

Therapie: Alles tun, was ein Stotterer freiwillig niemals tun würde – die Teilnehmer eines Gruppenkurses gegen das Stottern müssen an und über ihre Schmerzgrenzen gehen

Unser Autor Sebastian Koch stottert. Viele Therapien hat er schon ausprobiert, deshalb ist er skeptisch, als er in Kassel einen Gruppenkurs beginnt. Schon bald versteht er, warum man dort Mut, Fleiß und Überwindung braucht. Am Ende hält er ein Referat, blockadefrei. Eine Geschichte über Stolz und Euphorie.

Ein Stotterer auf der „Achterbahn der Gefühle“

Von unserem Mitarbeiter
Sebastian Koch

Da stehe ich. Vor mir knapp 35 Leute. Und dann ist da noch dieser Zettel mit meinen Notizen, über die ich referieren soll. Wenn das nur so leicht wäre – ich bin Stotterer. Ein 23-jähriger Stotterer, der aufgeregt ist wie ein Kind an Heiligabend.

Zehn Tage zuvor: Vorstellungsrunde – der Horror für jeden Stotterer. Die Hände nass, die Knie weich, der Körper angespannt von der Haarspitze bis zum Zeh. Beim Sprechen tue ich mich erwartet schwer. Die Therapeuten der Kasseler Stottertherapie (KST) wollen alles wissen – besonders meine Erwartungen an die kommenden 14 Tage.

Ich bin skeptisch – vieles habe ich schon versucht: Stottercamp, Logopäden, Akupunktur und wegen der Atemtechnik das Erlernen eines Blasinstruments. Über die KST habe ich nur Gutes gehört und gelesen.

„Genießt das Stottern, morgen wird es nicht mehr zu hören sein“

TERAPEUTIN ASTRID KORNEFFEL

Doch die Angst vor einem weiteren Misserfolg ist präsent. Ich freue mich zwar auf die zwei Wochen, weiß aber auch, dass ich an und über meine Schmerzgrenzen gehen muss. Ich werde recht behalten. Und das schon am ersten Tag.

Meine Gruppe wird mit der Aufgabe, Passanten zwölf Fragen rund um das Stottern zu stellen, auf die

Straße „losgelassen“. „Können Sie sich einen stotternden Kanzler vorstellen?“ oder „Kann Stottern geheilt werden?“, wollen wir wissen. Später telefonieren wir mit uns völlig unbekannten Menschen. Kurzum: Wir müssen all das machen, was ein Stotterer freiwillig niemals tun würde.

„Genießt das Stottern, morgen wird es nicht mehr zu hören sein“, gibt uns Therapeutin Astrid Korneffel dann mit auf den Weg in eine unruhige Nacht. Vorstellen kann ich mir das überhaupt nicht.

„Wort-für-Wort“-Methode Am nächsten Morgen macht uns Therapeut Achim Schwesig schnell klar, dass Stottern nicht heilbar ist. Allerdings gäbe es Techniken, mit denen ein neues Verhalten anernzt werden kann. Als eine „Skisprung neben dem Lift“ umschreibt er das. „Wer sprechen will, muss innerlich ruhig sein.“

Die „Wort-für-Wort“-Methode fühlt und hört sich komisch an. Nach zehn Therapiestunden ist es schwer, sich zu konzentrieren: Aber wir beißen uns durch. Uns ist die Freude am Sprechen anzumerken.

Erschlagen von den Eindrücken des Tages tauschen wir uns am Abend aus. Nicht ohne dabei in der neuen Technik zu sprechen. Wir sind wie Kinder, die begeistert das geschenkte Spielzeug ausprobieren.

Tags darauf treffen wir den ehemaligen Klienten Detlef B. „Flüssiges Sprechen ist für Stotterer eine Mischung aus Fleiß-, Mut- und Überwindungsarbeit“, verrät uns der Hamburger, der seinen Kurs vor zwei Jahren absolviert hat. Schon

Interview: Sprech- und Stimmlehrer Achim Schwesig über Sinn und Erfolgsaussichten einer Stottertherapie

„Sprechen wird in gewisser Weise neu gelernt“

KASSEL. Bei einer Stottertherapie soll eine Sprechreflexe entstehen, sagt Therapeut Achim Schwesig.

Als Stotterer weiß ich, dass Therapieerfolg von Person zu Person unterschiedlich ist. Die KST weist eine hohe Erfolgsrate auf. Was macht das Konzept so erfolgreich?

