

Mit Stottern leben lernen

Junge Männer erzählen, wie sie mit der Sprachstörung umgehen.

Yann-Alexander Hage

Sechs Jahre alt war Daniel Marbacher, als er das erste Mal selbst merkte, dass er stottert. Seinen Eltern sei es schon ein paar Jahre früher aufgefallen. Laut seinem Vater habe es plötzlich begonnen: «Ich weiss es noch, wie wenn es gestern gewesen wäre. Eines Morgens stockten seine Worte. Ab diesem Zeitpunkt zeigte sich sein Stottern.»

Mittlerweile fühlt sich Marbacher durch das Stottern kaum mehr eingeschränkt. Seit sechs Jahren ist er in Behandlung beim Luzerner Logopäden und Stotterexperten José Amrein. Mittlerweile nimmt er nur noch einmal im Monat an einer Gruppentherapie teil. «Manchmal ist es schwierig, den Leuten zu erklären, wieso ich die Therapie noch immer besuche. Wenn ich mit ihnen spreche, merken sie kaum, dass ich stottere.» Bei ihm zeigt es sich inzwischen in Form von Sprechblockaden: «Ich kann dann für ein paar Sekunden nichts sagen. Mein Gegenüber bemerkt das oft gar nicht.»

Als Kind und als Jugendlicher habe sich das Stottern anders gezeigt, erinnert er sich. Es kam zu vielen Silbenwiederholungen. Besonders in der Oberstufe sei es herausfordernd gewesen: «Bei Vorträgen lachten mich meine Klassenkameraden aus.» Eine Abwärtsspirale öffnete sich: «Durch das Mobbing senkte sich mein Selbstwertgefühl, ich wagte es kaum noch, im Unterricht aufzustrecken, und zog mich immer mehr zurück.»

Das Stottern ist ein Teufelskreis

Laut Amrein prägt sich das Stottern oft genau so aus. «Es hat viel mit Stress und Unsicherhei-



Daniel Marbach (rechts) ist seit sechs Jahren in logopädischer Therapie bei José Amrein.

Bild: zvg

ten zu tun. Bei manchen tritt es ein paar Mal auf, woraufhin sie sich verkrampfen. Dann steigern sie sich rein und kommen in einen Teufelskreis.» Bei rund einem Prozent der Erwachsenen in der Schweiz treten Sprachstörungen in Form von Stottern auf, so Amrein. Besonders Männer seien betroffen, fünfmal öfter als Frauen.

Der Forschung sei derweil noch nicht ganz klar, woher das Stottern komme, so Amrein. «Es wird gesagt, dass es vor allem genetisch bedingt ist. Wenn ich dann aber von über 90 Prozent meiner Patientinnen und Patienten höre, dass sie beim Sprechen alleine vor dem Spiegel nicht stottern, denke ich, dass auch soziale, emotionale und mentale Aspekte eine grosse Rolle spielen», sagt Amrein, der in seiner Karriere schon mehr

als tausend stotternde Menschen behandelt hat.

Martin ist seit 15 Jahren in logopädischer Behandlung

Unter ihnen befindet sich auch der dreissigjährige Martin. Vor mehr als fünfzehn Jahren war er das erste Mal bei José Amrein in logopädischer Behandlung. Bei ihm habe das Stottern im Kindergarten angefangen, erinnert er sich. «Früher waren es vor allem Silbenwiederholungen. Mit der Zeit verkrampfte ich immer mehr und bekam bestimmte Wörter nicht mehr raus.» Über die Jahre habe er deutliche Fortschritte gemacht. Amreins ganzheitlicher Ansatz war dabei sehr hilfreich, so Martin. «Der Fokus liegt nicht auf dem Stottern selbst, sondern darauf, bestimmte Charakterzüge zu stärken und selbstsicherer zu wer-

den.» Zentral war für ihn die Erkenntnis, sich selbst und dem Stottern mehr Akzeptanz entgegenzubringen. «Ich muss mich mit meinem Stottern nicht verbergen.»

Gruppentherapie ermöglicht den Austausch

Daniel Marbach und Martin waren früher beide in Einzelbehandlung bei Amrein. Mittlerweile besuchen sie nur noch die Gruppentherapie. An dieser nimmt auch der 27-jährige Joel Rieble teil. «Es ist ein cooler Austausch mit anderen Betroffenen, die die gleichen Probleme haben.» Die drei jungen Männer und ihr Logopäde erzählen heute in einer SRF-Dokumentation über ihr Leben mit dem Stottern.

Vor fünf Jahren begann Rieble, bei Amrein in die logopädi-

sche Behandlung zu gehen, anfangs nur in die Einzeltherapie. Diese habe ihm alle Schlüssel zum Erfolg in die Hände gegeben, sagt er. Amreins interessante Art habe ihm direkt geholfen: «Er versucht, dich zu provozieren und herauszufordern. Als ich das erste Mal bei ihm in der Therapie war, sagte ich ihm, dass ich stottere und es extrem scheisse finde. Daraufhin neckte er mich und sagte, dass das ja wirklich ein sehr grosses Problem sei.» Da habe Rieble gemerkt, dass es ja eigentlich gar keine so grosse Sache sei. «Ich kann ja trotzdem alles machen – das hat mir Selbstvertrauen gegeben.»

Hinweis

SRF Reporter, «Erfolgreich trotz Stottern – Wie Betroffene Barrieren überwinden». Heute, 21.05 Uhr, SRF 1.