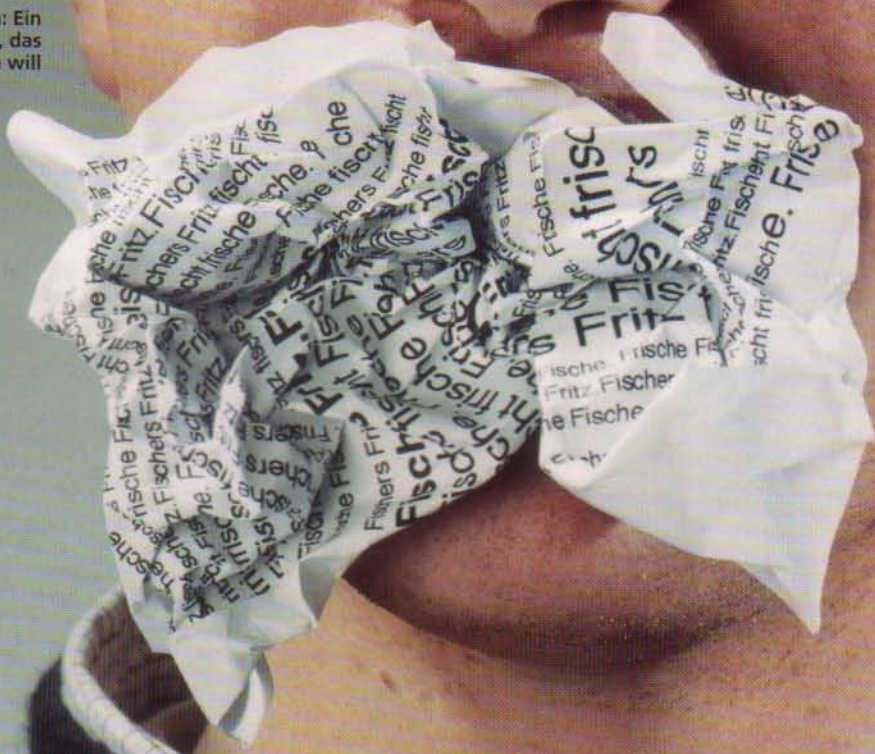


So fühlt sich Stottern an: Ein Knäuel von Worten, das einfach nicht rauskommen will



Kampf ums Wort



Niklas Drumm ist Stotterer. Doch man hört es nicht. Niklas hat Techniken gelernt, mit denen er sich beim Sprechen von kleinen Hängern nicht mehr überrumpeln lässt.

ER ÖFFNET DEN MUND, will es rauslassen, das Wort. Doch es will nicht, sperrt sich, zeigt sich störrisch wie ein Esel. Niklas schnaubt, atmet hektisch Luft über die offenen Nasenwege aus, drückt und presst. Seine Gesichtsmuskeln sind gespannt, signalisieren äußerste Anstrengung – und lösen sich, als das Wort endlich über die Lippen springt.

„Als ich das erste Mal das Video von mir gesehen habe, habe ich erst einmal einen Schreck bekommen. Ich sah aus, als hätte ich mir gerade ein paar Pillen eingeworfen“, sagt Niklas Drumm. Der 21-Jährige sitzt entspannt auf der Couch, den Arm lässig auf die Rückenpolster aufgelegt, und die Wörter fließen ebenso flüssig wie das Wasser, das er sich ins Glas gießt. Dass Niklas Stotterer ist, hört man nicht. Nach der letzten Therapie scheint der Kampf ums gesprochene Wort nun endlich gewonnen. Doch er sagt: „Ich bin nicht geheilt. Ich habe lediglich Techniken gelernt, mit denen ich mich aus den Stotterblocks rausziehen kann.“ Und bleibt damit auf dem Teppich der Tatsache, dass Stottern zwar in jedem Alter behandelbar und veränderbar ist, aber letztlich nicht heilbar – jedenfalls nicht im Jugend- und Erwachsenenalter. Niklas versucht das Phänomen so zu beschreiben: „Da muss irgendwo ein kleiner Fehler sein, den wir maximieren können, indem wir uns falsch verhalten und psychisch beeinflusst werden. Aber wenn wir unsere Motorik und unser Sprechen trainieren, schaffen wir es, diesen Fehler so zu minimieren, dass es höchstens noch zu kleinen Unebenheiten beim Sprechen kommt.“

