

# Allein im Wald, wird er nicht stottern

**BZ-INTERVIEW:** Ist Stottern heilbar? Wie überlistet man das eigene Handicap? Ein Gespräch mit dem Logopäden Michael Schneider

Lange, gedehnte, dem Ernst der Lage angemessene Pausen, dazu ein kleines Holpern beim Buchstaben W – von den schweren Stotterproblemen des britischen Königs George VI ist in seiner „King's speech“ kaum noch etwas zu hören. Er bewältigt die Rede seines Lebens im gleichnamigen Film fast fehlerlos – auch dank der Hilfe seines Therapeuten. Sind solche Wunder möglich? Ist Stottern heilbar? Michael Brendler fragte den Logopäden Karl Schneider, Schulleiter und Fachbereichsleiter Stottern an der Schule für Logopädie des IB Medizinische Akademie in Freiburg.

**BZ:** Herr Schneider, der Film „The King's speech“ beschönigt ja etwas die Situation: Sein Stotterleiden ist George VI nie ganz losgeworden. Noch kurz vor seinem Tod musste seine Weihnachtsansprache vom Radiosender BBC Satz für Satz aneinander geschnitten werden. Kann man einem stotternden Menschen im Jahr 2011 mehr versprechen?

**Schneider:** Wir Therapeuten können ihm zumindest versprechen, dass wir jedem, der sein Problem in den Griff bekommen möchte, der bereit ist, sich auf diesen steinigen Weg zu machen, auch helfen können. Stottern scheint hochgradig beeinflussbar zu sein. Das sieht man zum Beispiel im Kindesalter: Jedes zehnte Kind, so schätzt man, stottert zwischenzeitlich oder weist zumindest eine sogenannte physiologische Unflüssigkeit der Sprache auf. Letztendlich wird es aber nur bei einem von hundert aller Kinder chronisch.

**BZ:** Bei neun von zehn Kindern wächst sich diese Störung also wieder heraus?

**Schneider:** Zum Teil passiert das tatsächlich von selbst, meist sind die Kinder aber auf die Hilfe der Eltern und eines Therapeuten angewiesen. Insofern sollte man ein derart auffälliges Kind so früh wie möglich behandeln.

**BZ:** Was im Umkehrschluss wahrscheinlich bedeutet, irgendwann ist es zu spät für eine erfolgreiche Therapie?

**Schneider:** Zumindest wird, wenn man zu lange wartet, Maßgebliches versäumt. Entscheidend ist vor allem die kritische Phase im Alter von drei bis vier Jahren. In dieser Zeit kann man die Weichen noch relativ gut umstellen. Sobald das Stottern einmal chronisch wird, ist es deutlich schwieriger, es wieder loszuwerden.

**BZ:** Das heißt, später sehen die Chancen konkret wie aus?

**Schneider:** Früher hieß es, ab einem Alter von 10 bis 12 Jahren sei Stottern nicht mehr heilbar. Heute ist man klüger. Denn auch nach dem Kindesalter kann man einem Betroffenen dazu verhelfen, dass er sein Leben genauso positiv, kreativ und erfolgreich führen kann, wie jemand, der dieses Problem nicht hat. Unter den Patienten, die ich in den letzten 20 Jahren erlebt habe, führt sicherlich die Hälfte heute ein ganz normales Leben: Die haben Familie, sind Journalisten, Ärzte und Manager, manche halten sogar Vorträge.

**BZ:** Und würden sich diese Menschen auch selbst als geheilt bezeichnen?

**Schneider:** Sie würden auf diese Frage wahrscheinlich antworten: „Nein, ich bin nicht ganz geheilt.“ Denn Restsymptome bleiben in der Regel bei jedem. Ich habe ehemalige Klienten, wenn die hier rein kämen, würden Sie nicht merken, dass dieser Mensch mal gestottert hat. Trotzdem könnte er in einer mündlichen Wiederholungsprüfung, also in einer sehr angespannten Situation, wenn er zudem die Nacht zuvor schlecht geschlafen hat, wieder mit den Lauten kämpfen.

