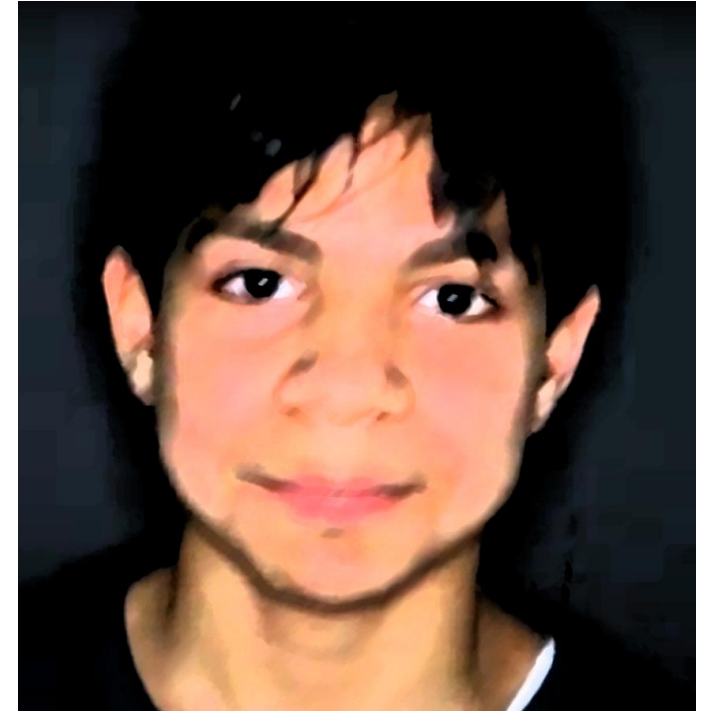
- Selectief mutisme of Autisme spectrum?
- Classificeren versus diagnosticeren
- Is het belangrijk? Wanneer wel of niet?
- Hoeveel tijd wil je eraan besteden om het uit te zoeken? Hoe gaat het de behandeling van spreekangst veranderen?



Spraakmakers, interview met Hilde van Braam van Vloten, moeder en clientje. KRO-NCRV, 09 februari 2021

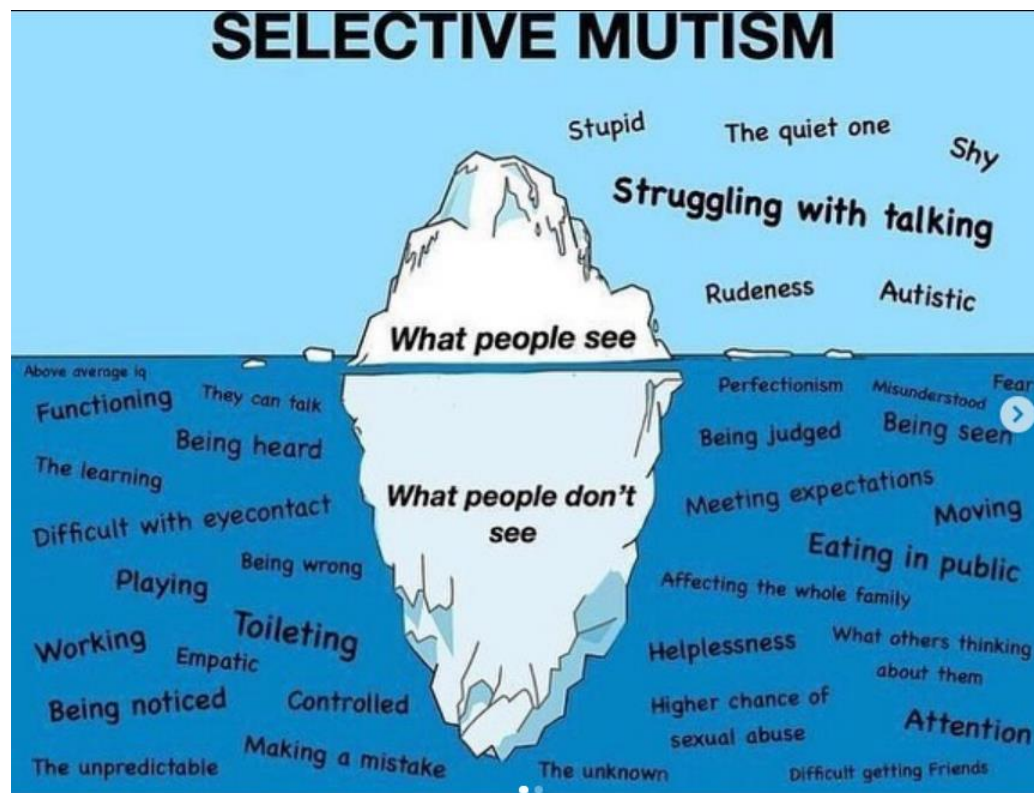
Wat maakt het zo moeilijk ?

- Moeite met verwoorden van gedachten en gevoel
- Moeite met reflectie
- Maar ook sociale angst: wat vinden anderen van mij
- Sociale angst-gedachten moeilijk te ontlokken



Mincho vertelt over zichzelf en selectief mutisme
<https://youtu.be/SCVyVODGVqo>

Wat ervaren jongeren met selectief mutisme?



