

SELEKTIV MUTISME

Find din egen stemme

Præsenteret af

**Psykolog Eivind
Harbeck Johansen**
Psykologerne Johansen
& Kristoffersen

Dato

18 november, 2025

Sted

Center for Autisme



01

Angstlidelse, ikke
sprogforstyrrelse

02

Ingen eller begrænset tale i
nogle kontekster (bhg, skole)

03

Væsentlig bedre eller normal
tale i andre (familie)

04

Ofte, men ikke altid,
kompensation via nonverbal
kommunikation

HVAD ER SELEKTIV MUTISME?



SM ER IKKE ...

✓ Autismespektrumforstyrrelse

✓ Udviklingsforstyrrelse

✓ Trods

✓ Elektiv



DIAGNOSE

DSM-5 OG ICD-11

ICD-11

A: Konsekvent selektivitet i tale

B: Varighed mindst 1 måned

C: Skyldes ikke manglende beherskelse af sproget

D: Symptomerne forklares ikke bedre af anden psykisk lidelse

E: Mutismen er tilstrækkelig svær til at forstyrre uddannelse, social kommunikation eller andet funktionsområde

DSM-5

A: Konsekvent fravær af tale i specifikke situationer, hvor tale forventes, til trods for tale i andre situationer

B: Forstyrrer uddannelse, arbejde eller social kommunikation

C: Vedvaret mindst 1 måned

D: Skyldes ikke manglende beherskelse af sproget i situationen

E: Ikke bedre forklaret af sprogforstyrrelse og optræder ikke kun som del af udvikling af ASF, skizofreni eller anden psykoselidelse