**BZ:** Ist Stottern derart situationsabhängig? Im Film sieht man beispielsweise König George, der vorher am Mikrophon kaum ein Wort rausgebracht hat, im Familienkreis plötzlich recht flüssig parlieren?

**Schneider:** Jeder noch so stark stotternde Mensch kennt Situationen, in denen er nicht stottert. Wenn er allein im Wald vor sich hin sinniert, wird er nicht stottern.



**Held am Mikrophon: König George VI gelingt es, sein Stottern in historischen Stunden zu überwinden.** FOTO: VERLEIH

Wenn er mit seinem Hund spricht, wird er nicht stottern. Mit einem guten Freund wird er vermutlich kaum stottern. Aber wenn ihn um die Ecke ein Passant fragt: „Können Sie mir sagen, wie ich zum Bahnhof Littenweiler komme“, sind die Symptome vielleicht wieder da.

**BZ:** Was ist der auslösende Faktor?

**Schneider:** Stress, Anspannung und die ängstliche Erwartung, dass genau in dieser oder jener Situation das Stottern wieder auftritt. Dann beschleunigen sich Puls und Atmung, die innere Spannung, der Tonus, steigt an, bis schließlich auch die Blockaden und Wiederholungen kommen.

**BZ:** Bei einer der wenigen auch laut wissenschaftlichen Daten erfolgreichen Therapien

formen, den sogenannten Stottermodifikationen, geht es für den Patienten darum, Fallstricke in seiner Rede rechtzeitig zu erkennen, und so das Stottern zu beherrschen. Wie hat man sich solche Fallstricke vorzustellen?

**Schneider:** Das können bestimmte Situationen wie beispielsweise eine Rede an die Nation sein. Manche Betroffene empfinden aber auch bestimmte Worte oder Buchstaben als einen solchen Fallstrick – Laute, von denen sie befürchten, dass sie an ihnen hängenbleiben. Andere kommen besonders lange Sätze manchmal unüberwindbar vor.

**BZ:** Gibt es auch bestimmte Vokale, Konsonanten, über die wirklich jeder Stotternde stolpern muss?

**Schneider:** Nein, es gibt nicht den einen Laut, der allen Betroffenen schwerfällt. Aber jeder Stotternde wird für sich Laute definieren können, die ihm zu schaffen machen. Häufig ist dies der Anlaut des eigenen Vornamens. Wenn Anna ganz genau weiß, dass das mit dem A Tausende Mal schon nicht ging, stellt für sie dieses A nicht nur bei dem Wort Anna, sondern auch bei Apfel und Ampel einen Fallstrick dar. Manchem gelten auch sogenannte Konsonantencluster – wie bei Pflasterstein – als besonders schwierig.

**BZ:** Und wie lernt man, solche Fallstricke aus dem Weg zu räumen?

**Schneider:** Eine Stottermodifikation ist

zum Beispiel das absichtliche Stottern. Die Idee ist, dass ich das Stottern eher beherrschen kann, wenn ich es ein Stück weit annehme und selbst modifiziere: Dass ich zumindest lo-lockerer stottern kann und Laute nicht mehr zu un-u-u-eh-...überwindbaren Hindernissen werden. Ein Beispiel: Vor ein paar Jahren hat sich auf einem Kongress ein stotternder Kollege vorgestellt: „Gu-Guten Tag mein Name ist XY, wie sie hören, sto-stottere ich manchmal, ich denke während

komme ich weg von alten Mustern. Denn weil auch das Stottern irgendwie gelernt ist, kann ich es wieder mehr kontrollieren, wenn ich durch solche Modifikationen die gewohnten Pfade verlasse.

**BZ:** Ist das auch der Grund, warum ein singender König Georg VI plötzlich nicht mehr stottert?

**Schneider:** Singen ist im Prinzip die extremste Art, die Stimme zu nutzen. Jeder Stotterer ist eigentlich symptomfrei beim Singen – beim Rappen übrigens auch.