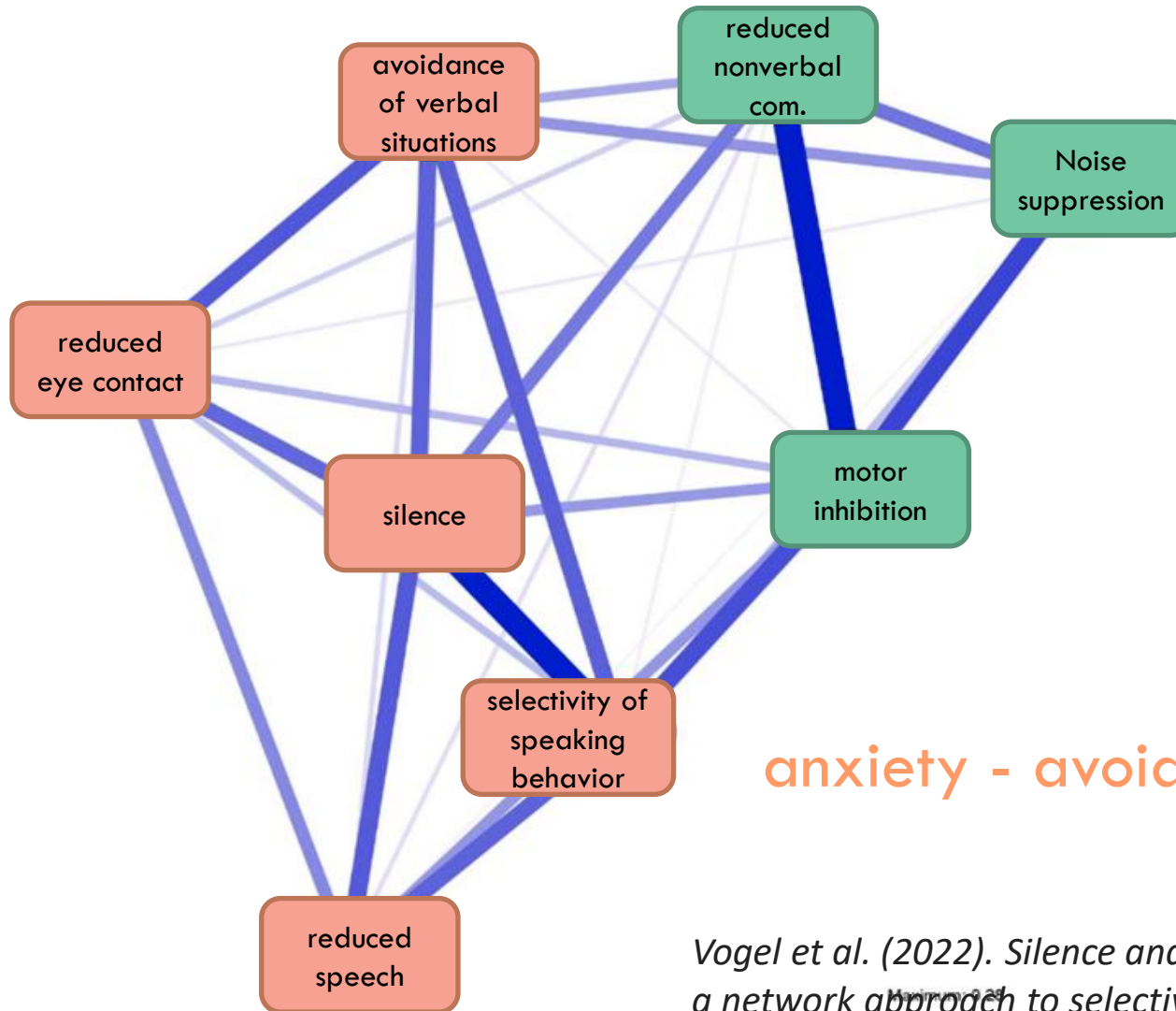
Welke situaties zijn moeilijk?

Studies naar (sociale) angst

Situatie	Activiteit	Persoon
Nieuwe plaatsen	Nieuwe activiteiten	Te dichtbij, opdringerig
Menigte/drukke	Motorische activiteiten / gym	Autoriteit
Eerdere negatieve ervaring	Kans op falen	Minder bekend
Herrie	In de aandacht staan	Uiterlijke kenmerken
	Waarbij spreken wordt gevraagd	Niet kind-vriendelijk

Schwenck et al. (2022). Characteristics of person, place, and activity that trigger failure to speak in children with selective mutism. *European child & adolescent psychiatry*, 31(9), 1419–1429. <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01777-8>

Subgroepen ?



freezing?

anxiety - avoidance?

Vogel et al. (2022). Silence and related symptoms in children and adolescents: a network approach to selective mutism. *BMC psychology*, 10(1), 271.

Hoe ervaren jongeren het ?