SM

UDVIKLING



Ofte
adfærdsinhibition,
generthed



Flere sprog, forstyrret
sprogudvikling, piger



Debut ofte 2-4 års
alder



Diagnose og hjælp 6-8
års alder



Vokser sjældent fra
SM

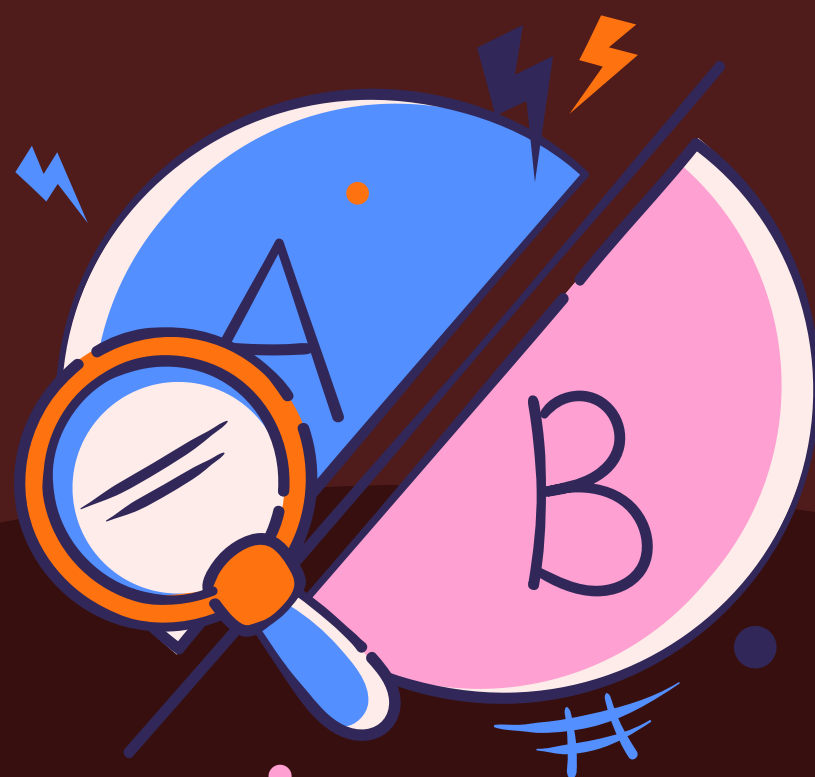


Socialfobi, angst,
psykiske lidelser

FORSKELLE

MELLEM ASF

OG SM



➔ Ofte sensorisk hypo-
og hypersensitivitet

➔ Ofte udfordringer
med fleksibelt
tænkning og adfærd

➔ Problemer med social
kommunikation og
interaktion

➔ Repetitiv,
indskrænket adfærd
eller interesser

➔ Gennemgribende,
livsvarig

➔ Kan have sensoriske
udfordringer, men
oftest ikke

➔ Kan have udfordringer
med rigid tænkning og
adfærd

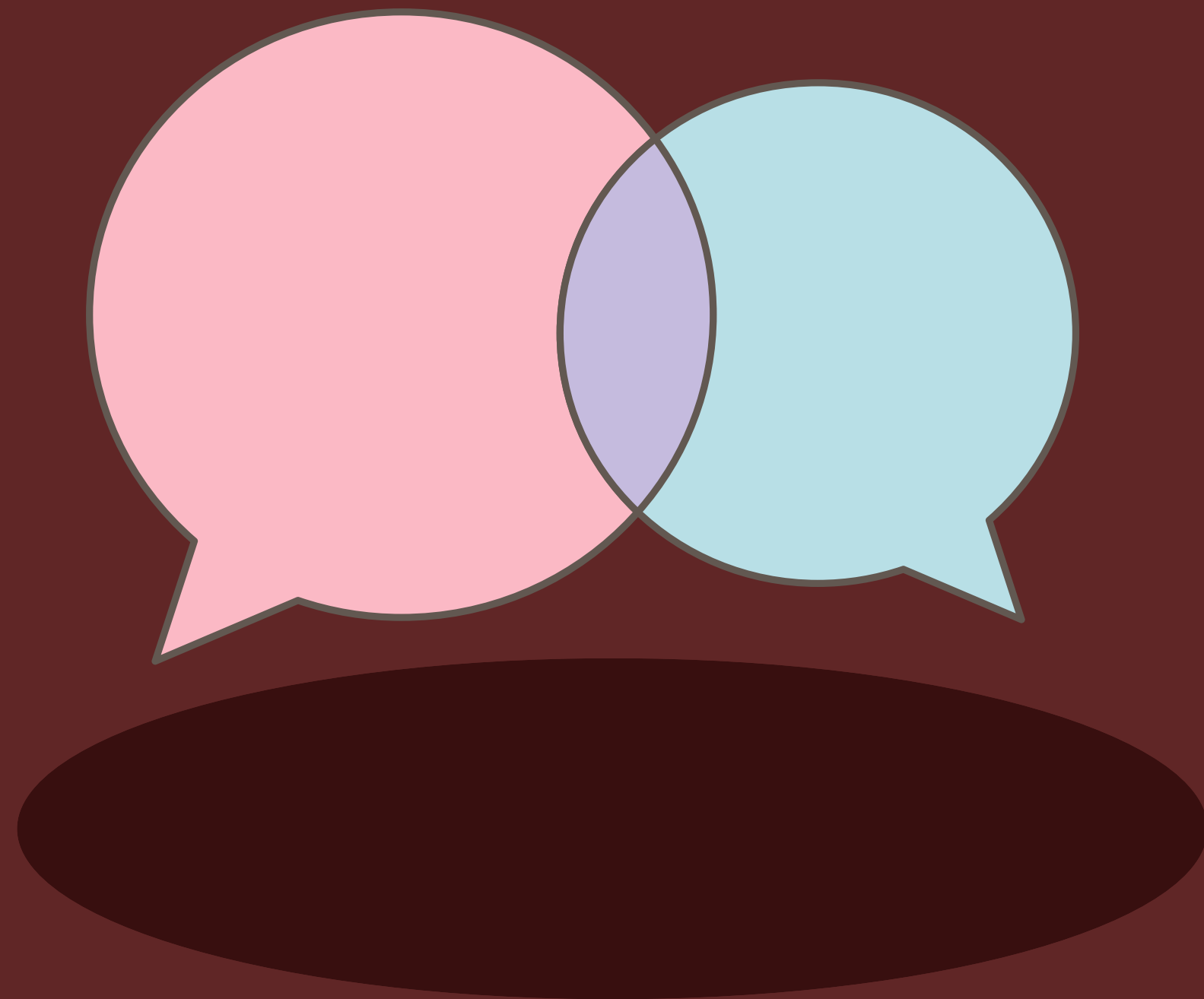
➔ Situationelle
problemer, væsentligt
bedre i andre

