

Ein bißchen Biografie und ein paar Positionen [1996]

Ein kurzer Abriß meiner "Stotterbiografie" und einige Grundüberzeugungen zum Thema Stottern, die sich daraus ergeben haben.

Ein bißchen Biografie und ein paar Positionen

von Andreas Starke, Dipl.-Math., M.A. (Western Michigan University), Logopäde

Erschienen in Schindler, Angelika (Hrsg): *Stottern und Selbsthilfe - Ein Ratgeber für Stotternde*, Köln: Demosthenes Verlag der Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V. 1996

Erst mit dreißig Jahren habe ich die Überzeugung gewonnen, daß ich als sehr schwerer Stotterer überhaupt etwas an meinem Sprechen verbessern kann.

Als Kind habe ich immer gehofft, daß "es" sich eines Tages von selbst geben würde. Große Hoffnungen habe ich in den Stimmbruch gesetzt, der dann lange auf sich warten ließ. Noch als 15jähriger habe ich wacker als Sopran im Schulchor mitgesungen, und als ich dann endlich eine tiefe Stimme bekam, stotterte ich weiter mit tiefer Stimme. Die Schule selbst habe ich immer als Schonraum erlebt, und als erkennbar wurde, daß "das wirkliche Leben" immer näher rückte, habe ich sehr ernst darüber nachgedacht, ob ich mich nicht lieber umbringen sollte. Ich konnte mir nicht vorstellen, wie ich eine mündliche Abiturprüfung durchstehen sollte oder gar ein Studium bewältigen oder gar mich den Anforderungen des Berufslebens stellen. Ich konnte mir auch nicht vorstellen, dass es eine Frau geben könnte, die sich auf ein Leben mit einem so schwer Sprechbehinderten einlassen würde. Aber schließlich siegte die heilige Vernunft und die Neugier. Ich erkannte, daß niemand mir die Möglichkeit nehmen kann, meinem Leben zu einem späteren Zeitpunkt selbst ein Ende zu setzen, und so beschloß ich, es trotz allem noch Ein paar Jahre zu versuchen.

Der Anstoß kam dann durch Presseartikel über das Taktsprechen mit einem tragbaren Metronom. In einem wurde eine Klinik in den USA erwähnt, und so schrieb ich dort hin. Ich war damals zu allem bereit. Ich hätte meinen Job hingeschmissen, alles mir zur Verfügung stehende Geld verpulvert, wäre nach Amerika gefahren und was vielleicht sonst noch erforderlich gewesen wäre. Aber die Amerikaner schrieben glücklicherweise zurück, ich sollte mir doch lieber einen Therapeuten vor Ort suchen und sie würden diesen mit Informationen versorgen. Und das tat ich dann.

Ich schrieb an alle möglichen Beratungsstellen und Universitätsinstitute, ob sie mir helfen könnten. Ich wurde, teils über mehrere Stationen, immer weiter verwiesen, und kam schließlich mit Therapeuten in Kontakt, bei denen mir ziemlich schnell klar wurde, daß Sie keine Ahnung vom und keine Erfahrung mit dem Stottern hatten. Sie wollten es aber trotzdem mit mir versuchen.

Natürlich habe ich das nicht mitgemacht. Ich hatte nämlich mittlerweile Verdacht geschöpft, daß das Stottern doch nicht das unergründliche Rätsel ist, für das ich es immer gehalten hatte. Schließlich landete ich in der Universitätsklinik Düsseldorf, wo mir zwei Logopädinnen erklärten, daß es die Möglichkeit gäbe, sich eine stotterfreie Sprechweise anzutrainieren, die sich zwar vielleicht abnorm anhört, aber dafür flüssig ist. Das schien mir vernünftig, und ich hatte auch das Gefühl, daß die beiden ihr Geschäft verstanden und keine absurden Versprechungen machten. Ob dabei eine "Heilung" herauskommen würde, war mir ziemlich gleichgültig. Ich fand es schon attraktiv genug, die Möglichkeit zu bekommen, ein Wort nach dem anderen zu sagen, ohne wilde unbeherrschbare Krämpfe zu produzieren. Ich habe dann sehr fleißig geübt, und das Ergebnis konnte sich hören lassen.

An dieser Stelle wurde mir auch klar, was Stotterer füreinander tun könnten: Wenn es darum geht zu üben, dann sollten die Stotterer gemeinsam üben, sich gegenseitig Mut machen, ihre Wunden lecken und ihre Erfolge feiern. Glücklicherweise formierten sich damals die ersten Selbsthilfegruppen in Köln, Bielefeld, Berlin und anderswo, so daß es nicht schwer war, mit anderen Stotterern in Kontakt zu treten.

Allerdings beobachtete ich damals an mir selbst, daß ich nur eine Teillösung erreicht hatte. Ich wurde zu einem "Schönwetter-Flüssigsprecher". Immer, wenn es mir gut ging oder wenn es nicht darauf ankam, sprach ich ziemlich flüssig, und wenn es mir schlecht ging oder von meinem Sprechen wirklich etwas abhing, ob in geschäftlichen Besprechungen oder in privaten Auseinandersetzungen, stotterte ich so hart und mühevoll wie zuvor. Vielleicht nicht ganz so hart und so mühevoll, aber ich stotterte immer noch unerträglich schwer.