Achim Schwesig: Der Erfolg liegt darin, dass ein großes Augenmerk auf die Nachsorge gelegt wird. Durch die Software „Flunatic“ ist tägliches Üben einfacher. Zudem gibt es während den beiden Nachbereitungswochenenden und den regelmäßigen Logopäden über das Internet die Möglichkeit, sich mit den Logo-

päden auszutauschen. Außerdem können jederzeit Stabilisierungstage vor Ort absolviert werden.

Wie wichtig ist die Unterstützung durch das Umfeld beim Therapieerfolg?

Schwesig: Die Hauptrolle übernimmt der Klient. Aber dem Umfeld kommt eine große Rolle zu. Es entscheidet, wie ich denke und fühle. Deshalb ist es wichtig, über die Therapie und das „neue Sprechen“ zu informieren: „So wie man sich bettet, so liegt man.“ Dem Klienten muss die sprecherische Ruhe zugesandt werden, die vorher nicht vorhanden war.



Die Teilnehmer arbeiten mit der Biofeedbacksoftware „Flunatic“. BILD: DPA



Therapeuten und Kursteilnehmer, links im Auto Sebastian Koch. BILD: KOCH

bald werde ich verstehen, was es damit auf sich hat.

Am Nachmittag legen wir das „Wort-für-Wort“-Sprechen ab und verbinden einzelne Satzglieder in Sinnabschnitte. Es ist ein bisschen „wie auf einer Achterbahn mit vielen Rückwärtsloops zu fahren“, vergleicht Schwesig die Technik. Dabei „jallen“ wir, als hätten wir 2,6 Promille Alkohol im Blut.

Vortrag vor der Gruppe

Die Basis ist gelegt, nun stehen wir vor der Aufgabe, einen Vortrag vor der Gruppe zu halten. Für einige der erste überhaupt, für andere ein Schritt zur Traumabewältigung. Tatsächlich gibt es viele Stotterer, die

aus Angst vor mündlichen Prüfungen gar ihr Abi abbrechen, andere werden in Bewerbungsgesprächen aus fachenspezifischen Gründen ausgesiebt. Der Umgang der Gesellschaft mit Stottern ist nach wie vor größtenteils unsensibel, mit erheblichen Konsequenzen für die Betroffenen.

An diesem Morgen laufen die Vorträge hervorragend. Wir alle schaffen es, die Technik anzuwenden. Wir sind stolz, die schwierige Aufgabe bestanden zu haben. Die Therapie greift.

Lallend durch Kassel

Die zweite Woche ist geprägt von Transferaufgaben. Mit Fragen, wie „Kann ich die Pizza auch ohne Oliven haben?“ oder „Kann der Gutschein auch in anderen Städten eingelöst werden?“, lassen wir uns durch Kassel. Da ist sie – die Überwindung und Mutarbeit. Es ist schwer zu beschreiben, was in uns vorgeht: Eine Mischung aus Scham und Bammel vor der Technik sowie Stolz und Euphorie bei Gelingen sind Stationen auf der „Achterbahn der Gefühle“. Am Ende ist klar: Der Alltags-Transfer ist noch schwieriger als erwartet, wir müssen ständig unsere Scham- und Schmerzgrenzen überwinden.

Zehnter Therapietag – Höhepunkt der Herausforderungen: Referat vor einem fremden Auditorium. Ein gemeinsamer Blick auf ein Video vom ersten Tag zeigt den Stotterer Sebastian. Das ist elf Tage her. Trotz großer Nervosität spreche ich jetzt, dank der neuen Technik, kontrolliert, blockadefrei, flüssig. Ein Gefühl, das jeder Beschreibung spottet

und mit „glücklich“ und „stolz“ nicht ausreichend beschrieben ist.

Den anderen sechs Teilnehmern geht es genauso. Als „ein Wunder“ bezeichnet Schwesig die Entwicklungen, die er Kurs für Kurs auf Neue erlebt. Hier spricht er uns aus dem Herzen.

Eine letzte große Aufgabe steht mit einem Referat vor unseren geliebten Freunden und Verwandten noch an. Wir rocken die Veranstaltung. Ein letztes Mal laufen wir zur Höchstform auf. Ein letztes Mal klopfen wir uns auf die Schultern. Ein letztes Mal applaudieren wir uns gegenseitig. Spannung, Stolz und Verwunderung der Zuhörer sind zum Greifen. Ein Wahnsinns-Gefühl.

Mut, Fleiß, Überwindung

Mit dem Ende des Kurses ist die Therapie keineswegs abgeschlossen. Das „Fluency-Shaping“-Konzept der KST erstreckt sich über zehn Monate, in denen wir zu Hause mit Hilfe einer für die Therapie entwickelten Sprech-Software weiterüben und die Technik stabilisieren müssen (siehe Aufspalte).