➔ Kan have problemer,
men oftest ikke

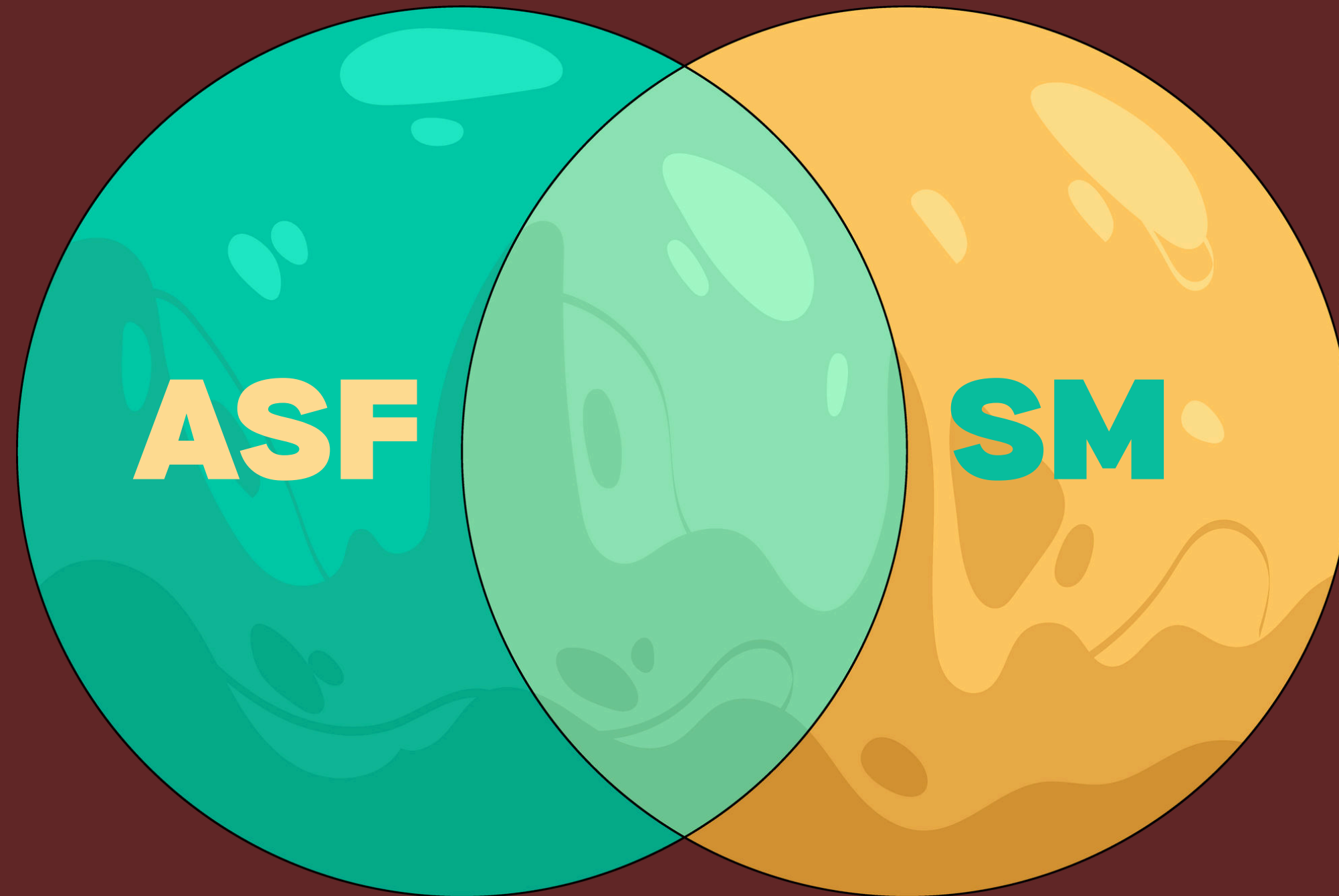
➔ Situationel, kan
behandles

OVERLAP MELLEM ASF OG SM

- ✓ Ofte ikke bare verbalt sprog
- ✓ Undgåelse af blikkontakt
- ✓ Tilbageholdende
- ✓ Begrænset social interesse
- ✓ Begrænset gensidighed
- ✓ Nedsmeltninger



**BÅDE
OG?**



RISIKOFAKTORER VED ASF FOR AT UDVIKLE SM





➔ Social frygt (59%)

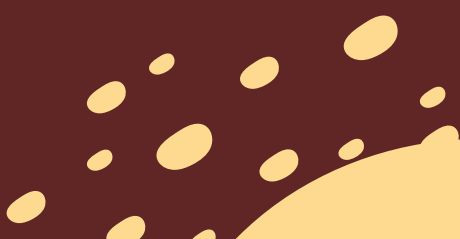
➔ Lave fejl (28%)

➔ Sprog (8%)

➔ Stemme (5%)

FRYGT I SM KOGNITIONER

Vogel et al. (2019).



VEDLIGEHOOLDENDE FAKTORER

Bryde ind for at svare for barnet

Ikke give barnet tid til at svare (mindst 5 sekunder!)

