

De therapie voor kinderen met Selectief Mutisme
**SPREEKT
VOOR
ZICH!**
De therapie voor kinderen met Selectief Mutisme

Therapie voor kinderen met Selectief Mutisme
www.spreektvoorzicht.nl



INFORMATIE BOEKJE SELECTIEFMUTISME



OVER DIT BOEKJE

Sanne is een vrolijk meisje. Thuis kletst ze honderduit en speelt graag schooltje met haar zusje. Ze zingt de liedjes die ze op school leert, maar in de klas zingt Sanne niet mee.

Op school praat Sanne niet. Haar juf doet alles om Sanne op haar gemak te stellen, maar het helpt niet. Sanne praat nooit in de klas.

Sanne heeft selectief mutisme.



Misschien ken jij iemand die selectief mutisme heeft of therapie hiervoor heeft gehad. Dan kun je misschien al goed vertellen wat je erover weet. Maar het is best lastig om het allemaal te begrijpen.

Het kan ook zijn dat je nog helemaal niets weet over selectief mutisme. Dat is niet gek, want selectief mutisme komt niet zo heel vaak voor.

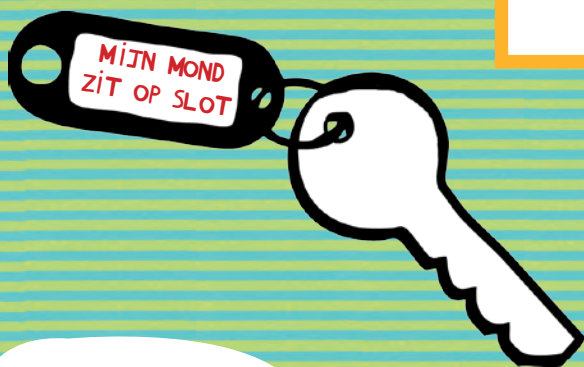
De Stichting Behandeling Selectief Mutisme geeft informatie over selectief mutisme aan ouders, meesters en juffen en aan kinderen. Die informatie is te lezen op de website www.spreekvoorzicht.nl. Dit boekje is voor jou. Hierin kun je lezen wat selectief mutisme is en hoe kinderen met selectief mutisme geholpen kunnen worden. Misschien helpt het jou om selectief mutisme beter te begrijpen. Je kunt dit boekje ook gebruiken voor een spreekbeurt of een werkstuk.



WAT IS SELECTIEF MUTISME?

Alle kinderen weten wel hoe het voelt om bang of verlegen te zijn. Iedereen is namelijk wel eens bang. Maar sommige kinderen blijven verlegen, ook als ze hun juf of meester en klas al heel lang kennen.

Kinderen met selectief mutisme durven niet te praten. Thuis wel hoor, dan praten ze gewoon. Maar op school lijkt het wel alsof ze dichtklappen. Dan zeggen ze niets meer of héél erg weinig. Sommige kinderen zijn ook heel stil bij ooms of tantes, of in winkels, of op de BSO, of bij vriendjes thuis. Hun mond lijkt wel op slot. Soms komt het doordat de kinderen heel streng voor zichzelf zijn. Ze zijn bang om iets fout te zeggen. Dat ken je zelf vast ook wel. Wat doe jij als je niet zeker weet of je het goede antwoord weet? Probeer je het toch of zeg je maar liever even niks? En hoe lang kan jij het volhouden om ergens niets te zeggen? Een minuutje? Een uurtje? Of een hele middag? Kinderen met selectief mutisme durven maanden en soms jarenlang niets te zeggen op school.



WIST JE DAT?

Selectief mutisme bij ongeveer 1 tot 7 op de 1000 kinderen voor komt? Dat is veel minder dan bij ADHD of Dyslexie!

THUIS

Ouders weten soms ook niet hoe ze hun kind kunnen helpen. Soms is hun kind thuis heel verdrietig of boos, omdat hij of zij op school ook graag gewoon mee wil doen, maar het niet lukt. Dat willen ouders dan graag oplossen voor hun kind.