**BZ:** Sind solche Tricks immer erfolgreich?

**Schneider:** Sie verringern die Symptome deutlich, helfen aber nicht in jeder Situation. Manchem gefallen sie auch nicht. Ich kenne Jugendliche, die sagen: „Äh, lieber st-st-stotter ich, be-be-bevor ich so blö-blö-blö rede.“ Eine derartige Sprechkontrolle nimmt auch Lebendigkeit weg. Deshalb werden von uns zum Beispiel beide erwähnten Ansätze kombiniert.

**BZ:** Viele schieben das Stottern auch auf die Psyche. Müsste ein Therapeut nicht auch in diesem Bereich arbeiten?

**Schneider:** Inzwischen wissen wir, dass Stottern primär nicht psychisch verursacht wird, sondern dass in der Regel eine genetische Veranlagung dazu bestehen muss. Wenn allerdings jemand länger Sprechprobleme hat, kann es sein, dass die dadurch erlittenen schlechten Erfahrungen auch zu psychischen Problemen führen – wenn jemand in einer solchen Sackgasse steckt, kann sicherlich auch eine Psychotherapie hilfreich sein. Zunächst sind aber andere Dinge wichtiger.

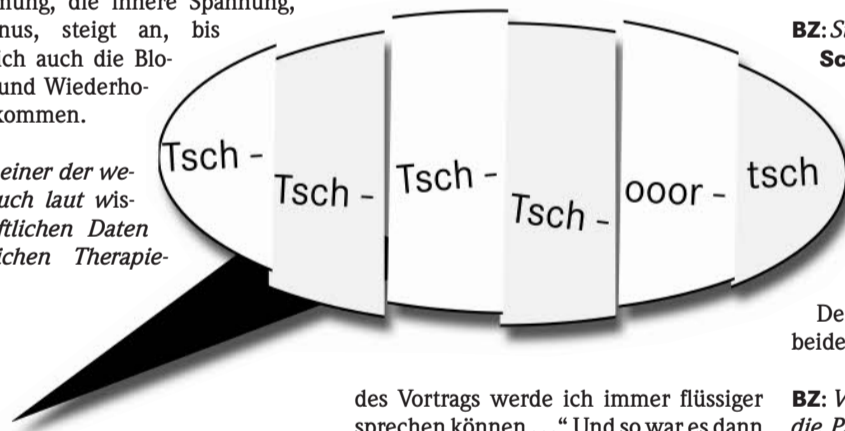
**BZ:** Nämlich?

**Schneider:** Zu entspannen, aber auch zu erkennen, wann man selbst angespannt ist. Die eigenen kommunikativen Fähigkeiten zu prüfen. Denn wer von Kindesbeinen an gestottert hat, der hat oft viele Gelegenheiten verpasst, diese kommunikativen Fähigkeiten zu trainieren. Hier ist oft Nachholbedarf. Wichtig ist es für manchen Betroffenen auch, sich selbst besser kennenzulernen. Sich Fragen zu beantworten wie: Was denke ich, bevor ich stottere? Wie gehe ich mit meiner Angst um, wenn ich in eine bestimmte Sprechsituation gehe? Denn wenn ich hier versuche, zu anderen Sichtweisen und Überzeugungen zu gelangen, wenn ich das Ganze nicht mehr als Schreckensszenario, sondern als sportliche Herausforderung angehe, kann ich da viel entspannter hingehen – und das ist manchmal der wichtigste Schritt.

