

# M

MIGROS MAGAZIN

# M



BEGABTE FAMILIE 34

**Drei Menschen, drei Bücher:  
Bei den Lewinskys schreiben alle.**

www.migrosmagazin.ch, vormals WIR BRÜCKENBAUER

Nr. 36, 5. September 2011



STOTTERN, NA UND? 92

# Keine Angst mehr

Früher litt Alena Bucher (13) unter ihrem Stottern. In einem Camp lernte sie, damit umzugehen.

**NEUES KASSENSYSTEM 42**  
Mit Self-Scanning im eigenen Tempo einkaufen.

**WILDSAISON 50**  
Das Beste geniessen, was der Herbst zu bieten hat.



Wer stottert, ist zu angespannt. Im Camp lernen die Jugendlichen, wie hier Roman Henauer mit seiner Camp-Patin Simone Hale, die Spannung spielerisch

# Schluss mit «Kay ei Papagei»

Fünf Prozent aller Menschen stottern im Lauf ihres Lebens. Weshalb sie dies tun, weiss niemand. Sicher ist: In der Schule haben es Stotterer schwer. Im Stottercamp in Tägerwilen TG lernen Kay Böhringer und Alena Bucher, wie sie mit dem Sprechproblem umgehen können.



zu verändern und abzubauen.



Kay Böhringer mit seiner Camp-Patin Michèle Lussi: In der Schule wurde Kay häufig verspottet. Dank dem Camp ist er selbstbewusster geworden. Heute rappt er sogar.



Lockerungsübungen zum Einstieg in den Tag. Das Camp findet schon zum elften Mal statt.

**S**eit acht Jahren stottert Alena Bucher aus Schönbühl BE. «Vor allem in den ersten paar Schuljahren hatte ich grosse Probleme», sagt die 13-Jährige selbstbewusst und ohne dass sie einmal stockt. Deswegen sei sie auch häufig gehänselt worden. «Das machte mich traurig.» Heute habe sie damit keine Probleme mehr. Im Gegenteil: «Ich finde es manchmal auch lustig, wenn jemand stottert.»

Die Sechstklässlerin, die vor allem dann Sprechprobleme hat,

wenn sie nervös ist, ist eines von zwei Mädchen im Stottercamp in Tägerwilen TG, veranstaltet von der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik Zürich (HfH) und der Schule für Logopädie, Freiburg (D). Im Camp, das bereits zum elften Mal stattfindet, lernen zwölf Jugendliche besser mit ihrer Behinderung umzugehen. Mit einem Mädchen-Jungen-Verhältnis von eins zu sechs repräsentieren sie in etwa das tatsächliche Geschlechterverhältnis. «Auf drei bis vier stotternde Knaben kommt

ein Mädchen», sagt Experte und Campleiter Wolfgang G. Braun von der HfH, der seit 25 Jahren betroffene Kinder betreut.

Und Stottern ist gar nicht so selten: Ungefähr fünf Prozent aller Menschen stottern irgendwann im Laufe ihres Lebens, viele davon nur eine kurze Phase in der Kindheit. Bei etwa einem Prozent bleibt das Stottern lebenslang bestehen. «Woran das liegt, weiss man nicht», bedauert Braun. Aber es tritt in allen Sprachen und Kulturen gleichermassen auf.

Auch die genaue Ursache des Stotterns ist nicht bekannt. Doch verwundert es nicht, wenn man bedenkt, welche komplexen Vorgänge sich beim Sprechen abspielen. Sprache entsteht durch ein genau abgestimmtes Zusammenspiel von Muskeln, Knochen, Bindegewebe, Zahnstellung und Form der Stimmbänder. «Allein um den Laut A zu formen, benötigen wir gut 160 Muskeln», betont Braun. Und das Zusammenspiel dieser Muskeln muss in Milli- → sekunden vom Gehirn ge-

➔ steuert werden. Und genau da vermuten Fachleute die Ursache für die Sprachstörung: Die Reizweiterleitung im Hirn funktioniert bei stotternden Menschen nicht ideal. Es ist wie ein momentaner Kontrollverlust. Und der Versuch des Gehirns, diese Störung zu kompensieren, drückt sich in Form von Stottern aus.

