

LEBEN MIT EINER SPRECHSTÖRUNG

Guten Tag, ich stottere

Seit unser Autor klein war, klemmt seine Sprache, und Buchstaben bringen ihn aus dem Takt. Für ZEIT ONLINE hat er ein Therapiezentrum besucht. Ein Erfahrungsbericht

VON DAVID HUGENDICK

Auf dem Weg nach Bad Emstal wird die Welt leiser. Von Kassel klettert der Bus südwärts durchs hessische Land, vorbei an suburbanem Flachbau, der den Hügeln zu Füßen kauert. Den Habichtshof findet dort nur, wer wirklich sucht. Eine schmale Straße führt den Hang hinauf, bald sieht man die Waschbetonhütten, ein Grundstück von 40.000 Quadratmetern, einst Feriendorf, heute Sitz der Kasseler Stottertherapie. Dort oben ist es still, so dass man sich selbst besser zuhören kann.

Ich stottere. Seitdem ich drei bin, zerbrechen mir Wörter in Scherben, in Konsonanten und Vokale. D, G, H, V, F, A. Schauen Sie oben in die Autorenzeile und ahnen: Mein Name war mein größter Feind. Die Buchstaben kamen und gingen im Laufe der Jahre, saisonal, wie von selbst. "Pardon, ich hab's diesen Monat mit dem K" ist ein alter Stottererwitz, in dem eine Menge Wahrheit steckt. Mittlerweile hat sich das gesamte lateinische Alphabet schon einmal vor mir aufgebaut und gesagt: An uns kommst Du nicht vorbei.

Es gibt auch Zahlen. Ungefähr 800.000 Menschen in Deutschland stottern, jeder Hundertste, auf fünf Männer kommt eine Frau. Einige zehn Millionen neuronale Verbindungen steuern das Sprechen im Gehirn. Mehr als 70 Muskeln arbeiten, damit aus dem Spiel von Atem, Stimmbändern, Zunge und Lippen ein Wort entsteht. Verkürzt man diesen Vorgang, passt er in einen Satz: Nach der Uhrzeit zu fragen, ist Maßarbeit.

Früher habe ich mich oft entschuldigt, wenn sich die Sätze im Kopf stauten und sich Panzersperren hochzogen, zwischen Kehle und Mund – wo genau, ist schwierig zu erklären. Inzwischen weiß ich aber, wie es aussieht: das Gesicht errötet, die Augen verdrehen sich, die Lippen flattern, der Hals verkrampft, die Gesten werden fahrig. Beim Bäcker, am Fahrkartenschalter, in der Schule. Dann sagte ich, ganz flüssig übrigens: "Guten Tag, ich stottere."

Angst. Scham. Minderwertigkeitsgefühl. Stottern ist unangenehm. Ein Kampf gegen mich selbst, den ich oft verlor. Singen klappte, Flüstern auch, so geht's den meisten. Indes locker plaudern: nein. Mich selbst auf Tonband hören: ganz schlimm. Telefonieren: fast unmöglich. Stattdessen lief ich zwei Kilometer zum Plattenladen, um zu fragen, ob die "neue Iron Maiden" denn schon da sei. Falls das N grad klemmte, vermied ich die Wörter, die damit beginnen. Anstelle der "neuen" zum Beispiel, fragte ich nach der "jetzt gerade rausgekommenen". Was Sprachquatsch war, aber immerhin flüssiger Quatsch. Später las ich

Synonymlexika, stellte mir ein Notfallpaket zusammen. Wenn alle Tricks nicht halfen, blieb die stumme Hoffnung, der Mensch gegenüber möge geduldig sein.

Vermeiden ist eine Strategie. Therapie eine andere. Als Kind begegnete ich hilflosen Psychologen, die fragten, was mir Schlimmes zugestoßen sei. Ein Homöopath verschrieb mir vier mattweiße Kügelchen, immerhin mit Opiaten, für 400 Mark. Ein Geschichtslehrer befahl, ich solle ganz langsam reden, oder er nähme mich nie wieder dran. Ein Logopäde sagte mir, ich solle mich entspannen und mir vorstellen, ich sei am Strand. Bekannte boten mir Sessel und Wasserglas an und sagten "ganz ruhig", mit von ostentativem Verständnis geweiteten Augen. Therapien sind oft Glückssache.

Die Gäste, die den Aufstieg zum Habichtshof antreten, tragen ähnliche Erinnerungen herauf und bleiben meistens zwei Wochen. Die meisten von ihnen stottern seit der Kindheit, jener Zeit, nach der es keine Heilung mehr gibt. Für "dauerhaft flüssiges Sprechen" wirbt die Therapie. Und glaubt man den Studien und Artikeln, ist es die wissenschaftlich am besten geprüfte Stottertherapie Deutschlands. Entwickelt von Alexander Wolff zu Gutenberg, Arzt, selbst einst starker Stotterer. Sein Hof ist zwölf Mal im Jahr geöffnet.

Unter denen, die hier herauf kommen sind Schüler oder Hausfrauen. Studenten oder Biologen. Manager oder Schlosser. Oder eben ich. Plötzlich hat man etwas gemeinsam.

