

Stottern: Die Ursachen, erste Anzeichen und was Eltern tun können

Warum es keine genauen Ursachen für das Stottern gibt und es auch wieder vorbei gehen kann, erklärt ein Logopäde im Interview zum "Welttag des Stotterns". Von Palina Dautfest

Worin Logopäde Werner Rauschan die Ursache für das Stottern sieht und warum Eltern erstmal ohne Kinder einen Logopäden aufsuchen sollten, erklärt er in einem Interview anlässlich des Welttages des Stotterns.

Warum stottern manche Kinder?

Werner Rauschan: Das lässt sich nicht so einfach beantworten. Es gibt sehr viele unterschiedliche Theorien zum Stottern, aber die genauen Ursachen dafür sind nicht bekannt. Die genetische Komponente wird bereits länger untersucht, doch auch hierfür gibt es keine festen Belege. In manchen Familien kommt das Stottern gehäuft vor, und dann gibt es wiederum Fälle, wo nur ein Zwilling stottert. Für mich ist der plausibelste Ansatz, dass Stottern aus sogenannten "Unflüssigkeiten" beim Sprechen entsteht, zu denen es während der Sprachentwicklung eines jeden Kindes kommen kann. Solche Unflüssigkeiten sind beispielsweise Wortwiederholungen, Unterbrechungen im Redefluss oder auch einfach das Verhaspeln beim Sprechen. Dies ist völlig normal und gehört zu jeder Sprachentwicklung dazu.

Jedes Kind muss lernen, sein Mitteilungsbedürfnis mit den motorischen Parametern des Sprechens wie Atmung, Stimmgebung und Artikulation in Einklang zu bringen, was natürlich erst einmal schwierig ist. Aus diesem Grund können auch die genannten Unflüssigkeiten beim Sprechen entstehen. Ziel einer Behandlung in dieser Phase ist es, zu verhindern, dass sich aus den normalen Unflüssigkeiten beim Sprechen, ein chronisches Stottern entwickelt.

Ab wann handelt es sich dann wirklich um chronisches Stottern?

Werner Rauschan: Wenn neben den lockeren Wiederholungen auch feste Blockaden und in der Folge noch weitere, meist psychosoziale Symptome auftreten, kann das den Übergang in ein chronisches Stottern bedeuten. Das Kind merkt dann selbst, dass etwas beim Sprechen nicht stimmt. Es versucht zum Beispiel mit Kraft die Blockaden zu durchbrechen, schlägt dann beispielsweise beim Sprechen mit der Faust auf den Tisch oder stampft mit dem Bein auf den Boden. Auch sozialer Rückzug tritt häufig als Begleiterscheinung zum Stottern auf. Die Kinder reden weniger, trauen sich nicht mehr, sich in der Schule zu melden oder wollen nicht mehr weitersprechen. Jedoch sind es nur sehr wenige, bei denen diese normalen Unflüssigkeiten in ein richtiges Stottern übergehen. In vier von fünf Fällen verschwindet das Stottern meist wieder.

In welchem Alter beginnen Kinder häufig zu stottern und warum?

Werner Rauschan: Ungefähr im Alter von zwei bis fünf Jahren treten die genannten Unflüssigkeiten gehäuft auf. In dieser Zeit können die Kinder immer besser sprechen und wollen auch sehr viel erzählen, weshalb es dann öfter mal passieren kann, dass sie sich ungeduldig verhaspeln oder Schwierigkeiten haben, ein bestimmtes Wort zu finden. Manche Eltern berichten auch, dass ihr Kind erst später in der Schule angefangen hat zu stottern, aber das ist eher die Ausnahme. In der Regel gab es vorher schon erste Anzeichen oder kleinere Phasen von Unflüssigkeiten. Auch bei den meisten, die im Erwachsenenalter noch stottern, zeigten sich in der Kindheit die ersten Stottersymptome.

Was kann man als Elternteil dagegen tun?