Voor broers en zussen is het ook best gek, ze horen hun broertje of zusje thuis gewoon praten maar op school niet!

Andere mensen begrijpen niet waarom het kind niet praat en stellen daarom vragen aan de ouders. Dat is lastig, want dat is moeilijk uit te leggen.

SCHOOL

Soms durven kinderen met selectief mutisme wel tegen hun klasgenootjes te fluisteren, maar niet tegen de meester of juf. Dan willen de kinderen in de klas hun klasgenootje met selectief mutisme graag helpen door bijvoorbeeld voor hun stille klasgenoot te praten. Ze vertellen aan de juf of meester wat hun klasgenootje zei. Er zijn ook kinderen met selectief mutisme die helemaal niet praten op school. Toch lukt het wel om vriendjes en vriendinnetjes te maken, want je kan al heel veel zeggen met ja-knikken, nee-schudden, blij of boos kijken en gebaren maken met je handen of voeten. En dat zonder een geluid met je mond te maken!

De meester of juf wil natuurlijk dat iedereen in de klas zich fijn voelt. Daarom vinden de meesters en juffen op school het vaak heel vervelend voor een kind met selectief mutisme. Ze willen graag helpen, maar weten niet zo goed hoe. Want meesters en juffen weten wel heel goed hoe ze verlegen en bange kinderen kunnen helpen, maar een kind in de klas dat selectief mutisme heeft komt niet zo vaak voor. Daarom krijgt het kind met selectief mutisme vaak extra hulp om te gaan durven praten. Dat heet therapie. Je leest straks hoe dat gaat. Het is wel heel moeilijk voor ze om ineens te gaan praten in de klas, want dat hebben ze vaak nog nooit gedaan. Dan is het heel eng om iets te gaan zeggen want je weet niet wat anderen daarvan vinden.

KEN JE DFT?

Ken je het spel doorfluisteren? Één kind verzint een zin en fluistert die door. De laatste mag het hardop zeggen. Meestal is de zin dan heel gek geworden. Doe het eens met je klas!