Adolescenten: “hou niet van het geluid van mijn stem en wil niet dat anderen die horen”

Adolescenten: “een gewoonte of obsessie die moeilijk te doorbreken is”

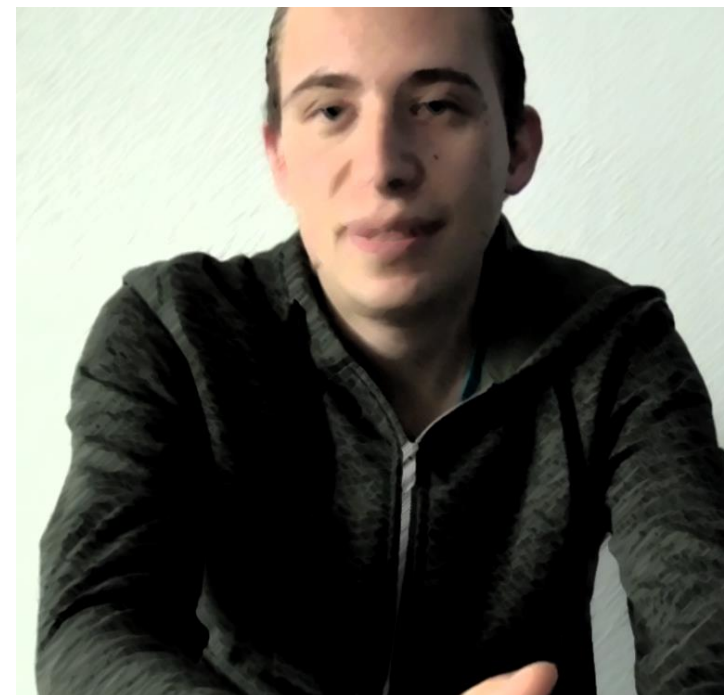
Adolescenten: “een soort onbewuste blokkade die ervoor zorgt dat het niet lukt om iets te zeggen”

Adolescenten: “de leerkracht negeert mij”



Rachel de Jong, Anja van der Voort, Lisa Tessensohn, Maxime Hartink, Maretha de Jonge, studies in preparation

Blokkeren / freezing



Mijn verhaal "selectief mutisme"

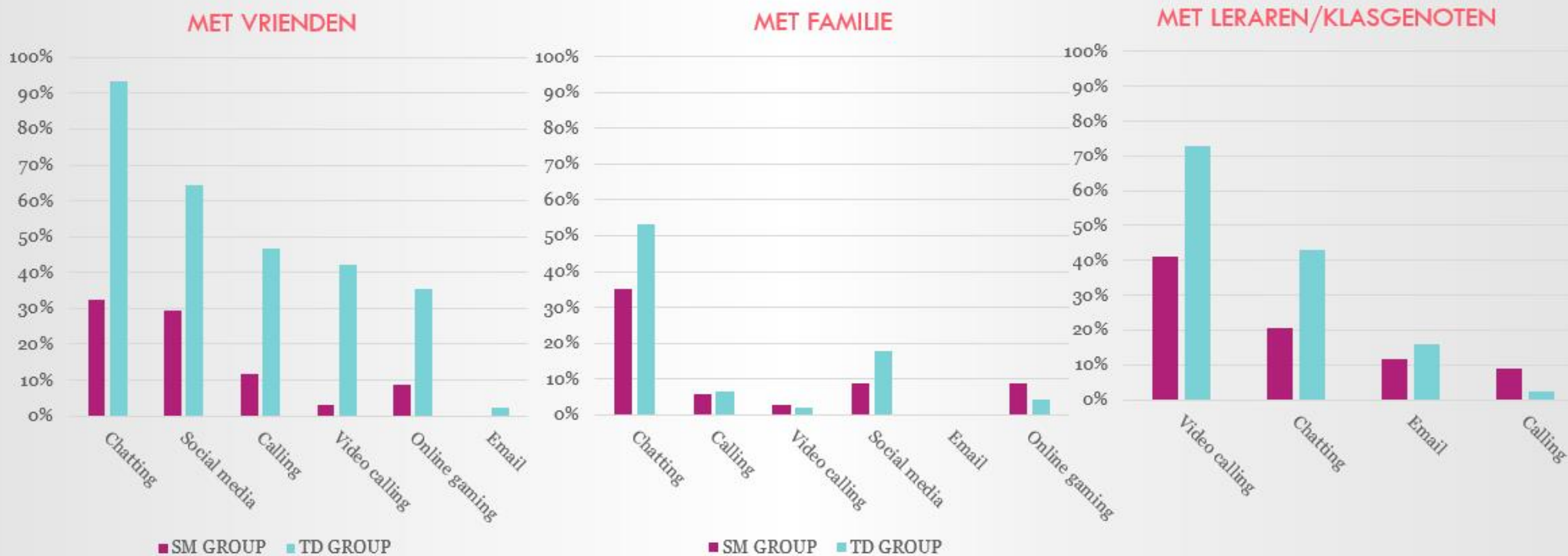
<https://www.youtube.com/watch?v=QYOPPVVISg8&t=1177s>



“Schrijf het anders maar op ... of stuur me een appje.”
Helpt dat?

“Schrijf het anders maar op ... of stuur me een appje.” Helpt dat?