► Niklas ist vier, als den Eltern auffällt, dass er nicht in zusammenhängenden Sätzen spricht. Während der Grundschulzeit hat er Phasen, in denen er massiv stottert und welche, in denen er total flüssig spricht. Seine Wortstolpereien nimmt er gar nicht so richtig wahr. Als Niklas mit elf aufs Gymnasium wechselt, fällt der Stottermax jedoch massiv über ihn her. „Das hat gar nicht mehr aufgehört.“ Und da fangen die Probleme an. Eigentlich will man ja cool sein, den Mädchen imponieren, als jemand dastehen. Doch Niklas fühlt sich als der „letzte Versager“: „Während des Stotterns war ich oft richtig verzweifelt. Wenn man merkt, man kommt da nicht raus, man nach Worten sucht, sich windet und sich fragt: ‚Was mach‘ ich denn nun?‘ Ich fühlte mich absolut bescheuert, dachte immer: ‚Was denken jetzt die anderen?‘ Ich war total unsicher, weil ich nicht wusste, welche Reaktion nun kommt. Ich habe mir wahnsinnig viele Gedanken über mein Stottern gemacht.“ Niklas meint, wenn er flüssig sprechen könnte, würde er seiner Umwelt ein viel besseres Bild von sich vermitteln können. „Ich dachte: ‚Mein Gott, wenn du dieses Scheiß-Stottern nicht hättest, wär‘ doch alles perfekt an dir.‘“

Er teilt die Menschen in zwei Gruppen ein: diejenigen, die wissen, dass er stottert und diejenigen, die das nicht wissen. „Mein einziges Bestreben von morgens bis abends war, dass die Gruppe von Menschen, die wussten, dass ich stotterte, nicht größer wird.“ Es gibt Tage, an denen er nichts anderes macht, als das Stottern vor anderen zu verstecken. Er vermeidet Telefonanrufe, lässt sich irgendwelche Sprachtechniken wie Dialekt, langsam und leise oder sehr laut einfallen. Niklas kämpft mit Wortanfängen, Vokalen, Konsonanten, die er einfach nicht herausbekommt. Will er einen Satz sagen, geht er ihn zunächst im Geist durch. Kommt

Links

- www.stotterer-selbsthilfegruppen.de
- www.stottern.de
- www.byss.de – die Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe (BVSS) vermittelt Therapeuten und Selbsthilfegruppen, gibt Bücher, Broschüren und Literaturlisten zum Thema heraus und bietet eine telefonische Beratung an: donnerstags von 17 Uhr bis 20 Uhr und freitags von 12 Uhr bis 15 Uhr, Tel. 0221-1391106 oder -07.
- www.stotterintensivtherapie.de
- www.stottermodifikation.de



Für die meisten Stotterer ist Telefonieren der reinste Horror

„Ich fühlte mich so bescheuert. ‚Was denken nur die anderen?‘, war mein einziger Gedanke.“

er nicht, formuliert er ihn um. Im Deutsch-Leistungskurs ist er deshalb der Crack. Für seine Aufsätze braucht er keine Gliederung. Die hat er schon im Kopf.

VERPASSTE CHANCEN

Mit 16 muss sich Niklas langsam Gedanken über seine berufliche Zukunft machen. Ein Praktikum in der Werbung oder im Journalismus würde ihn interessieren. Letzteres wäre ein Leichtes, weil die Eltern gute Beziehungen haben. Er müsste nur den Telefonhörer in die Hand nehmen – wäre da nicht das Stottern. Ein Problem, das er mit vielen Stotterern teilt. „Wie viele Chancen ich verpasst habe, weil ich mich in der Schule oft nicht getraut habe, mich zu melden oder bei vielen Leuten einfach nicht angerufen habe“, ärgert sich Niklas im Nachhinein.

Die Eltern versuchen ihn von einer weiteren Therapie zu überzeugen. Doch nach etlichen erfolglosen Versuchen seit seinem fünften Lebensjahr hat er die Schnauze voll. „Ich hatte einfach nicht mehr daran geglaubt, dass es eine Therapie dagegen gibt.“ Irgendwann will Niklas Tiermedizin studieren. Als er erfährt, welcher Numerus clausus verlangt wird, geht im auf einmal die Muffe.

Sprechbehinderung Stottern

Rund 800.000 Menschen in Deutschland stottern, wobei fast 80 Prozent Männer sind. Stottern ist eine Sprechbehinderung, die sich im Wiederholen von Wörtern, Silben und Lauten sowie Blockaden äußert. Diese Anstrengung kann etwa zu auffälligen Verkrampfungen der Gesichtsmuskulatur, sekundenlang andauerndem Sperrern des Mundes oder Aufeinander schlagen der Zunge führen. Die Sprechstörung ist individuell sehr unterschiedlich ausgeprägt und tritt in verschiedenen Situationen unterschiedlich stark auf.