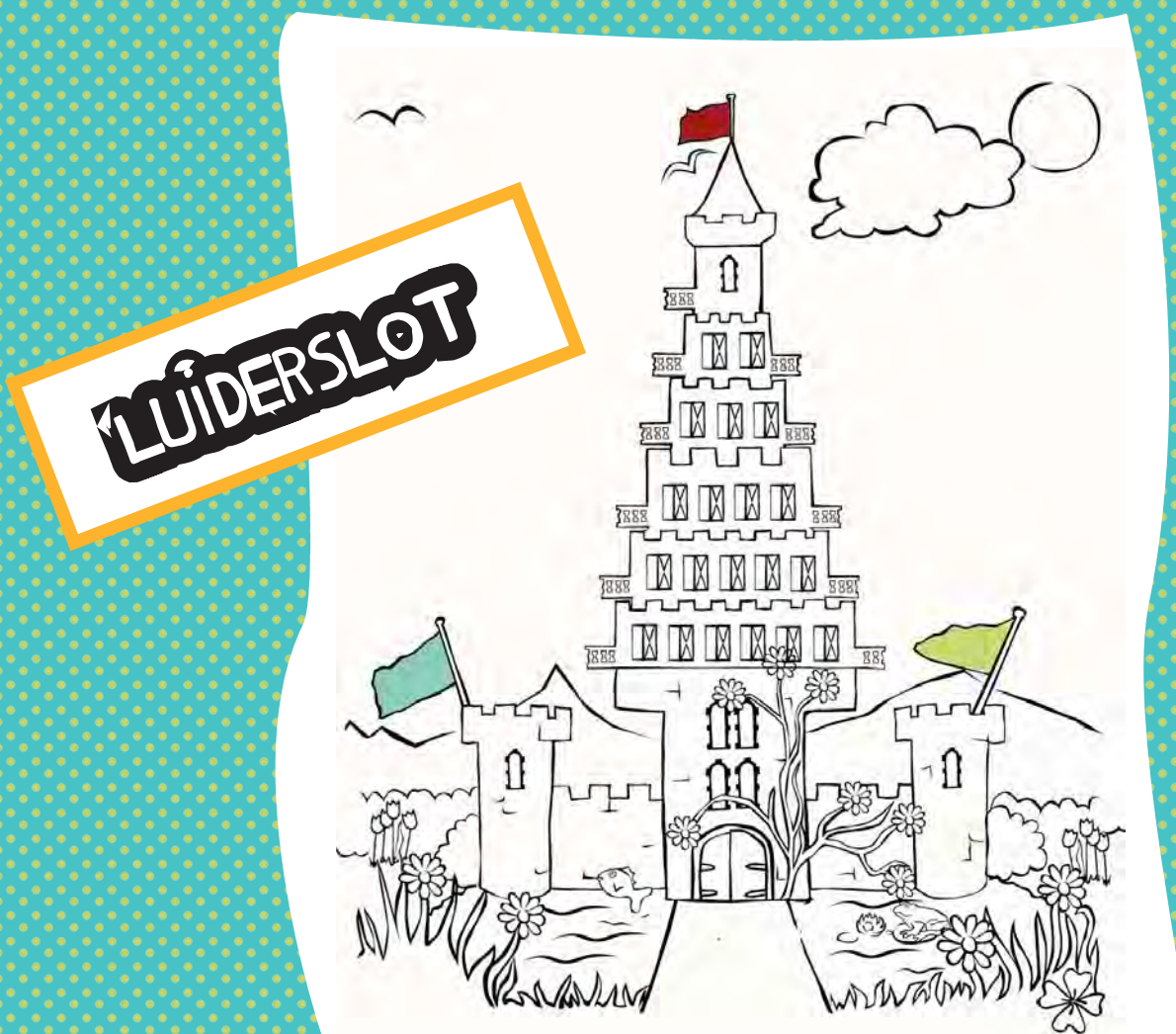
THERAPIE

Kinderen met selectief mutisme krijgen therapie. Therapie betekent behandeling. Daar leer je om een probleem te begrijpen en je leert hoe je daar mee om kunt gaan. Er is een speciaal therapieprogramma om kinderen met selectief mutisme te helpen. Dat programma heet "Spreekt voor zich". Het bestaat uit spelletjes, verhalen en oefeningen. Hiermee leren kinderen om zo dapper te worden dat praten niet meer zo eng is.

Er zijn veel mensen die hierbij kunnen helpen:

De therapeut helpt het kind, en de ouders en de meester of juf. En natuurlijk ook de vriendjes en vriendinnen uit de klas. Wat zou je zelf kunnen doen om iemand uit jouw klas te helpen bij iets wat hij of zij eng vindt? En hoe kunnen andere kinderen jou helpen als je zelf iets eng vindt?

Bij het programma hoort ook een computerspel: Het Luiderslot. Dit spel is voor kinderen met selectief mutisme, maar andere kinderen mogen ook meedoen.



DAPPER WORDEN

Soms lijkt het alsof kinderen dingen niet willen doen, maar vaak willen ze het niet omdat ze het niet durven. Je kunt dus zelf kiezen om het te doen. Als je iets niet doet omdat je het niet wilt, dan kan niemand helpen. En dat is jammer want het is soms best leuk om dingen te doen die spannend zijn. Dus als je zegt dat je iets niet wilt omdat je het niet durft en lastig vindt, dan kun je geholpen worden. Want als je dingen doet waar je een beetje bang voor bent en je probeert het toch dan wordt je dapper. Dapper worden is best lastig, je wordt niet dapper geboren. Meedoen met dingen die eng zijn is spannend. Maar als je toch meedoet is dat echt dapper.