Give lov til at svare nonverbalt

Tankelæsning

Fortælle andre, at de ikke skal snakke til barnet

Undgå situationer, hvor det ville være naturligt at snakke

Forklare, at barnet ikke kan snakke

Presse for hårdt, skælde ud, klandre barnet

VEDLIGEHOOLDENDE MEKANISME

Undgåelse og
rednings
aktioner



Vedligeholder
og øger
angst

Nærme sig,
konfrontere



Reducerer
angst,
fremmer mod

VEDLIGEHOOLDENDE MEKANISME



Negativ forstærkning

Barnets OG DEN
VOKSNES angst
reduceres

Barnet triggeres
til at snakke
eller deltage

Barnet bliver
(for) ængstelig

Nogen
“redder”
barnet

Barnet
undgår

UDSLUKNINGS- MEKANISME

Barnet triggeres
til at snakke
eller deltage

Barnets OG DEN
VOKSNES angst
reduceres

Barnet bliver
(tilpas)
ængstelig

Barnet oplever
tilvænning og
korrigerende
erfaring

Barnet
deltager,
kommunikerer,
snakker



Tæt samarbejde
skole, hjem,
psykolog



Eksponeringsterapi



Ændrede
forstærknings-
mekanismer



Faciliterede overgange
mellem kontekster og til
tale



Kognitiv terapi hos
ældre (10-11 år +) børn?

SM KAN BEHANDLES, MEN KRÆVER ...

Ved relevante og adækvat intervention, kommer 84 % af med SM. Effekt vedligeholdes 3-5 år efter behandling. MEN 50 % fortsat let social angst.

