

„Lieber stotternd reden als fließend schweigen“

Stefano Z. kämpft gegen sein Sprachhandicap.

Von Iris Antelmann

Braunschweig. Kurt Lemke vergleicht den Stotterer mit einem trockenen Alkoholiker. Das Problem sei nicht, ihn in der Sprache flüssig zu bekommen, das könne man in kurzer Zeit schaffen. „Das schwierige ist, die flüssige Sprache zu behalten und nicht rückfällig zu werden.“ Der 67-Jährige ist Ansprechpartner der Selbsthilfegruppe der Stotterer aus Braunschweig und Umgebung, und vor allem: Er ist selbst betroffen.

Früher hatte es Kurt Lemke oft schwer. Unzählige Situation hat er erlebt, in denen er aufgrund seines stockenden Redeflusses Mobbing-Opfer war. Auch heute stottert der 67-Jährige, aufgrund einiger Therapie-Erfahrungen allerdings längst nicht mehr so extrem. „Je älter man wird, umso gelassener geht man mit dem Stottern um. Und umso besser wird die Sprache.“ Es sei eine andere Art des Sprechens.

Eine Aussage, die Stefano Z. gut nachempfinden kann. Der 40-Jährige ist Mitglied der Selbsthilfegruppe. „Das Sprechen ist tagsform- und situationsabhängig“, sagt er. Je ausgeruhter, umso kommunikativer sei er. Je gestresster, umso stockender



Der Braunschweiger Stefano Z. hat bereits viel unternommen, um sein Stottern besser in den Griff zu bekommen.

Foto: Iris Antelmann

Selbsthilfe

spreche er. Auch an diesem Tag im Café kommen ihm viele Wörter erst nach mehreren Anläufen über die Lippen. Die Erinnerung wühlt ihn auf – und schlägt sich in der Sprache nieder. „Die Kindheit war grausam. In der Schule wurde ich oft gehänselt.“ Es sind die Vokale und bestimmte Wörter, über die er immer wieder gestolpert ist. Zeitweise war es so schlimm, dass ihm eine Unterhaltung unmöglich war. Und so schickten seine Eltern

den Elfjährigen für zwei Jahre ins Sprachheilzentrum nach Bad Salzdetfurth. Es sollte der erste von drei Versuchen sein, ihm über einen längeren Zeitraum mittels Therapien das flüssige Reden nahe zu bringen – mit mäßigem Erfolg. „Stationär ging das immer super, aber sobald ich wieder in Braunschweig war, in meinem alten Leben, ging das Stottern wieder los.“ Es riss ihn in ein tiefes Loch. Nicht depressiv sei er geworden, aber unendlich traurig – er zog sich immer mehr zurück.

Für Kurt Lemke steht fest: Stottern ist zwar im besten Falle beherrschbar, aber eben nicht heilbar. Vor allem die begleitenden Symptome wie das Unterbrechen des Blickkontaktes könne man versuchen, in den Griff zu bekommen. „Aber Stotterer schämen sich oft und brechen die Kommunikation ab. Sie fühlen sich minderwertig“, so Lemke.

Dieses Gefühl kennt Stefano Z. nur zu gut. Auch sein bewegtes Berufsbild lässt den 40-Jährigen nicht gerade vor Selbstbewusstsein strotzen. Sehr viele Jobs hat er ausprobiert, oft ist er an seinem Sprachhandicap gescheitert. „Der Anteil, dass vieles nicht geklappt hat, liegt mit 50 Prozent bestimmt an der Sprachbehinderung.“ Derzeit ist er bei einer Zeitungsdruckerei beschäftigt.

Die Selbsthilfegruppe und ihr Leitsatz tragen ein großes Stück dazu bei, dass Stefano Z. nie ganz den Boden unter den Füßen verlor: „Lieber stotternd reden als fließend schweigen.“

■ DIE SELBSTHILFEGRUPPE

Selbsthilfegruppe Stotterer der Braunschweig und Umgebung – die Treffen sind für Betroffene und Angehörige offen.

Es geht um gegenseitige Hilfestellung, Erfahrungsaustausch und verschiedene Therapiemöglichkeiten. Regelmäßige Entspannungsbegleitungen begleiten die Zusammenkünfte.

Treffen: montags 14-tägig in den geraden Wochen von 17.30 bis 19 Uhr in den Räumen der AOK, Am Fallersleber Tore 3-4. Das nächste Treffen findet am 15. September statt.

Kontakt: Kurt Lemke, Telefon (0531) 86 39 78, Mail kur_le@gmx.net, Internet www.stotterer-selbsthilfegruppe.de/braunschweig sowie KI-BiS (Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich): Telefon: (05 31) 4 80 79 20.

Stottern ist eine Kommunikationsstörung, die etwa 800 000 Menschen in Deutschland betrifft. Auffälligstes Symptom ist die Verzögerung oder Unterbrechung des Redeflusses. Weitere primäre Symptome sind rasche Wiederholungen von Lauten, Silben oder Wörtern sowie Verlängerungen von Lauten. Gesichtsverkrampfungen und Unterbrechungen des Blickkontaktes begleiten das stotternde Sprechen oft. Die Ursache der Krankheit besteht aus einem Geflecht von genetischen, neurologischen und psychologischen Faktoren.

DREI FRAGEN AN



Birgit Winter (52), Logopädin und Lerntherapeutin

Negative Gefühle abbauen

1 Es gibt verschiedene Therapieansätze bei stotternden Patienten – welchen verfolgen Sie?

Der Ansatz heißt „non avoidance“ – nicht vermeiden – und lässt das

Symptom Stottern zu, um eine möglichst natürliche Sprechweise zu erreichen und das Selbstbewusstsein zu stärken. In der Therapie gibt es vier Phasen: Abbau von negativen Gefühlen und Angst in belastenden Gesprächssituationen; Kenntnis der Kern- und Begleitsymptomatik; Veränderung der Stottersymptomatik etwa durch Erlernen einer Sprechtechnik; Festigen des Erlernten und Übernahme in den Alltag. Die Therapieeinheiten finden auch in realen Gesprächssituationen statt.

2 Lläuft die Therapie bei Kindern gleich ab?

Auch hier gibt es vier Phasen, die Therapieinhalte werden dem Alter des Kindes angepasst. Die Enttabuisierung und die Aufklärung des Umfeldes spielen eine entscheidende

Rolle. Bei Kindern besteht eine Wahrscheinlichkeit, dass sich das Stottern wieder verliert. Wichtig sind eine genaue Diagnostik zur Abgrenzung von anderen Sprechunflüssigkeiten und das Erkennen von Faktoren, die das Stottern aufrechterhalten.

3 Wie groß sind die Erfolgsaussichten?

Heilungsversprechen sind schlicht unseriös. Individuelle Zielvereinbarungen wie angst- und spannungsfreies Stottern sowie der Abbau von negativen Gefühlen spielen eine wichtige Rolle. Gute Erfolgsaussichten gibt es bei der Stärkung des Selbstbewusstseins, beim selbstbewussten Umgang mit dem Stottern, auch unter Einbindung des Umfeldes und im Freundeskreis.

Interview: Iris Antelmann