Je kunt dapperheid niet kopen, dat zou wel heel makkelijk zijn! Je wordt steeds dapperder als je nieuwe dingen probeert en oefent. Misschien is het dan niet zo eng meer en doe je het met veel plezier.

Kinderen met selectief mutisme moeten een beetje leren om dapper te worden. Vaak denken de kinderen veel aan wat ze niet durven en hoe eng ze dat vinden, dat wordt donderdenken genoemd. Donderdenken helpt niet, die gedachten maken het nog spannender. Wat goed helpt om dapper te worden is dapperdenken. Dan leren de kinderen om te denken aan dingen die ze al wel durven en aan dat ze dingen heus wel goed kunnen. Het helpt heel veel als het kind daarbij een beetje wordt geholpen en complimentjes krijgt. Leren ontspannen is ook belangrijk, dat zorgt ervoor dat het kind weer rustig wordt. Als je rustig bent durf je meer want dan voel je je goed.

DONDER- DENKEN

Ik kan er
niks van

Iedereen ziet
hoe slecht ik
ben

DAPPER- DENKEN

Van proberen
kun je
leren

Het is echt leuk

HET LUIDERSLOT

Het Luiderslot is een computerspel over een spannend kasteel met een hoge toren. In het kasteel woont Yep. Yep heeft een probleempje: hij was een toverdrankje aan het maken. Per ongeluk heeft hij iets in de ketel gegooid. Toen is de ketel ontploft en ineens waren alle kleuren en geluiden uit het kasteel verdwenen. Het is er nu grijs en saai. Yep heeft hulp nodig om de toverdrank weer opnieuw te maken en de kleuren en geluiden weer terug te toveren. Maar Yep is een beetje bang. Wie het spel speelt gaat Yep helpen. Daar moet je wel dapper voor zijn. In de therapie gaat een kind dat leren. Het computerspel helpt daarbij. Elke keer als een kind iets dappers heeft gedaan, in de therapie of op school, gaat er een nieuw level open en gaat het kind een verdieping omhoog. Zo ga je langzaam naar de top. Wil jij het spel ook eens spelen? Op de website staat een demo: Bij sommige spelletjes moet je ook praten tegen de computer! www.spreektvoorzich.nl



Hallo!

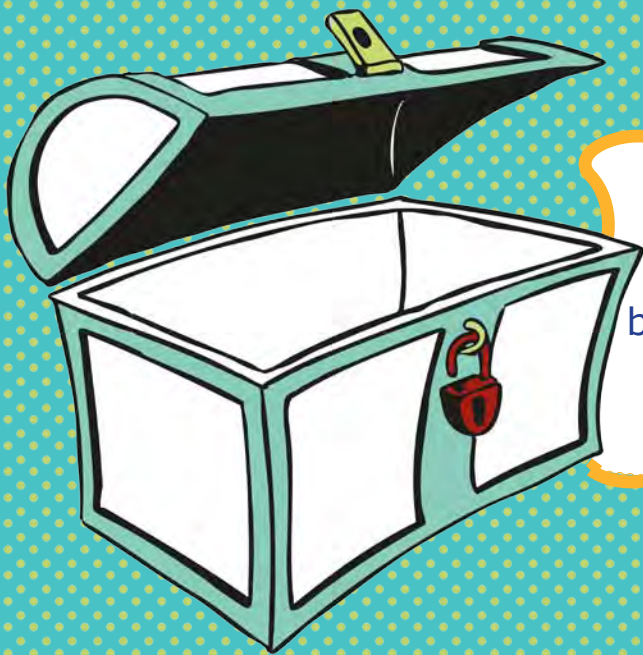
Ik ben **YEP**, de draak van het Luiderslot! Ik ben bang voor monsters, maar ik kan wel heel goed vliegen! Samen wil ik de kleuren en geluiden van het Luiderslot terug krijgen! Want samen zijn we dapper en komen we helemaal boven in de toren!