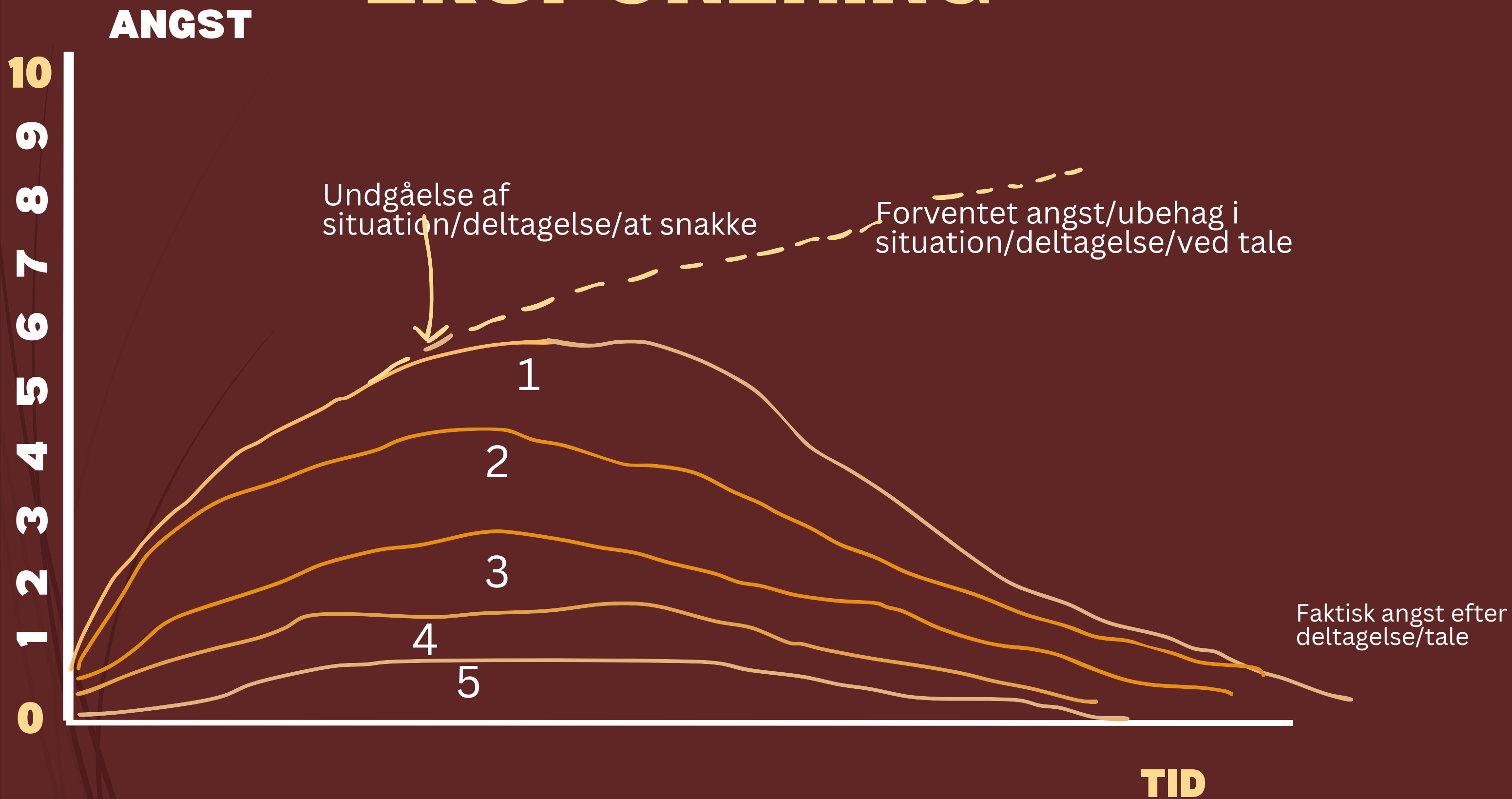
SNAKKESTIGEN DEL 1

0	Fraværende	Observerer fra distance
1	Fryst	Sidder passiv, uden bevægelse
2	Deltager uden kommunikation	Deltager stille, følger instruktion
3	Nonverbal eller skrift	Responderer, initierer, mimik
Snakkebroen	Tolererer at stemme høres af tredjeperson	Snakker eller griner med forælder/snakkepartner med andre i nærheden
4	Snakker via anden person	Snakker (ikke hvisker) til og svarer forælder/snakkepartner, som medierer

SNAKKESTIGEN DEL 2

5	Bruger stemmen	Barnet vokaliserer, “mmm”, “hmm” “vrooom”. Højtlæsning.
6	Kommunikerer med enkeltord	Siger enkeltord i struktureret situation
7	Kommunikerer med sætninge	Bruger sætninge i struktureret situation
8	Samtale	Gennemfører en voksenstyret, to-vejs samtale

EKSPONERING



DIMENSIONER SOM PÅVIRKER ANGST

1-1 Interaktion	GENERALISERING		
0 Fraværende	Omfang/nærhed til personer		
1 Fryst	Familie og venner	Regelmæssige kontakter	Fremmede
2 Deltagelse	At snakke på offentlige steder		
3 Nonverbal kommunikation	Kan ikke overhøres	Måske overhøres af én	Måske overhøres af et par
4 Tale via person	Måske overhøres af flere		
5 Bruge stemme	Gruppedeltagelse		
6 Enkeltord	3-7, gruppearbejde, overnatning, måltid	8-16, fodbold hold, ressourcegruppe	17+, klassen, fest, sceneoptræden
7 Fraser og sætninge	Social organisering		
8 Vedvarende samtale	Planlagt	Uplanlagt	
	Igangsæt af voksne, struktureret, faktisk indhold	Igangsæt af børn, ustruktureret, usikkert indhold	

SNAKKESTIGE/EKSPONERINGS -HIERARKI

012345678910



SM

MOTIVATION



Umiddelbar,
kontingent
forstærkning



Leg, fjollet, sammen!



Sjovt!



Naturlig forstækning
via deltagelse



Kan anvende
belønning ved
opnåelse av visse mål



Hvad hindrer SM barnet
i? Hvad bliver sjovere?

Praise

Reflect

Imitate

Describe

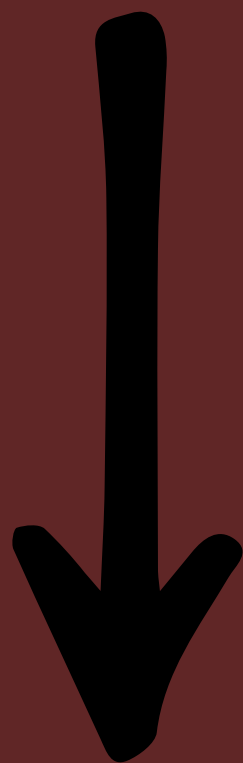
Enjoy

GENEREL KOMMUNIKATION FOR SM

Hold stemningen let og ikke sig ting, som kræver et svar eller som det er sociale forventninger til, at skal besvares. Lad i stedet barnet blive vandt til, at du snakker og giv det muligheden til at bryde ind, når det er klart. **Ikke gør et nummer ud af, at barnet snakker!**

OPVARMNING

Gå videre først,
når barnet
deltager og
svarer



- Kommentarer og spørgsmål, som ikke kræver svar (“Gad vide, hvad dette er?”, “Det her er sjovt”)
- Forespørgsler, som kan besvares ved at pæge (“Kan du vise mig?” “Hvilken?”)
- Ja/nej-spørgsmål, som kan besvares ved at nikke eller ryste på hovedet
- X eller Y-spørgsmål, som kan besvares med ét ord
- Enkle spørgsmål, som kan besvares med ét ord
- Faktuelle spørgsmål, som kan besvares med én sætning
- Åbne og ikke-faktuelle spørgsmål (“Hvordan går det?”, “Hvad synes du?”)
-

Gå et trin
tilbage, hvis
barnet “stivner”



AT OPMUNTRE TIL KÆK KOMMUNIKATION ELLER TAPPER TALE!