DIGITALE COMMUNICATIE

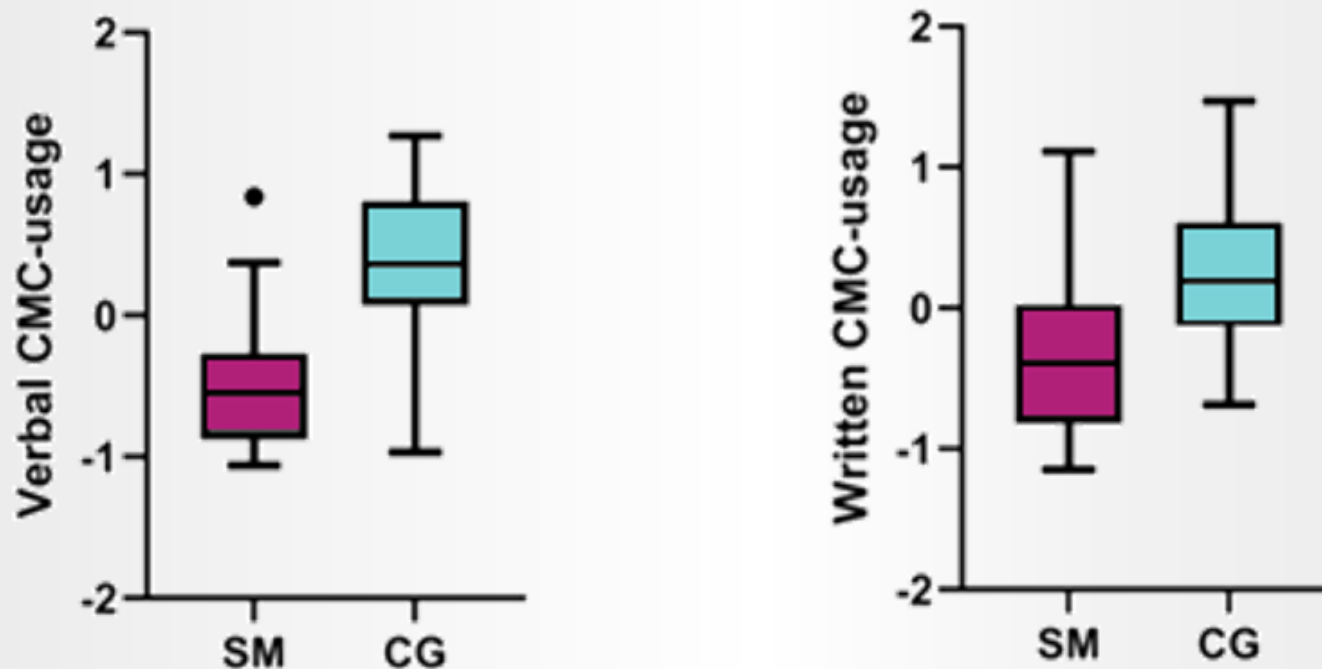


de Jonge, M. V., Nibbering, N., Brand, I., & van der Voort, A. (2024)

“Schrijf het anders maar op ... of stuur me een appje.”

Helpt dat?

GESPROKEN OF GESCHREVEN DIGITALE COMMUNICATIE



Effect size $d = -1.18$; zonder kinderen met bijkomende ASS effect size $d = -0.92$.

de Jonge, M. V., Nibbering, N., Brand, I., & van der Voort, A. (2024)

“Schrijf het anders maar op ... of stuur me een appje.”
Helpt dat?



“Schrijf het anders maar op ... of stuur me een appje.”

Helpt dat?

- Voor sommigen wel.
- Ongeveer de helft van de jongeren uit onze studie vond het iets gemakkelijker.
- De andere helft vond het juist even moeilijk of moeilijker
- De overgrote meerderheid zou het liefst verbaal communiceren en niet schriftelijk/digitaal

Nu probeer ik de laatste tijd wel iets terug te zeggen in een groepsapp. Nou ja, meestal is het een emoji, maar beter iets dan niets, denk ik dan.

Vorige week is mijn favoriete kookdocent voor het eerst vader geworden. Met een klein groepje leerlingen hebben wij met hem een (geboorte)whatsapp groepje. Dus hij stuurde vol trots een foto in de groep van zijn zoontje. Iedereen helemaal enthousiast feliciteren en zeggen wat een schattige baby het is etc etc.....

In mijn hoofd ging het ook zo: oh wat een lieve baby meneer, gelukkig is alles goed gegaan, gefeliciteerd! De werkelijkheid was dit...🥰, na 26 minuten durfde ik eindelijk op het knopje verzenden te drukken en daar ging mijn emoji🥰.

Ik hoop dat hij begrijpt wat ik eigenlijk zou willen zeggen😭.

Open instagram account van een jongere die post over eigen ervaringen met selectief mutisme

Een paar tips

- Open deur: neem jongeren serieus
- Praat tegen hen, ook als ze niet terugpraten, niet kijken of geen contact maken
- Let op je toon. Dat klinkt makkelijker dan het is.
- Geef ze niet op, ook niet door een classificatie toe te kennen (bijv autisme) en dan het mutisme niet te behandelen



Mijn verhaal "selectief mutisme"
<https://www.youtube.com/watch?v=QYOPPVVISg8&t=1177s>

Wat willen ze zelf graag ?