Rückfälle kann es geben, das weiß ich. Die Kunst wird es sein, diese zu meistern.

Eines ist aber klar: Die Tage haben Erfahrungen gebracht, die mir keiner nehmen kann. Die wichtigste: Ich kann flüssig sprechen. Dann, wenn ich innere Ruhe ausstrahle und mich auf das besinne, was Detlef gesagt hat: Flüssigsprechen erfordert Mut, Fleiß und Überwindung.

Video unter morgenweb.de/wuu

ZUM THEMA

Kasseler Stottertherapie

Die KST wurde 1996 vom Mediziner und selbst Betroffenen Dr. Alexander Wolff von Gutenberg gegründet und hat ihren Hauptsitz in Bad Emstal bei Kassel. Zusätzlich sind fünf Außenstellen in ganz Deutschland zu finden.

Die Therapie basiert auf Erfahrungen von Gutenbergs und dem „Fluency-Shaping“-Modell. Klienten lernen, kontrolliert, langsam und weich zu sprechen. Knapp 90 Prozent der Klienten berichten über einen langanhaltenden Sprechefolg.

Ein Gruppenkurs für Erwachsene (acht Klienten) beinhaltet knapp 150 Therapiestunden in 14 Tagen, intensive Nachbereitung ist durch Nachtreffen, Logopäden via Internet und der Software „Flunatic“ garantiert. Gruppenkurse werden auch für Kinder von sechs bis zwölf Jahren angeboten. Viele Krankenkassen übernehmen die Kurskosten. Übernachtungskosten muss der Klient selbst tragen. *seko*

www.kasseler-stottertherapie.de

Sprech-Software „Flunatic“

Einen wesentlichen Bestandteil der KST-Nachsorge stellt die Computersoftware „Flunatic“ dar. Das Programm ist während des Kurses und in den zehn Monaten danach fester Bestandteil im Übungsallday der Klienten. Der Kursteilnehmer spricht vorgegebene Sätze ein und bekommt über eine Kurve in einem Koordinatensystem ein Biofeedback über seine Laubbildung. Dabei ist es wichtig, dass die Kurve einen sanften Anstieg zeigt und nicht steil in den Himmel schießt – ein weicher Stimmensatz ist gelungen.

Das Programm dient als Instrument zur Erarbeitung eines neuen motorischen Konzeptes und zur Aufrechterhaltung der täglichen Übungsdisziplin. Allerdings ist es nur eines von mehreren Nachsorgeelementen, die die Klienten im Alltag begleiten. *seko*

Stottern: Zahlen und Fakten

In Deutschland stottern knapp 800.000 Menschen, also knapp ein Prozent der Gesamtbevölkerung. Es sind fünfmal so viele Männer betroffen wie Frauen, was auf die Chromosomen zurückgeführt wird. Bei Kindern unter 18 Jahren liegt der Anteil von Betroffenen bei knapp fünf Prozent.

Stottern kann schon mit dem dritten Lebensjahr auftreten. Bei Kindern ist eine Spontanheilung sehr viel wahrscheinlicher als bei Erwachsenen. Nach der Pubertät sinkt die Spontanheilungsrate laut KST drastisch ab. Die genauen Ursachen sind noch nicht erforscht.

Dass Stottern eine Karriere nicht zwangsläufig verhindern muss, beweisen folgende prominente Stotterer: Marilyn Monroe (oben), Bruce Willis (zweites Bild von oben), Der Graf von „Unheil“ (drittes Bild von oben), König George VI. (unten), Rowan Atkinson, Winston Churchill, Fürst Albert und Samuel L. Jackson. *seko*

Achim Schwesig

■ Achim Schwesig ist 54 Jahre alt und ausgebildeter „Systematischer Atem-, Sprech- und Stimmlehrer“.

■ Der Therapeut arbeitet bei der Kasseler Stottertherapie als freier Angestellter.

■ Er betreut bei dem 1996 gegründeten Anbieter für Stotterkurse sowohl Präsenz- als auch Onlinetherapiekurse. *seko*

Hauptakteur, der anwenden muss und eine Eigenverantwortlichkeit lemt.

Was ist der eigentliche Sinn der Stottertherapie?

Schwesig: Kern einer Stottertherapie ist die Änderung der inneren Haltung, sich nicht als Stotterer zu bezeichnen, sondern als stotternd sprechenden Menschen. Das Handwerk „Sprechen“ wird in gewisser Weise neu gelernt. Dabei bleiben viele alte Fragmente erhalten, werden aber durch neue unterstützt. Sprechfreude entsteht, Ängste werden abgelegt und neues Selbstvertrauen aufgebaut. *seko*