## GESUNDHEITS-ABC

### Stottern

Etwa fünf Prozent der Bevölkerung werden in ihrem Leben zu Stotterern. „Es beginnt immer vor dem zwölften Lebensjahr, in 50 Prozent der Fälle zwischen dem dritten und vierten Lebensjahr“, erklärt Martin Ptok, Professor für Phoniatrie und Pädaudiologie an der Medizinischen Hochschule Hannover. Glücklicherweise verlieren die meisten ihre Sprachstörung noch vor der Pubertät, doch bei den übrigen Betroffenen – etwa jeder hundertste Erwachsene ist betroffen – ist sie dafür umso hartnäckiger. Neben King George VI plagten sich übrigens auch viele andere Größen der Weltgeschichte mit dem Stottern herum, wie etwa Isaac Newton, Charles Darwin und selbst der scharfzüngige Winston Churchill. Das große Problem am Stottern: Die Veranlagung steckt im Erbgut, und damit bestehen von vornherein nur begrenzte Einflussmöglichkeiten. „Stottern tritt familiär gehäuft auf“, erläutert Ptok. „Im Vergleich zu nichtstotternden haben stotternde Menschen etwa dreimal so häufig Verwandte, bei denen der Redefluss ebenfalls auf diese Weise gestört ist.“ Interessant: Männer sind um das vier- bis Fünffache häufiger betroffen als Frauen, doch dafür haben stotternde Mütter öfter stotternde Kinder als an der Sprachstörung leidende Männer. Dies spricht für mehrgleisige Vererbungswege der Krankheit – was allerdings auch nicht verwunderlich ist, da Sprechen ja ein sehr komplexer Vorgang ist, der auf vielen Genen verankert ist. Das Erbe führt, laut aktueller Theorie, dazu, dass im Gehirn die Verbindungen zwischen dem Zentrum für die Sprechplanung und dem für die Kommandos an die Sprechmuskulatur schwach ausgeprägt sind. Als weniger gut entwickelt gelten ebenso Gebiete im linken Stirnhirn. Das kann sich im noch formbaren kindlichen Hirn auswachsen – man muss nur mit der Therapie früh genug anfangen. zitt/mich



des Vortrags werde ich immer flüssiger sprechen können...“ Und so war es dann auch, nach ein, zwei einleitenden Sätzen sprach der wunderbar flüssig. Eine andere Modifikation wäre in einer Blockade nicht weiterzudrücken, sondern innerlich zu stoppen, auszuatmen, die Spannung zu lösen und dann wei-eich fast wie auf einer Rutsche weiter zu sprechen.

**BZ:** Die zweite Therapieform mit nachgewiesenem Langzeiterfolg ist das sogenannte Fluency-Shaping: Was hat man sich darunter vorzustellen?

**Schneider:** Eine bewusste Veränderung des Sprechens: Indem ich mein Sprechen betóönt mache, verlaaaangsaame, ...Pausen lasse, die Stimmhöhe variere,



**Karl Schneider**

FOTO: PRIVAT

## Informationen übers Stottern

**Infostand am 24. Februar**

Wer mehr zum Thema Stottern, über Therapien und Behandlungsmethoden erfahren möchte, den laden die Stotterer-Selbsthilfe Freiburg und die Logopäden der IB Medizinische Akademie am **Donnerstag, den 24. Februar**, zu ihrem **Infostand** ein. Dieser ist anlässlich der Filmvorführung von „The King's speech“ ab **19.30 Uhr im Freiburger Cinemax-Kino** aufgebaut. Der Stand kann allerdings nur mit Eintrittskarten für den Film erreicht werden.

Direkt mit Infos weiterhelfen können allerdings auch die Stotterer-Selbsthilfegruppen in Freiburg, Lörrach und Offenburg. Sie sind erreichbar unter: **Gruppe Lörrach:** Arno Markmann, ☎ 07622 / 6843210 E-Mail: info@stottern-loerrach.de **Gruppe Freiburg:** Sascha Lucks, ☎ 0761 / 2909105 E-Mail: info@stottern-freiburg.de **Gruppe Offenburg:** Peter Rusmich ☎ 0781 / 33364 E-Mail: info@stottern-offenburg.de

## KONTAKT

gesund LEBEN

**Redaktion:** Michael Brendler  
**E-Mail:** wissen@badische-zeitung.de