Warum jemand stottert, hat man bis heute nicht klären können. Als gesichert gilt, dass Stottern im Wesentlichen auf einer körperlichen Fehlfunktion beruht und zwar im Bereich der Verarbeitung von Nervensignalen für Sprache und Sprechen. Eine neueste Studie der Universitäten in Göttingen und Hamburg besagt: Die Koordination zwischen dem Zentrum für Sprachplanung und dem für die Ausführung ist gestört. Auch kann eine motorische Störung der am Sprechen beteiligten Organe der Auslöser sein. Darüber hinaus geht man davon aus, dass eine Veranlagung zum Stottern auch vererbt sein kann. Damit ist eine Bereitschaft des Körpers gemeint, die zum Stottern führen kann – aber nicht muss. Stottern hat jedoch nichts mit mangelnder Intelligenz zu tun und ist keine psychische Störung.

STOTTERN - WIE NIKLAS DRUMM DAS SPRECHEN LERNT

Zum **Nachlesen****„THERAPIE DES STOTTERNS. EIN RATGEBER“**

von Horst M. Oertle, 1999,
ISBN 3-921897-37-8, Preis: 16,87 Euro
(Stotterer-Selbsthilfe)

„STOTTERN“

von Ulrich Natke, Huber Verlag, Bern, 2000,
ISBN 3456834926, Preis: 19,95 Euro
(Erkenntnisse, Theorien und Behandlungsmethoden)

„WENN ICH FLIESSEND SPRECHEN KÖNNTE“

von Maike Hildebrand und Charly Kowalczyk, 1999,
ISBN 382480414X, Preis: 17,38 Euro
(Lebensgeschichten von Stotternden)

Er weiß: Meldet, er sich im Unterricht weiterhin nie, versaut er sich das Abi und damit die Möglichkeit zu studieren. Deshalb will er eine neue Therapie versuchen – „damit du dir später nichts vorzuwerfen hast“. Im März 2002 beginnt er bei dem Hamburger Logopäden Andreas Starke eine insgesamt vierwöchige Intervall-Gruppentherapie.

NUR NOCH KLEINE HÄNGER

Niklas schenkt nochmal Wasser nach und meint: „Andreas hat mir beigebracht, was ich alles gegen das Stottern machen kann, mir das Werkzeug geliefert, um mich individuell selbst therapieren zu können.“ Zusammen analysierten sie sein Stottern,

versuchten, Ängste und andere mit dem Stottern verbundene negative Emotionen abzubauen. Zum Beispiel sollte Niklas am Telefon und beim Einkaufen absichtlich stottern, um gegen die Angst des Versagens resistent zu werden. Es hat geklappt. Heute studiert der Pferde- und Hundeliebhaber im ersten Semester Tiermedizin und mündliche Prüfungen, Referate und Testate sind für ihn kein Problem mehr. Da gebe es lediglich noch so kleine Hänger beim Sprechen, von denen er sich aber nicht mehr überrumpeln lasse, sondern sich damit wieder herausziehe, indem er einmal kurz verlangsamt und ganz bewusst spreche.

Fast jede Woche hat Niklas einen kleinen Rückfall, alle paar Monate sogar einen schweren. Aber er weiß jetzt, wie er damit umgehen kann. Manchmal sei es ihm schon richtig egal, ob er nun stottere oder nicht. Er lasse es viel zu oft laufen und arbeite zu wenig an seinem Sprechen.

Ob er einen Traum habe? Niklas lächelt, streicht mit der Hand durch die Haare: „Früher wäre mein Traum gewesen, nicht mehr stottern zu müssen. Jetzt ist das nicht mehr so wichtig.“

Niklas hat gut lachen: Er hat sein Stottern im Griff

**Therapie-
Möglichkeiten****■ AMBULANTE THERAPIE:**

Beim logopädischen Sprachtherapeuten, der eine spezielle Zusatzausbildung in Stottertherapie hat.

■ INTENSIV-/INTERVALLTHERAPIE:

Wochenend- oder wochenweise mit dazwischenliegenden Pausen, in denen „Hausaufgaben“ zur Selbsttherapie aufgegeben werden und weiterhin Kontakt mit dem Therapeuten besteht.

■ STATIONÄRE THERAPIE:

Dauer: Drei Monate bis ein halbes Jahr, in Rehabilitationskliniken bis zu einem Jahr möglich.

■ THERAPIE DURCH HYPNOSE?

Weltweit gibt es noch kein wissenschaftlich nachgewiesenes Verfahren, das einen dauerhaften Erfolg gezeigt hätte.

■ SELBSTTHERAPIE:

Der Stotternde muss bereit sein, sich selbst zu erforschen und sein Stottern kennen zu lernen. Nur dann kann er es auch verändern. Zu einer Therapie gehört auch immer die Eigentherapie.

GRUNDSÄTZLICH GILT:

Je früher eine Therapie begonnen wird, desto besser. Die Kosten übernehmen die Krankenkassen.

„Früher war mein einziger Traum, nicht zu stottern. Heute ist das überhaupt nicht mehr wichtig. Ich komme damit klar.“