

# Was ist Stottern?

**Stottern ist eine Störung des Redeflusses, die sich äußert**

- im Wiederholen von Worten, Silben oder Lauten
- in Dehnungen und Sprechblockaden.

**Häufig ist Stottern mit sichtbarer Anstrengung verbunden, z.T. treten Mitbewegungen des Gesichtes oder des Körpers auf**

**Diese Sprechstörung ist individuell sehr unterschiedlich ausgeprägt und tritt in unterschiedlichen Situationen unterschiedlich stark auf.**

**Bei Kindern ist es wichtig zwischen altersgemäßen Sprechunflüssigkeiten und kindlichem Stottern zu unterscheiden. Siehe hierzu: [Stottern bei Kindern](#)**

## Wieso stottert ein Mensch?

Die genauen Ursachen des Stotterns sind nicht eindeutig geklärt. Man geht heute von verschiedenen Faktoren aus, wie z.B.:

- Fehlfunktion der Nervensignale für Sprache und Sprechen
- Verzögerte Sprachentwicklung
- motorische Störung der am Sprechen beteiligten Organe
- Vererbung der Veranlagung zum Stottern
- **kein** Zusammenhang zu Intelligenz
- psychosoziale Gründe (Persönlichkeit des Kindes, Familieninteraktion...)

## Wie viele Menschen stottern?

- 80% aller Kinder durchlaufen im frühen Alter Phasen von Unflüssigkeiten (physiologisches Stottern).
- Diese Unflüssigkeiten sind normal, wenn sie nicht länger als sechs Monate bestehen bleiben und keine Sekundärsymptomatik auftritt.
- 5 % dieser Kinder entwickeln ein chronisches Stottern, das sich häufig nach einer logopädischen Behandlung wieder verliert.
- 1 % der Bevölkerung in Deutschland ist vom Stottern betroffen, dabei sind der höhere Anteil Männer.



## **Was passiert in der logopädischen Behandlung in unserer Praxis?**

Bei jugendlichen und erwachsenen Stotterern arbeiten wir nach dem Non-avoidance (nicht-vermeiden) Ansatz von Charles van Riper. Dieses international anerkannte Therapieverfahren hat das Ziel, dass der Stotterer sein Stottern „in den Griff“ bekommt.

Hierzu wird intensiv an der Selbstwahrnehmung für die Redeflussstörung gearbeitet. Der Stotterer lernt während der Therapie sein Stottern genau kennen. So werden auch Ängste vor dem Stottern abgebaut.

Der Stotterer lernt Möglichkeiten kennen, wie er sein Stottern beeinflussen kann, um so seine Blockaden zu verhindern, leichter zu machen oder zu kontrollieren.

Im Verlauf der Behandlung werden Sprechtechniken erarbeitet, die beim Auftreten von Stottern eingesetzt werden. Diese Techniken werden in vielen Übungen gefestigt, damit eine Übertragung in den Alltag gelingen kann.

Bei Jugendlichen finden begleitend Elterngespräche statt, damit Fragen und Zusammenhänge zum Stottern, die die Familie betreffen, besprochen werden können. Das Einbeziehen der Eltern in den Therapieverlauf hat nach unserer Einschätzung den Therapieverlauf meist sehr positiv beeinflusst.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

## **Wie kann sich Stottern auf das Leben der Betroffenen auswirken?**

- Schon im frühen Alter entwickeln stotternde Kinder durch die Reaktionen ihrer Umwelt ein Störungsbewusstsein, das sie häufig stärker belastet, als das eigentliche Sprechproblem.
- Stotternde Menschen vermeiden Wörter und Situationen, bei denen sie fürchten, Stottern zu müssen.
- Alltägliche Situationen können für Stotterer ein großes Problem darstellen.
- Freunde und Aktivitäten werden oftmals danach ausgesucht, möglichst wenig sprechen zu müssen.
- Negative Äußerungen der Mitmenschen, Ablehnung, Mitleid und Verlegenheit können die soziale Ausgrenzung verstärken.
- In Schulen, Ausbildung, Beruf und in den Medien werden stotternde Menschen oft diskriminiert – häufig aus Mangel an Wissen darüber, was Stottern ist und welche Folgen es für die Betroffenen hat.

## **Wie soll man einem Stotternden begegnen?**

- so wie jedem anderen Menschen auch
- im Gespräch Zeit lassen, Ausreden lassen, Geduld haben
- interessierte, zugewandte Haltung einnehmen
- Blickkontakt halten
- freundlicher Umgangston beachten
- kurze Verständnisbemerkungen als Ermunterung weiterzusprechen
- mehr auf den Inhalt, als die Form des Gesprochenen achten

## Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

- Es gibt unterschiedliche Therapieansätze.
- Z.B. kann mit Hilfe von Sprechtechniken ein flüssigeres Sprechen erreicht werden; Stottersymptome sollen dabei nicht vermieden, sondern verändert werden („Non-avoidance-Ansatz“).
- Wir arbeiten schwerpunktmäßig nach diesem Ansatz.  
Ziel der Therapie ist es, dass der Betroffene sein Stottern in den Griff bekommt.  
Hierbei umfasst die Therapie Übungen und Gespräche zum/zur:
  - Bewusstmachen der einzelnen Stottersymptome
  - Abbau des Vermeideverhaltens
  - Beeinflussung einzelner Stottersymptome durch eine individuelle Sprechtechnik
  - Abbau von Angst vor dem Stottern
  - Übertragung in den Alltag
  -
- Ein guter Stottertherapeut zeichnet sich dadurch aus, verschiedene Methoden individuell auf die Bedürfnisse des Patienten anwenden zu können.
- Stottern ist in jedem Lebensalter in hohem Maße veränderbar.

## Interessante Adressen/Links:

1. Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V.

Gereonwall 112

50670 Köln

Tel.:0221 /13911-06/07

e-mail: [bvss@hsp.de](mailto:bvss@hsp.de)

<http://www.bvss.de>

2. <http://www.stottermodifikation.de/faq.html>