➔ Anerkend, at barnet er bange for at tale

➔ Det er mange måder at deltage og have sjov på

➔ Målet er ikke højest mulig angst

➔ Det vil blive lettere og lettere at snakke

➔ ... eller da du prøvede "Dæmonen" i Tivoli

➔ Forsikre barnet, om at det ikke er alene - vi arbejder SAMMEN

➔ Det er god tid, vi tager det i barnets tempo

➔ Vi skal gradvist træne snakkemusklen

➔ Ligesom du bliver vandt til koldt vand

➔ ... eller mødte din nuværende ven første gang

AT UDLØSE TAPPER TALE OG FORSTÆRKE



➔ Husk at varme godt
op først - PRIDE!

➔ Benyt åbne
spørgsmål

➔ Veeent! (minimum 5
sekunder)

➔ Gentag svar

➔ Evt. token eller
forstærkning

➔ Benyt spørgsmål med
valgmuligheder

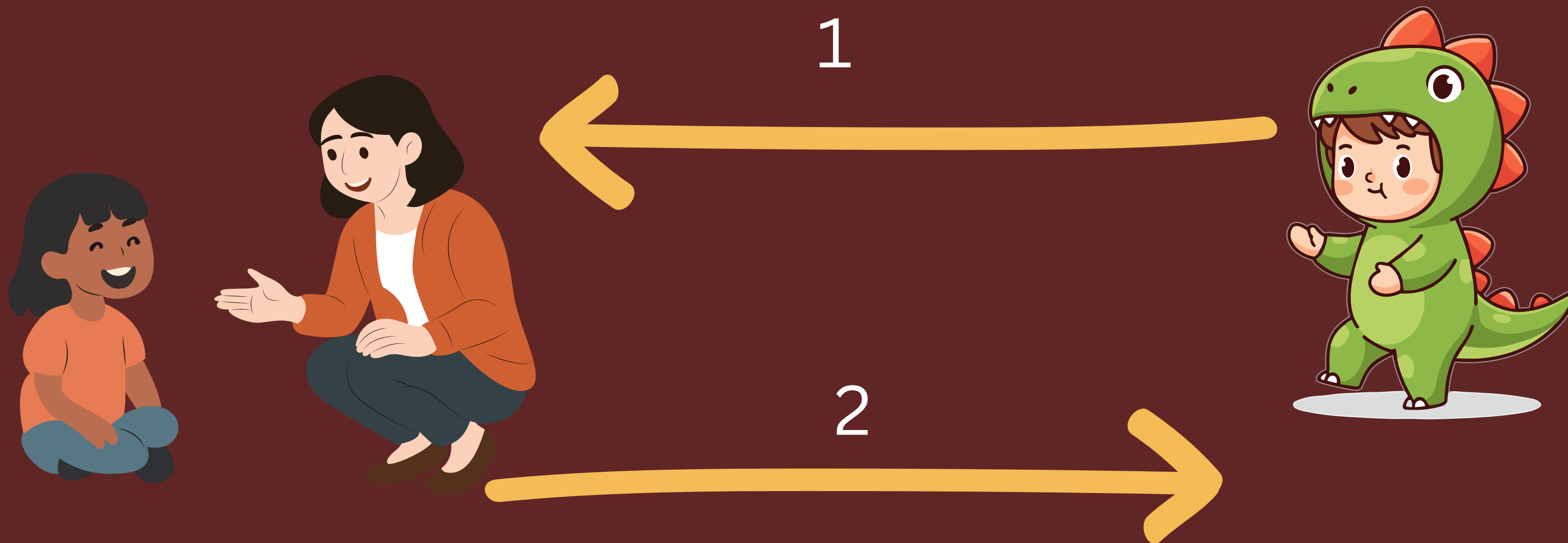
➔ Undgå ja/nej (kan
besvares ved at
nikke/ryste på hovedet)

➔ Omformuler, barnet
svarer til en anden, gå
længere væk, etc.

➔ Specifik ros (OBS!)

➔ Evt. senere belønning

AT GIVE STAFETTEN VIDERE



FORSTÆRKNING AF DELTAGELSE/FREM GANG

- Benyt barnets interesser
- Naturlig forstærkning
- Forstærkning betinget af deltagelse
- Modig adfærd/målopnåelse i sig selv!
- Ydre forstærkning hos yngre børn for hvert trin
- Evt. belønning for milepæle
- Specifik ros/anerkendelse (OBS!)