Werner Rauschan: Sobald Eltern anfangen sich Sorgen um ihre Kinder zu machen, sollten sie schon einen Logopäden aufsuchen. Es empfiehlt sich sogar, zunächst noch ohne die Kinder einen Beratungstermin zu vereinbaren. Dabei ist es wichtig, den Eltern zu vermitteln, dass diese Unflüssigkeiten im Sprechen zur normalen Sprachentwicklung des Kindes dazugehören und erstmal nichts Ungewöhnliches sind. Dazu sollen sie aber auch erfahren, welche ihrer Verhaltensweisen das Stottern begünstigen und welche ihm entgegenwirken können. Damit entlastet und beruhigt man viele Eltern schon. Beispielsweise habe ich selbst auch Fälle, wo nur die Eltern zu mir kommen. Heutzutage ist es ja möglich, die Kinder mit dem Smartphone aufzuzeichnen und ich kann dann beurteilen, ob es sich noch um die normalen Unflüssigkeiten handelt oder schon erste Anzeichen einer Chronifizierung auftreten.

Wie lässt sich Stottern therapieren?

Werner Rauschan: Erst wenn sich erste Anzeichen des chronischen Stotterns zeigen, wird interveniert. Man unterscheidet in der Stottertherapie hauptsächlich zwei große Richtungen, die sich sogar etwas widersprechen. Beim ersten Ansatz, dem *Fluency Shaping*, lernt der Patient bestimmte Sprechtechniken, die dabei helfen sollen, das Auftreten von Unflüssigkeiten zu verhindern. Solche Techniken sind zum Beispiel der weiche Stimmeinsatz am Anfang des Wortes, das Kontrollieren der Atmung oder auch das Sprechen im Takt. Ähnlich wie beim Singen soll das Stottern auf diese Weise gar nicht erst auftreten. Beim zweiten Ansatz, der offensiven *Konfrontationstherapie* geht es darum, dass die flüssigen Sprechanteile, die meist vollkommen in Ordnung sind, nicht verändert werden, sondern dass die Menschen lernen, ihr Stottern direkt zu bearbeiten und zu beherrschen und damit keine Angst und Scham mehr verbinden. Zwar können dann noch „Reste“ des Stotterns bleiben, aber

diese beherrscht der Patient dann so, dass es ihn in seiner Kommunikation und Lebensqualität nicht mehr wesentlich beeinflusst. Die spontane, individuelle Kommunikation der Personen bleibt also erhalten und es wird nur aktiv in das Stottern eingegriffen, weshalb ich diese Therapiemethode auch gegenüber der ersten bevorzuge.

Ist Stottern überhaupt heilbar?

Werner Rauschan: Stottern ist keine Krankheit, die geheilt werden muss. Es ist zwar auch möglich, dass es ganz verschwindet, aber darum geht es nicht. Sobald die Betroffenen es so gut beherrschen, dass sie die verbliebenen Symptome souverän auflösen können, haben sie keine Angst mehr davor und es stellt für sie im Alltag keine Beeinträchtigung mehr dar. Unsere eigene Langzeitstatistik zeigt, dass bei ca. 2/3 der Patienten durch die Therapie erreicht werden konnte, dass Stottern kein Problem mehr für sie ist.

Stottern heutzutage mehr Menschen als früher? Wie sehen Sie die Entwicklung?

Werner Rauschan: Durch die digitalen Medien hat sich unser Sprachgebrauch natürlich sehr verändert. Die Kommunikation verläuft zunehmend digital, man spricht vielleicht weniger zu Hause oder in der Familie. Allerdings gibt es auch hier keine handfesten Beweise dafür, dass das Stottern darauf zurückzuführen ist und deshalb mehr geworden ist. Ich persönlich finde nicht, dass heute mehr Menschen stottern. Eltern sind vielmehr aufmerksamer geworden, Therapiemöglichkeiten sind besser bekannt und das Thema Stottern wird zudem in der Gesellschaft und in den Medien nicht mehr so tabuisiert wie früher.

Werner Rauschan ist Mitglied im Deutschen Bundesverband für Logopädie e.V. (DBL) und seit 1988 als Logopäde tätig. In Friedrichsthal (Saar) führt er eine logopädische Praxis, die auch ambulante Stottertherapien anbietet