Adolescenten: “ik wil vrienden leren maken en gewoon weer naar school kunnen gaan”

Adolescenten: “ik wil minder angstig zijn en gewoon tegen iedereen kunnen praten”

Tegen iedereen leren praten ... hoe te beginnen?

- Jonge kinderen
- (pre)adolescenten / volwassenen
- De indirecte manier
- De directe manier

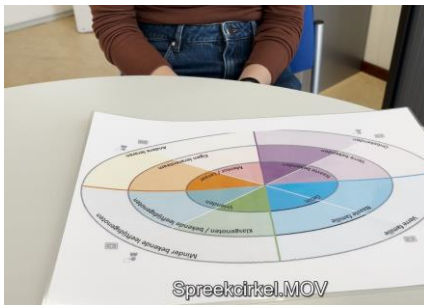
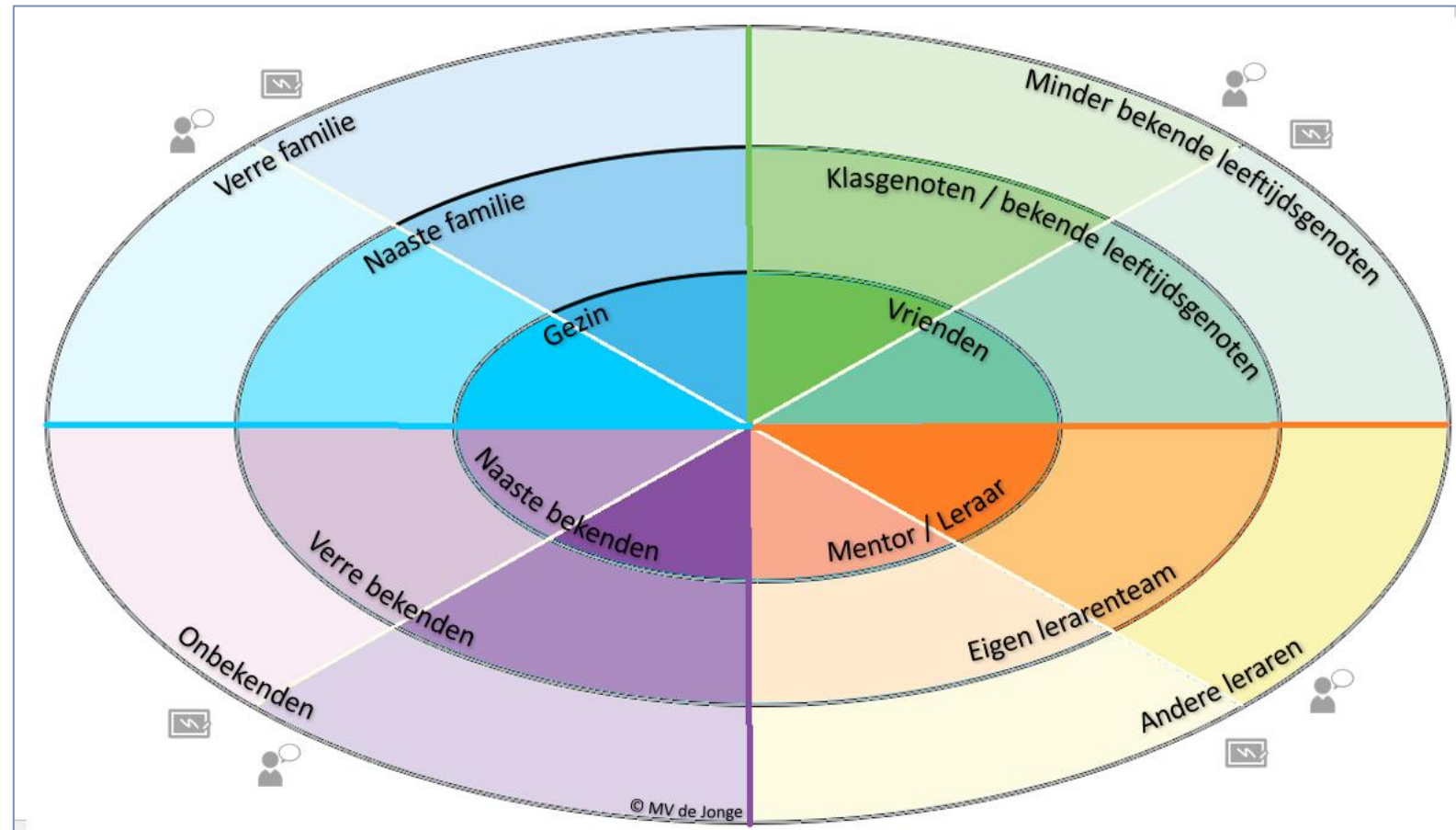
... liggen. Net als vorig jaar dat ik begon met therapie in het UMC. De eerste keren kon ik niet praten tegen mijn therapeut, ik was ook een soort van bevroren. Zij merkte dat ik het veel fijner vond om buiten te wandelen en hoorde van mijn moeder over ... Zij stelde voor om elke week achter het UMC bij een landgoed af te spreken. Nou vanaf dat moment gingen wij samen met ... wandelen en kwamen de eerste woorden en zelfs de eerste zinnen. Het werd ons gezellig wandeluitje!

