«Viele schämen sich»

Der Luzerner Logopäde José Amrein therapiert stotternde Menschen. Dabei geht er neue Wege, die er nun in seinem Buch präsentiert.

Susanne Balli

Rund fünf Prozent der Menschen stottern irgendwann im Verlauf ihres Lebens. Bei etwa einem Prozent der Erwachsenen bleibt das Stottern bestehen. Auf die Bevölkerung des Kantons Luzern hochgerechnet entspricht dies rund 22'000 respektive 4400 Menschen. Genaue kantonale Zahlen werden nicht erhoben.

Am 22. Oktober, dem Welttag des Stotterns, rückt eine Sprechstörung in den Fokus, über die immer noch viele Vorurteile bestehen. Der Luzerner Logopäde José Amrein beschäftigt sich seit 25 Jahren damit. Nun hat er ein Buch über seinen neu entwickelten Therapieansatz veröffentlicht, das er am 14. November in Luzern vorstellt (siehe Kasten).

Über 1000 stotternde Menschen hat der 61-Jährige in seiner beruflichen Laufbahn begleitet. Die Mehrheit seiner Klientinnen und Klienten kommt aus dem Kanton Luzern. Wegen Lücken in der spezialisierten Versorgung reisen auch Menschen aus anderen Kantonen an. Besonders in Erinnerung blieb Amrein ein junger Mann, der sich sechs Jahre nach Therapieabschluss meldete. Ohne die Unterstützung hätte er seine Lehre wohl nicht abgeschlossen. «Es bleibt in besonders guter Erinnerung, wenn jemand selbstbewusst wird und seinen eigenen Weg gehen kann», sagt Amrein.

José Amrein hat ein Buch zu seiner 25-jährigen Tätigkeit als Logopäde im Bereich der Stottertherapie herausgegeben.
Bild: Boris Bürgisser (Luzern, 20. 10. 2026)

Rund ein Drittel sind versteckte Stotterer

Denn Stottern ist mehr als eine Störung des Redeflusses. Für viele Betroffene wird das Sprechen zur psychischen Belastung. «Kaum sprechen sie, kann das ihr Gegenüber irritieren», sagt Amrein. Sie schämten sich, würden ausgelacht oder gemobbt. Aus Angst versuchten sie, ihr Stottern zu verbergen. Laut Amrein zählt gemäss neueren Untersuchungen rund ein Drittel zu den «versteckten Stotternden». «Viele von ihnen halten sich in Gesprächen und Gruppen möglichst zurück und sagen nichts, damit ihr Stottern nicht auffällt.»

Amrein hat über die Jahre einen Therapieansatz entwickelt, der auf drei Säulen beruht. Die erste umfasst Sprechtraining, etwa langsameres Reden und bewusste Pausen. Die zweite fördert den offenen Umgang mit dem Stottern. Betroffene lernen, ihr Gegenüber früh darüber zu informieren. Das könne Druck nehmen und Verständnis schaffen. Die dritte Säule stärkt Persönlichkeit, Selbstvertrauen und Mut.

Dabei setzt Amrein auch auf Humor, Improvisation und lösungsorientierte Gespräche. So kann ein Kind eine Treppe mit 20 Stufen zeichnen. Jede Stufe steht für zunehmenden Mut. «Gemeinsam mit den Eltern darf es sich überlegen, welche Herausforderungen es Schritt für Schritt bewältigen möchte.» Jeder Erfolgsschritt stärke das Selbstvertrauen.

Nachteilsausgleich an Schulen

Die Unterstützung stotternder Kinder und Jugendlicher habe sich zum Glück verbessert. An Schulen können sie einen Nachteilsausgleich erhalten, etwa mehr Zeit bei mündlichen Prüfungen. Stottern und Redefluss dürfen dabei nicht in die Bewertung einfliessen. Der Ausgleich müsse allerdings beantragt werden.

Mit der Verbindung dieser drei Säulen, die er in seinem Buch aufzeige, erziele er gute Erfolge, sagt Amrein. In seinem Buch macht er Fachpersonen und Betroffenen seine Erfahrungen zugänglich.

Ob Stottern verschwindet, hänge unter anderem vom Alter ab. «Je früher die Therapie beginnt, desto besser sind die Chancen», sagt Amrein. Er wünscht sich, dass Betroffene nicht auf ihre Sprechweise reduziert werden. Noch immer würden sie bisweilen für weniger intelligent gehalten. «Das stimmt ganz und gar nicht.» Gespräche mit stotternden Menschen seien häufig besonders bereichernd, da sie oft sehr empathisch und tiefgründig seien.

Drei Vernissagen zum Buch

Am 14. November finden im Pfarreizentrum St. Karli an der Spitalstrasse 91 in Luzern zwei Vernissagen statt. Um 14 Uhr erzählt José Amrein aus seiner 25-jährigen Praxis. Es gibt Musik und einen Apéro. Um 17 Uhr berichten stotternde Menschen und ihre Bezugspersonen aus ihrem Leben. Anmeldung bis 10. November an info@praxis-amrein.ch (Personenzahl und Uhrzeit angeben).

Eine dritte Vernissage findet am 6. Januar um 19.30 Uhr in der Stadtbibliothek Luzern am Löwenplatz 10 statt. Das Buch kann unter praxis-amrein.ch für 39 Franken bezogen werden. *(sb)*