Das Haupthaus empfängt mit seltsamem Singsang. Stimmen dehnen sich und schwellen an, bis sie Wörter und ganz allmählich Sätze in die Flure schicken. Auf Hockern sitzen die Teilnehmer und proben, was klingt wie ein leises, stimmhaftes Atmen. Sie lassen die Buchstaben zwischen den Lippen zergehen, spüren nach, woher sie kommen, wohin sie verschwinden und zu was sie werden. Als intonierten sie die Worte zum ersten Mal. Erst das W, zwei, drei Sekunden, ehe es sich zum A verwandelt und auf dem S sanft verstummt. Was.

Besser erklären kann es Kristina Jung: "Langsames, bewusstes Sprechen, weicher Stimmeinsatz", sagt sie zu ihren Klienten, wenn jemand an einem Buchstaben festhängt, und wiegt die Hand zu einer Kurve. Fluency-Shaping heißt die Methode. Kristina Jung ist Therapeutin im Habichtshof, eine von zweien an diesem Tag. Ob ich nur wegen des Textes hier sei oder selbst eine Therapie erwäge, fragt sie.

– Hört man, dass ich stottere? – Nun ja, ich schon. Und alle anderen hier auch.

Ein Schild mit meinem Namen hängt im dritten Stock, an der Tür des Gästezimmers. Dahinter Bett, Nachttisch, Schreibtisch, Schrank, Stuhl, Bettzeug und Aussicht auf die hessischen Hügel. In der Nische duckt sich ein etwas betagter Computer. Ohne Internet und Tüdelüt – der Computer ist zum Üben da. Am Anfang sind viele Stunden pro Tag nötig, sitzend, am Ohr die Kopfhörer, vor dem Mund das Mikrofon. Jeder Teilnehmer kauft eine Sprechsoftware, zugleich sein strengster Zuhörer. Hiermit trainiert er Stimmeinsatz. Eine Kurve zeichnet

das Gesprochene auf den Bildschirm. War der Laut zu hart, muss er wiederholt werden.

Zunächst klingt es noch, als tausche man eine Sprechstörung gegen eine andere. Eine wabernde Lautmasse, die langsam dem Mund entweicht. Damit die Silbendehnungen und -bindungen Sätze werden, die nicht irritierend wirken, muss man üben. Und wie geübt wird!

Ein Therapietag hat neun Stunden, oft zehn, manchmal mehr. Sprechen, üben, sprechen, üben, sprechen, üben. Auch das, besonders das, wovor sich viele Stotterer am meisten grausen. Anrufen, einfach das Telefonbuch aufschlagen, dann los: Im Schwimmbad nach Öffnungszeiten fragen, nach Sauna und ob's Gruppenkarten gibt, Passanten ansprechen, das Sprechen planen. In der zweiten Woche halten sie kurze Reden vor Publikum. Dem Diktiergerät entgeht nichts. Kein wiederholter Buchstabe, keine Blockade, keine schlampige Sprechtechnik. Danach, in der Gruppe, folgt die Kritik. Hast du die Technik angewendet? Genug geübt? Warum da gestockt? Was wolltest du eigentlich fragen?

Seit 13 Jahren gibt es die Kasseler Stottertherapie. Etwa 1000 Stotterer haben seither das Programm absolviert. Im Erdgeschoss hängen ihre Gruppenfotos an den Wänden, sortiert nach Jahrgang, mehr Männer als Frauen (wie gesagt 5:1) mit erfolgreichem Lächeln. Ihnen gegenüber berühmte Leidensgenossen auf ermutigenden Postern. Bruce Willis, Scatman John, Lewis Carroll, John Updike, Winston Churchill und William Somerset Maugham.

Und dann lerne ich Frank Jassens kennen. Lange Haare, schwarzes Hemd, Mitte 30, er sitzt in der Küche und erzählt von seiner Arbeit als Therapeut. Flüssig und geradeaus, dass man kaum glaubt, was er Minuten später auf dem Fernseher zeigt. Wie er stottert, wie seine Gesichtsmuskeln verkrampfen, wie ihm Buchstaben zum Kraftakt werden. Sein Aufnahmevideo von der Therapie ist acht Jahre alt, und er zeigt es jedem, der freundlich fragt. Er sei das gute Beispiel hier, sagt er. "Manchmal nicht so leicht, aber es ermutigt."

Ermutigend klingt auch die Studie der Universität Kassel. Seit 1996 stellt sie den Erfolg des Kasseler Programms fest. Darin heißt es, ein Großteil der Klienten komme mit 30 bis 40 Prozent gestotterter Silben und ginge mit vier. Besser bekommen es einige Normalsprechende auch nicht hin.

Draußen, fern des Habichtshofs, endet die Therapie nicht, sagt Frank Jassens. Alle müssen weiter üben. Müssen wieder mit dem Computer sprechen, damit sich die Technik weiter einprägt. Müssen anrufen. Müssen Leute nach dem Weg fragen, auch wenn sie wissen, wo es lang geht. Müssen ihren Freunden sagen, hallo, ich rede jetzt anders, auch wenn es komisch klingt. Müssen sich dem Sprechen stellen, das sie manchmal verfluchen. Müssen akzeptieren: Stotterer bleibt Stotterer. Bestenfalls einer, dem man es nicht anhört.

Zuhause ruft an. Im Takt der Funklöcher kommt die Frage: Und, wär das noch mal was für dich? Ich sage, nein, weiß nicht, nö. Und auf dem Weg vom Habichtshof,

den Hügel hinab, hinaus aus Bad Emstal, als die Welt wieder lauter wird, denke ich: Naja, vielleicht doch.

Die Kasseler Stottertherapie im Internet: www.kasseler-stottertherapie.de

ZEIT ONLINE 2009