Ich kann es nur als großes Glück bezeichnen, daß ich damals schon Alternativen zu meiner Sprechtechnik erkennen konnte. Wenn das nicht der Fall gewesen wäre, hätte ich mich sicher in einem Gestrüpp von psychologischen Deutungen verfangen und weitere wertvolle Jahre verloren.

Eine Reise nach Schweden und Finnland in Sachen Stotterer-Selbsthilfe war für mich sehr wichtig. Es war schier unglaublich: Dort lernte ich Leute kennen, darunter Fachleute, die auch stotterten, aber auf eine sehr elegante und "gewaltfreie" Art und Weise. Ich wurde mit der Möglichkeit konfrontiert, daß ein Stotterer nicht nur "gegen" das Stottern arbeiten kann, sondern daß er auch "mit" dem Stottern arbeiten kann, daß er sein Stottern manipulieren kann, so daß es leicht, glatt und mühelos wird. Ehrlich gesagt hatte ich die Wörter "leicht", "glatt" oder "mühelos" noch nie zuvor mit dem Wort "Stottern" in Zusammenhang gebracht.

Den Rest mache ich kurz: Im Alter von 36 Jahren bin ich nach Amerika gefahren, habe dort noch ein Studium der Sprech- und Sprachpathologie (entspricht etwa der Logopädie-Ausbildung) absolviert und führe seit neun Jahren jährlich eine stationäre Gruppentherapie durch.

Der Anstoß dazu, diesen Weg zu gehen, kam übrigens aus der Beobachtung, daß durch die Stotterer-Selbsthilfe, d.h. durch die Aktivitäten in den Gruppen und in der Bundesvereinigung zwar viele meiner Mitstotterer eine bemerkenswerte Verbesserung ihres Sprechens erreicht haben. Dafür gibt es mittlerweile nicht nur -zig, sondern Hunderte von Beispielen. Aber diese Verbesserungen sind oft von Zufällen abhängig und dauern oft länger, als das unter dem Einfluß eines gut ausgebildeten und geschickten Therapeuten notwendig wäre. Ein solcher Therapeut wollte ich werden.

Was sind heute, zwanzig Jahre später und nach der Arbeit mit über hundert stotternden Patienten, meine Überzeugungen?

- Stottern ist eine Bewegungstörung, auf die sich psychische Störungen aufprägen können. Von Einzelfällen abgesehen ist die Therapeutin am wirksamsten, die das motorische Problem (Bewegungsproblem) durchschaut und behandeln kann und die psychologischen Folgeprobleme nicht außer acht läßt.

- Freiheit vom Stottern um den Preis einer verfremdeten Sprechweise ist eine trügerische Freiheit. Wem es ausreicht, Bei "schönem Wetter" flüssig zu sprechen und Bei "schlechtem Wetter" zu stottern, soll diesen Weg gehen. Wer zu allen Zeit gut sprechen können will, sollte lieber lernen, die Art und Weise zu verändern, wie er mit seinem Stottern umgeht.

- Die vollständige Heilung eines stotternden Erwachsenen durch Therapie ist sehr unwahrscheinlich, wenn auch vielleicht nicht unmöglich. Man kann davon ausgehen, daß eine Therapeutin lügt, die behauptet, daß sie stotternde Erwachsene heilen könne. Bei Kindern ist die Sache nicht so klar. Es gibt viele glaubwürdige Berichte von vollständigen Heilungen im Kindesalter, mit und ohne Therapie. Ein Grund könnte sein, daß das motorische Lernen und Umlernen im Kindesalter leichter ist als im Erwachsenenalter und/oder daß Menschen, die im Erwachsenenalter stottern (d.h. keine Spontanheilung erfahren haben) organisch doch anders ausgestattet sind.

- Die soziale und therapeutische Wirkung der Selbsthilfegruppen und der Bundesvereinigung kann nicht überschätzt werden. Die Gruppe kann einem das Gefühl vermitteln, daß man nicht allein ist, daß es keinen Grund gibt, sich für das Stottern zu schämen, und daß es keinen Grund gibt, sich für das Stottern schuldig zu fühlen. Der Kontakt zu anderen Menschen, die stottern, kann einem deutlich machen, daß man nicht allein dadurch, daß man stottert, minderwertig ist, daß man auch dann, wenn man stottert, liebenswert, erfolgreich, interessant, attraktiv sein kann. Und nicht nur das: Alle Bücher über das Thema Erfolg betonen die Wichtigkeit von guten Vorbildern. "Wenn du Erfolg haben willst, suche dir jemanden, der das erreicht hat, was du gern erreichen möchtest, und mache das, was der macht." Solche Leute findet man in der Stotterer-Selbsthilfe sehr leicht.

Andreas Starke, Logopäde
Höperfeld 23
21033 Hamburg
Telefon (040) 724 100 07
Fax (040) 724 100 08

Email: info@andreasstarke.de