➔ **To roller** skal varetages

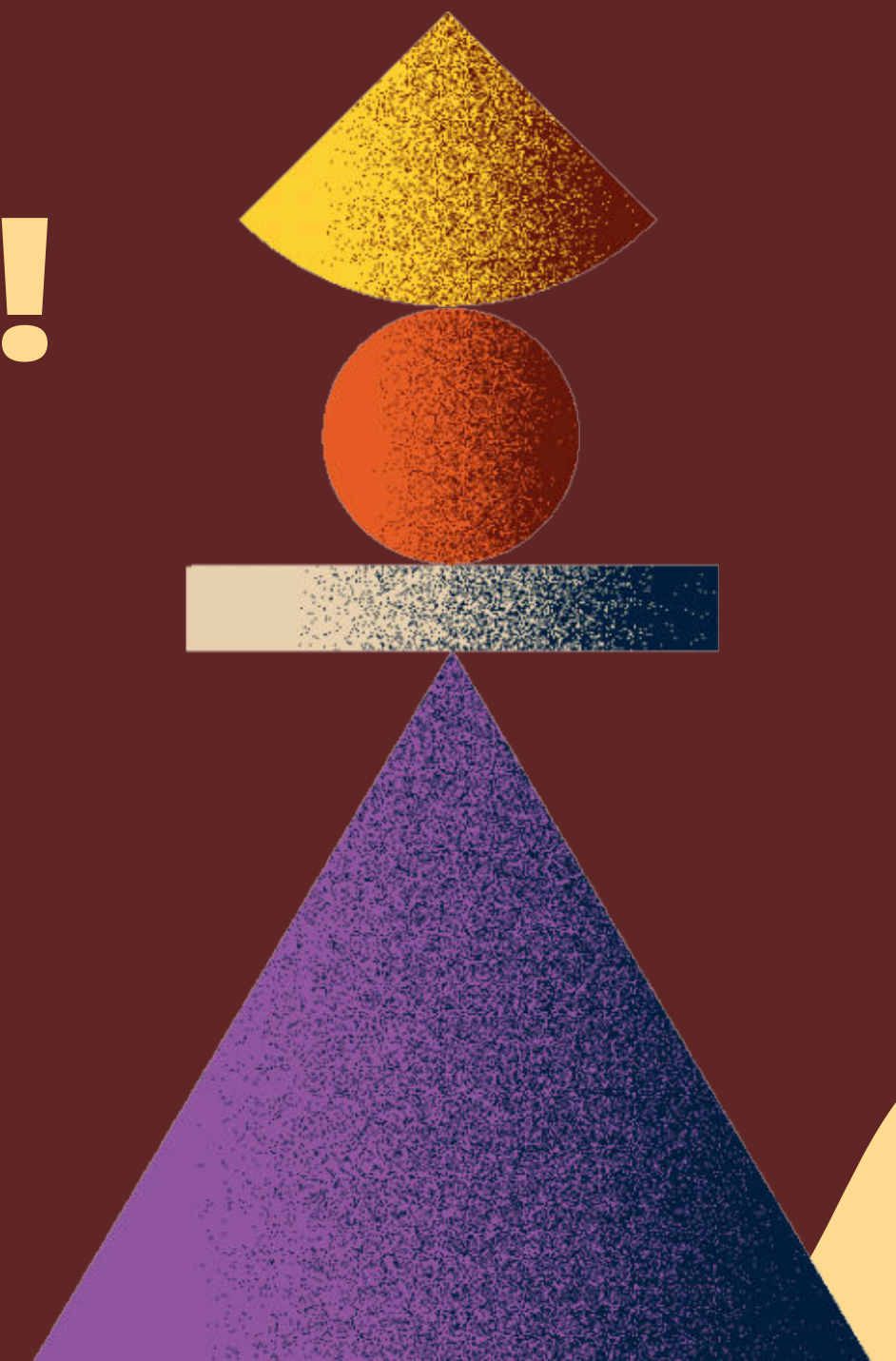
➔ **Træner:** Koordinerer, har oversigt, næste trin

➔ **Snakkepartner/holdkammerat:** Klatre stigen og overføre tale

➔ **Plan for:** Træningsfaciliteter, spillere, trofæer

➔ **Holdet rundt:** Forældre, familie, venner

BYG FUNDAMENT FOR SUCCESES!





Stille sted OG tid til opvarmning



Lokkemad (interesser)



Forstærkere (point, mærker, tokens, belønning)



Individuelle og gruppelege med tale
(Hangman, 20 spm, osv)



Snakkeopgaver (skattejagt, reporter, spørgeundersøgelse)

