

Ziele und Inhalte der Stottertherapie

«Das Stottern besteht aus viel mehr als nur aus einer Sprechbehinderung. Ich nenne ein paar Punkte: sich zurückziehen, Komplexe haben, sich nicht trauen, Wünsche bei Seite legen, sich nicht ernst nehmen.» (Gülcan, 26)

Der Film «The King`s Speech» zeigt auf anschauliche Weise, was ich in einer Stottertherapie als wesentlich erachte. Nicht ein abstraktes Konzept mit 100 Punkten, die stur von 1-100 durchlaufen werden müssen, bildet die Basis der Therapie, sondern die menschliche Begegnung. Ermutigung, ein gleichwertiger Dialog, das direkte Angehen und Trainieren von schwierigen Kommunikationssituationen, die Förderung der Selbstverantwortung, der Einsatz von Humor und aussergewöhnlichen Interventionen bilden die Kernpunkte der Therapie.

Da Stottern in Selbstgesprächen kaum auftritt und sehr gefühlsabhängig ist, besteht ein grosser emotionaler und zwischenmenschlicher Anteil. Anstelle der Anwendung einer einzigen Methode halte ich deshalb eine individuelle, situationsangepasste Herangehensweise in der Stottertherapie für wichtig und wirkungsvoll. Mit der Verwendung unterschiedlicher Therapie-Bausteine kann sehr individuell auf die Bedürfnisse der einzelnen Klienten und ihrer Bezugspersonen eingegangen werden. Kreative Elemente wie Geschichten erzählen, Phantasiereisen, Zeichnen, Handpuppenspiel, Theater und Kommunikationsspiele aktivieren die Ressourcen auf spielerische Weise. Weitere wichtige Therapie-Bausteine sind: Mündliche Ausdrucksfähigkeit trainieren, verschiedene Sprechweisen ausprobieren und anwenden, Informationen zum Thema Stottern, In-vivo-Arbeit und Mutübungen, Rollenspiele, Gespräche zur Lösung von Problemen und zur Entwicklung persönlicher Fähigkeiten.

Ziele bilden eine zentrale Komponente in der Stottertherapie und sollten wenn möglich mit Eltern und Kindern gemeinsam vereinbart werden. Wichtige Ziele einer Therapie sind:

- Verbesserung des Redeflusses (ohne Garantien abzugeben)
- Optimaler Umgang mit dem Stottern
- Weiterentwicklung persönlicher Fähigkeiten (Selbstvertrauen, Kontaktfähigkeit, Selbstverantwortung, Konfliktverhalten, Spontaneität, freie Meinungsäusserung)

Da das Stottern fast ausschliesslich in kommunikativen Situationen auftritt, liegt es auf der Hand, die dialogischen und zwischenmenschlichen Fähigkeiten von Stotternden zu stärken und zu verbessern. Nicht das Symptom oder das Problem stehen also im Zentrum, sondern der Mensch, sein Potenzial und seine Entfaltungsmöglichkeiten. Bei der Rückmeldung am Ende der Therapie werden die Förderung eines aktiven Kommunikationsverhaltens, die Verbesserung des Selbstvertrauens und der Spontaneität häufig als wirksamste Faktoren für den Therapieerfolg erwähnt.

Das Einüben einer langsamen Redeweise und das Einhalten von Sprechpausen verbessern den Redefluss in vielen Fällen. Das Pseudo-Stottern bildet eine interessante Möglichkeit für den spielerischen Umgang mit dem Stottern.

Das Anpacken angstbelasteter Situationen reduziert Stress und Unsicherheit und ermöglicht Schritt für Schritt neue Erfolgserlebnisse. Die Anforderungen der alltäglichen Kommunikation sollen in der Therapie immer wieder trainiert werden, mit Hilfe von Rollenspielen, Videoaufnahmen, spielerischen Formen oder Alltagsgesprächen. Stotternde erleben von ihrem Umfeld oft zu viel Druck, werden aber nicht selten auch allzu sehr geschont. Es ist deshalb eine wichtige Aufgabe der Therapie, stotternde Menschen durch Gespräche, Übungen und gezielte Aufgaben mutiger und belastbarer zu machen.

Humorvolle, paradoxe und provokative Interventionen sind noch wenig bekannte aber sehr wirksame Mittel in der Stottertherapie. Sie können jederzeit mit anderen Gesprächstechniken und Kommunikationsstilen kombiniert werden.

Gruppentherapien mit anderen Direktbetroffenen und die Integration von Freunden, Geschwistern und Eltern in der logopädischen Therapie erhöhen die therapeutische Wirksamkeit.

Gespräche mit Bezugspersonen tragen viel zum Erfolg einer Stottertherapie bei. Wichtige Themen solcher Gespräche sind: Klärung offener Fragen, Umgang mit dem Stottern, Konfliktlösung in der Familie und die Entfaltung zwischenmenschlicher Fähigkeiten der Eltern und der Kinder. Durch regelmässige Familiengespräche gelingt es vielen Eltern, unnötige Schuldgefühle und allzu grosses Mitleid loszulassen, einen möglichst lockeren Umgang mit dem Stottern zu lernen und zu überlegen, was Eltern und Geschwister zur Verbesserung des Redeflusses beitragen können.