Open instagram account van een jongere die post over eigen ervaringen met selectief mutisme

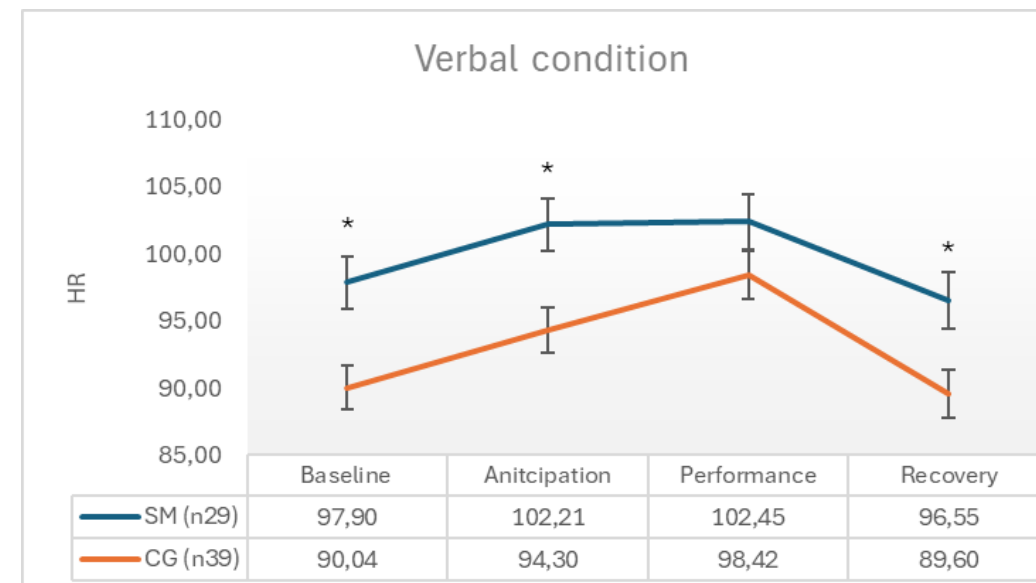
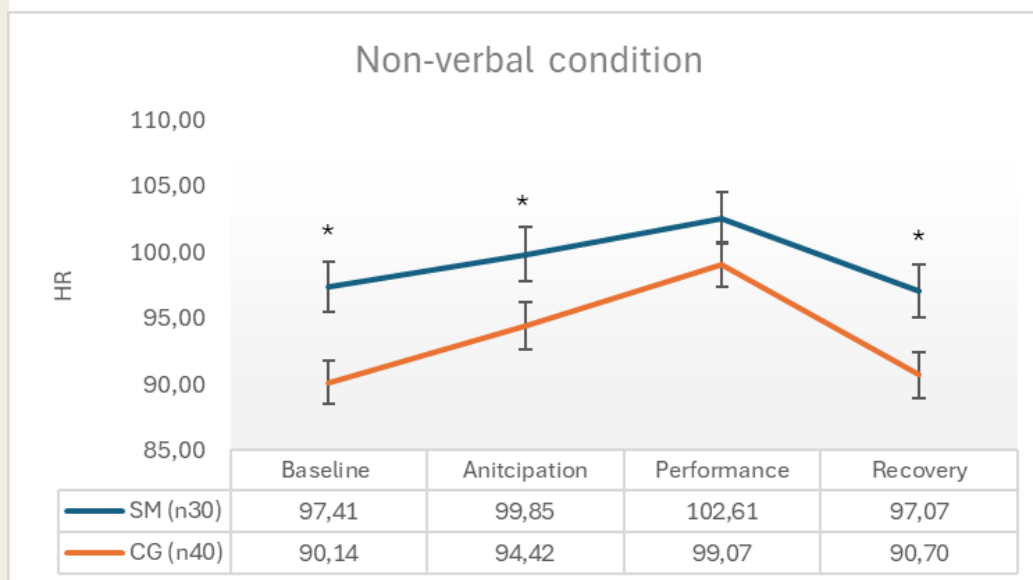
De hoogspringer / verspringer



Tegen iedereen leren praten ... hoe te beginnen?