SM **VÆRKTØJ-** **KASSE**

KOMMUNISER OG TJEK PROGRESSION

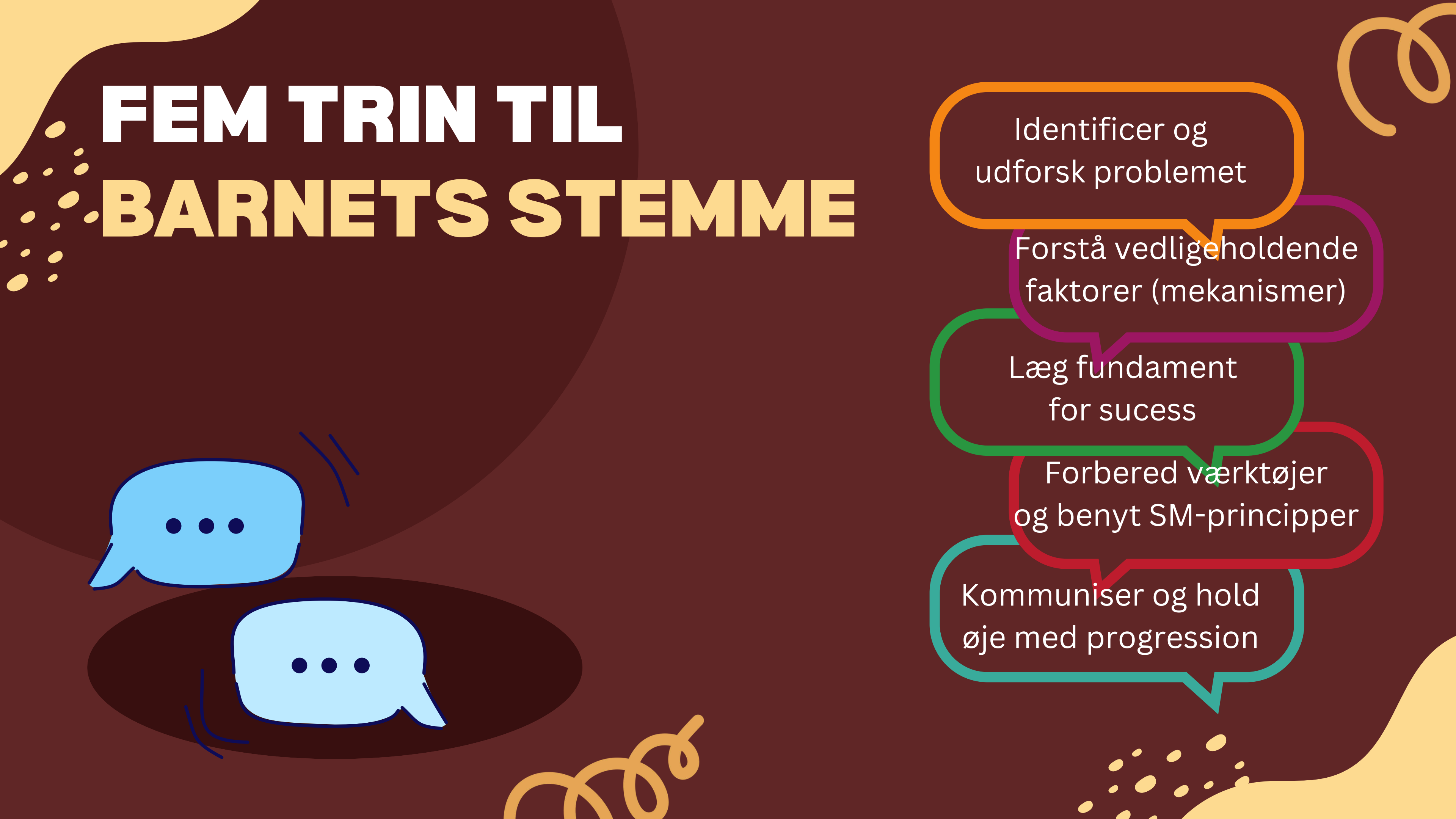
- Hyppig kontakt mellem psykolog, skole, forældre, især i starten
- Troubleshoot tidligt
- Lav snakkestiger sammen
- Diskuter progression, forstærkning, belønning, belønningsmenuer, nye arenaer, spillere, etc.
- Søg hjælp, hvis: Ingen fremgang i flere uger, 4-6 forsøg på ny snakkepartner mislykkes, barnet ikke tør op



KOGNITIV TERAPI

Jeg vil være nervøs før og i starten
mens jeg læser. Efter et par
minutter vil jeg have det fint. Jeg kan være
stolt af at klare det!

Situation	Hjælpssom angst	Ikke-hjælpssom angst
At svare på aftalt spørgsmål i klassen		
At lytte til afspilning af mig selv, som læser		
At spille "menneskebingo" med Thor		





TAK!

Cand. Psych. Aut. Eivind Lenhard Harbeck Johansen
v/Psykologerne Johansen & Kristoffersen

URL: www.pjkp.dk

Telefon: 32 13 03 00

Læs mere:

<https://www.pjkp.dk/behandling/angstlidelser/selektiv-mutisme/>

Tips til øvelser, værktøjer: www.selectivemutism.org