MATERIAAL

Als het kind bij de therapeut is, wordt er gebruik gemaakt van verschillende voorwerpen. De therapeut en het kind spelen samen spelletjes, bijvoorbeeld memorie, kegelen, iets verstoppertje en nog meer dingen. Sommige materialen worden steeds weer gebruikt.

Een kind kan zich dapper gaan voelen doordat hij of zij steeds wordt beloond tijdens een oefening. Om te belonen gebruiken de therapeuten, ouders en meester of juf, muntjes. Deze muntjes worden ook wel fiches genoemd. Een kind kan een muntje verdienen door bijvoorbeeld tijdens een spelletje steeds op te noemen wat er op het memoriekaartje staat. Deze muntjes worden in een schatkistje verzameld en dan kun je de muntjes aan het einde van het spel tellen.



EN JIJ?

Heb jij ook wel eens een beloning gekregen? En hoe vond je dat? Je kreeg bijvoorbeeld een sticker omdat je zo goed je best had gedaan op school. Of een complimentje omdat je zo aardig bent!

Alle kinderen krijgen aan het begin van de therapie een stickerkaart. Hierop kunnen de kinderen de stickers plakken die zij hebben verdiend. Elke sticker die het kind krijgt, is een beloning voor een oefening of voor het goed meedoen met de oefening. Als de kaart vol is, kunnen de kinderen kiezen uit een klein cadeautje, dit is een extra beloning voor alle stickers die de kinderen al hebben verdiend.

Alle werkbladen worden in een map bewaard. Dit wordt de Dapperklapper genoemd. De werkbladen zijn blaadjes waar oefeningen voor tijdens de therapie en voor thuis op staan. Het is een soort van huiswerk. Maar ook kan het zijn dat er een verhaal of een spelletje bij zit. Deze kunnen dan samen met de stickerkaart worden bewaard in de Dapperklapper.

PROBEER HET ZELF

Misschien ben je nieuwsgierig geworden naar wat de kinderen doen bij de therapie en in het Luiderslot. De opdrachten die zij doen zijn leuk maar ook wel lastig. Op deze bladzijde staan twee voorbeelden die je alleen of samen met papa of mama kunt proberen.



DAPPERE HELD

Bedenk wie jouw held is. Wat kan jouw held allemaal? Waar moet jouw held veel op geoefend hebben? Waarom is hij of zij jouw held? Waar zou jouw held bang voor zijn? Is je held dapper? Wat kun jij leren van je held? Maak een tekening van jouw held!

FRMPJE DRUKKEN

Je kent het spelletje "armpje drukken" vast wel. Speel het eens met samen met papa of mama en probeer de arm van papa of mama op de tafel te drukken. Doe allebei heel erg je best en laat je spierballen werken! Daarna laat je allebei je armen ontspannen. Wapper er maar een beetje mee en laat ze daarna lekker hangen. Laat ook je schouders hangen. Voel samen welke spieren eerst strak waren en nu lekker los.





DEMOVERSIE LUIDERSLOT

Wil je zien hoe het Luiderslot er uit ziet? En wil je Yep helpen bij het terugkrijgen van alle kleuren en geluiden in de toren? Ga dan naar de website www.spreektvoorzich.nl. Rechts in het scherm zie je hetzelfde plaatje als hier onder. Als je klikt op 'Speel de demo' kom je in het Luiderslot. Daar ontmoet je het draakje Yep. Yep legt je uit wat je moet doen en samen doe je de spelletjes. Als het een beetje lastig is dan kun je papa of mama om hulp vragen. Veel plezier!



OOK SPELEN?

Ga naar www.spreektvoorzich.nl en speel de demo van het Luiderslot. Samen met Yep speel je de spelletjes in het Luiderslot!



Therapie voor kinderen met Selectief Mutisme
www.spreektvoorzech.nl

Informatie Boekje Selectief Mutisme