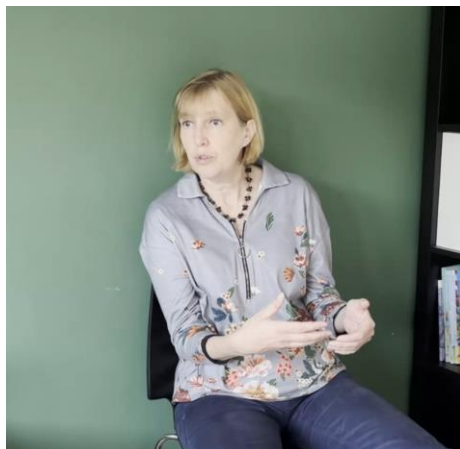


Basale stress, anticipatiestress, prestatiestress en herstel



Nikki Nibbering, Sophie van Rijn, Eva Brouwer, Hanna Swaab, Maretha de Jonge, paper in preparation

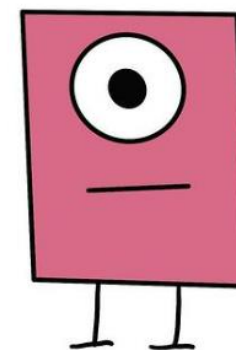
Als je veel stress hebt, neem je niets op



Nikki Nibbering, Sophie van Rijn, Eva Brouwer, Hanna Swaab, Maretha de Jonge, paper in preparation

Een paar tips

- Beperkt oogcontact, hoek van 90 gr opstelling
- Activiteit terwijl je praat (tekenen)
- Niet te veel vragen
- Geef tijd om na te denken, rustig tempo
- Stilte kan als afwijzing voelen, maar is het niet
- Betrek ouders/omgeving



Eye
contact is
way more
intimidate
than
words will
ever be

Blokkeren / freezing



Spraakmakers, interview met Hilde van Braam van Vloten, moeder en clientje. KRO-NCRV, 09 februari 2021

Blokkeren / freezing



Client wordt gespeeld door een acteur



Perfectionisme: de hoogspringers

Wanneer ben je tevreden en trots op jezelf?

Opdracht met 5 vragen

- Doel is 5/5 gelukt?
Moet het altijd perfect zijn? Een 10 halen?
- Doel is 4/5 gelukt : 80% is een 8! Mooi cijfer
- 3/5 gelukt? 60% goed is een 6 = voldoende



Reageren op spraak



Open instagram account van jongeren die posten over eigen ervaringen met selectief mutisme om anderen te informeren



selectief_mutisme_jongeren



Blokkeren: een beeld



Spraakmakers, interview met Hilde van Braam van Vloten, moeder en clientje. KRO-NCRV, 09 februari 2021

Blokkeren: een beeld



Client wordt gespeeld door een acteur



Welke situaties zijn moeilijk?

S Situatie	T Taalinhoud	A Activiteit	P Persoon
Nieuwe plaatsen	Geluiden/fixed losse woorden	Nieuwe activiteiten	Te dichtbij, opdringerig
Menigte/drukte	Gesloten vragen – niet persoonlijk	Motorische activiteiten / gym	Autoriteit
Eerdere negatieve ervaring	Semi open vragen – niet persoonlijk	Kans op falen	Minder bekend
Herrie	Keuzes of mening	In de aandacht staan	Uiterlijke kenmerken
	Vertel eens ...	Waarbij spreken wordt gevraagd	Niet kind-vriendelijk
	Hulp vragen		

o.a. gebaseerd op Schwenck et al. (2022). Characteristics of person, place, and activity that trigger failure to speak in children with selective mutism. European child & adolescent psychiatry, 31(9), 1419–1429.

Ouders en school

Accommodatie

Meenemen van ouders in
behandeling

Betrekken van school / oefenen op
school

Coaching en context



selectief_mutisme_jongeren



DINGEN DIE JE NIET MOET DOEN ALS IEMAND MET SELECTIEF MUTISME BLOKKEERT

- Raak niet in paniek.
- Geef het kind niet de schuld.
- Denk niet dat het jou schuld is.
- Dwing niet.
- Geef er niet te veel aandacht aan.
- Vraag niet waarom het kind niks doet of zegt.

@selectief_mutisme_jongeren



Conclusies

- Arousal, moeite met reflectie op emoties en emotieregulatie spelen een grote rol
- Classificerend onderzoek is niet altijd helpend en zorgt vaak voor onnodige vertraging
- Jongeren geven over het algemeen hoge motivatie aan, maar stralen dat niet altijd uit
- Neem de tijd
- Exposure is belangrijk evenals verdragen van blokkeren
- Sociale vaardigheden en sociale ontwikkeling stimuleren

Nog een tip



*Spraakmakers, interview met Hilde van Braam van Vloten, moeder en clientje.
KRO-NCRV, 09 februari 2021*



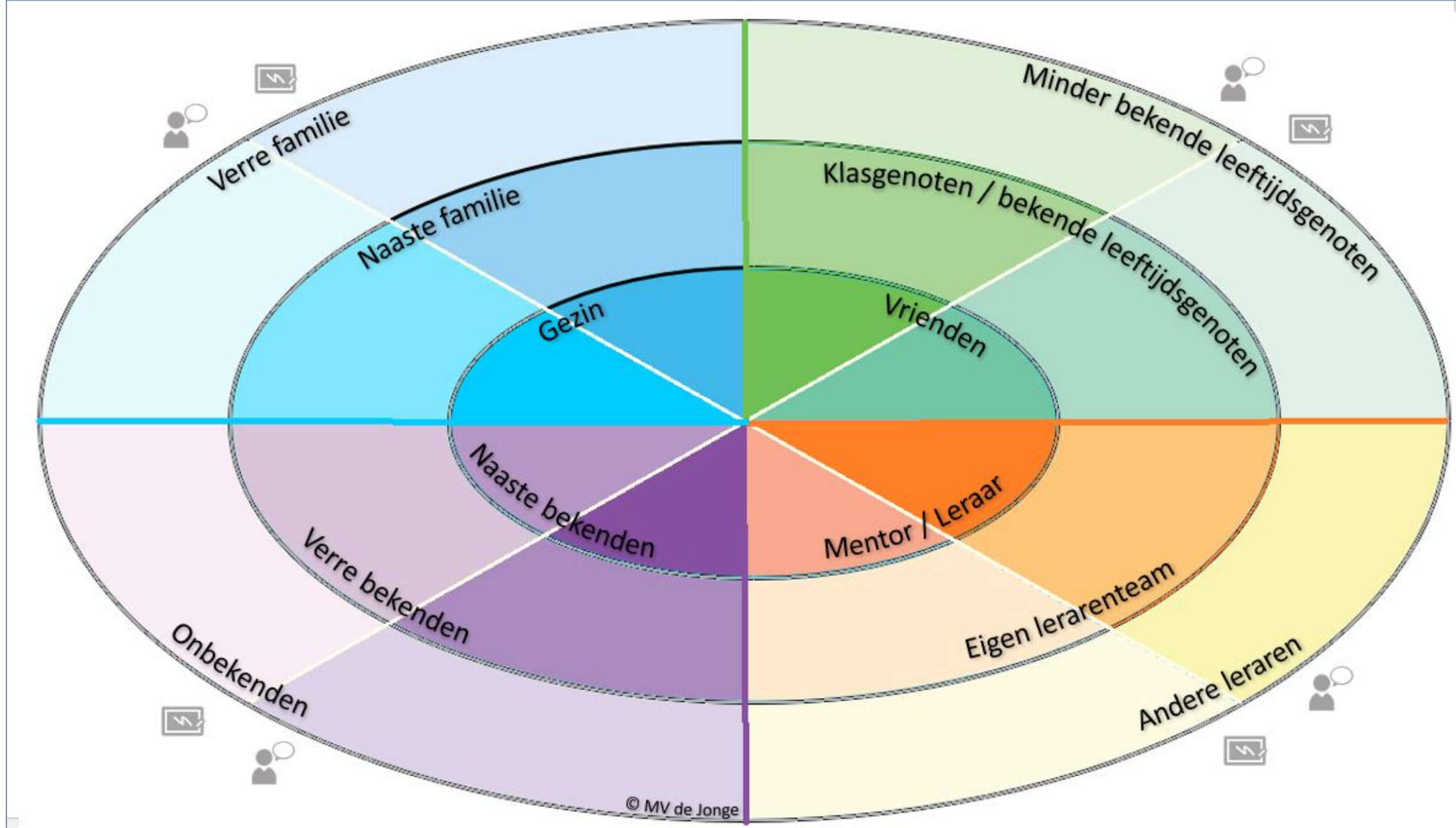
Discussie

Don't underestimate me.
I know more than I say, think more than I speak, & notice more than you realize.

Dingen die je nooit moet zeggen als iemand blokkeert...

- gewoon niet aan denken
- ga is iets doen. Je doet helemaal niks.
- Waarom zou je je daar druk over maken
- Geef is antwoord
- Dit kan je toch gewoon doen je hoeft niks te zeggen
- je kan toch gewoon wat zeggen
- kan je 1 woord voor mij zeggen
- Als je niks zegt weten we niet wat er aan de hand is
- Stille
- kijk mij is aan.
- Ben je je tong verloren
- Ik kan haar niet helpen, want ze zegt toch niks tegen mij.







stress -G- meter

Wijzer uitknippen
en met splitpen
op de stresswijzer
bevestigen



OEFENEN



LUISTEREN



**DEZE WEEK
OEFENEN**



HOE KAN JE COMMUNICEREN ?

LATEN ZIEN OP

TELEFOON

OF COMPUTER



© M.V. de Jonge

OPSCHRIJVEN

OF

TEKENEN



© M.V. de Jonge

INSPREKEN

OP

JE TELEFOON



© M.V. de Jonge

ZEGGEN



© M.V. de Jonge

HOE KAN JE COMMUNICEREN ?

APPEN

OF

MAILEN



© M.V. de Jonge

THERAPEUT

EVEN

BUITEN DE KAMER



© M.V. de Jonge

© M.V. de Jonge

.....

.....

© M.V. de Jonge

.....

.....

IK DURF
HET NIET

© M.V. de Jonge

IK WEET
HET NIET

© M.V. de Jonge

IK BLOKKEER,
IK ZIT VAST

© M.V. de Jonge

IK DENK NOG
EVEN NA

© M.V. de Jonge

IK WIL HET
NIET

© M.V. de Jonge

.....
.....

© M.V. de Jonge

DAT IS NIET
ZO

© M.V. de Jonge

IK WEET HET
NIET

© M.V. de Jonge

DAT KLOPT

© M.V. de Jonge

IK HEB EEN
VRAAG

© M.V. de Jonge