**Beim Singen oder Rappen fließen die Worte tadellos**

Der 15-jährige Kay Böhringer aus Schwerzenbach ZH schlug sich im wahrsten Sinn des Worts stumm durch seine Schulzeit: Er schlug um sich, wenn ihm die ganze Hänselei wegen der Sprachstörung zu viel wurde. «Ich meldete mich nie in der Schule, auch wenn ich die Lösung wusste», sagt er, der bis in die sechste Klasse wegen seines Stotterns stark ausgelacht wurde und entsprechend schüchtern war. «Kay ei Papagei», musste er

sich anhören. Eine Therapie wollte er dennoch nicht machen. Er fand das unnötig. «Ich stottere vor allem am Satzanfang oder am Telefon, wenn ich fremde Leute etwas fragen muss», erklärt er sein Leiden. «Und das könnte sich vor allem in der jetzigen Lebensphase zu einem Problem entwickeln», befürchtet Kay Böhringer. Er ist auf der Suche nach einer Lehrstelle und da müsse er auch hin und wieder telefonieren. «Meine Favoritenberufe sind Grafiker oder Goldschmied.» Also Berufe, in denen er sich ohne Worte ausdrücken kann.

Den meisten Stotterern verschlägt es die Sprache nur im normalen Gespräch. Sprechen sie hingegen zu Tieren, singen sie oder verstellen sie ihre Stimme, fliesst es tadellos. So finden sich viele Stotterer auf der Bühne – sei es als Sänger oder Schauspieler. Kay Böhringer zum ➔



**«Ich stottere, na und!»**

Franklin Ukay (14), St. Gallen



**«Ich stottere seit einer Zeckenimpfung in der zweiten Klasse»**

Roman Henauer (17), Kesswil TG



**«Ich stottere, wenn ich nicht genau an meine Sache denke oder nicht darauf bedacht bin, nicht zu stottern.»**

Luca Kolar (13), Eich LU

Anzeige

**CORNATUR**

Alle Cornatur-Produkte tragen das Europäische Vegetarismus-Label.



Neues aus der **Cornatur-Küche!**

Entdecken Sie zwei kulinarische Neuheiten aus dem vegetarischen Cornatur-Sortiment. Ab sofort in allen grösseren Migros-Filialen erhältlich mit Cumulus-Aktion gültig vom 6.9. bis 19.9.2011.

Weitere Informationen unter [www.cornatur.ch](http://www.cornatur.ch)

**Leckeres Gemüseplätzli mediterran**  
180 g, CHF 3.60

**Würzige Weizen-Bällchen mit Tomatenfüllung**  
250 g, CHF 5.90



Cornatur gibts in Ihrer Migros

## DAS SAGT DER EXPERTE



Stotter-Experte Wolfgang G. Braun (49), Balgach SG

## «Wir geben den Kindern Selbstvertrauen»

**Sie leiten jedes Jahr ein Stottercamp, in dem Sie zwölf Jugendliche intensiv betreuen und therapieren. Was bringt diese Woche, Wolfgang G. Braun?**

Die Jugendlichen sollen sich eine Woche lang mit anderen ebenfalls stotternden Jugendlichen austauschen können und so sehen, dass sie nicht allein sind. Es hilft ihnen, sich nicht gegen das Stottern zu wehren, also von einem harten gepressten Stottern zu einem fließenden und selbstverständlichen Stottern zu finden. Tatsächlich verlassen die Kinder das Camp jeweils mit viel Selbstvertrauen, und das hilft schon sehr.

**Sind die Kinder nach einer Woche geheilt?**

Nein. Wir machen auch keine Heilsversprechen. Aber wir geben den Kindern so viel Selbstvertrauen mit, dass sie ihr Stottern akzeptieren und sich zum Beispiel getrauen, sich in der Schule zu melden oder mit fremden Leuten zu reden. Einige sprechen tatsächlich nach dem Camp so fließend, dass nur ein Experte hört, dass da jemand stottert. Den Therapieerfolg messen wir auch nicht daran, wie flüssig jemand spricht, sondern anhand der Verbesserung gegenüber der Ausgangslage und der weiteren Entwicklung nach dem Camp.

**Welches sind die Ursachen für das Stottern?**

Das wissen wir bis heute nicht wirklich. Aber es gibt mehrere zusammenwirkende Gründe. So kann es sich um eine Muskelblockade handeln, aber auch um ein sprachliches Problem wie Wortfindungs-

schwierigkeiten. Oder psychische Auslöser wie ein Umzug, die Geburt eines Geschwisters oder die Trennung von Vater oder Mutter.

**Ist stottern vererbbar?**

Die Veranlagung für das Stottern kann tatsächlich genetisch bedingt sein. Wenn also ein Elternteil oder Grosselternteil stottert, ist die Wahrscheinlichkeit da, dass auch ein Kind stottert. Aber dazu braucht es mehr.

**Verschwindet das Stottern, wenn das Kind erwachsen wird?**

Nein, Stottern wächst sich nicht aus. Aber je früher man mit einer Therapie beginnt, desto besser sind die Chancen, dass man das Stottern so hinbekommt, dass es praktisch nicht mehr hörbar ist.

**Hier im Camp sind Jugendliche, deren Stottern während der Therapie kaum wahrnehmbar war. Wenn man sie dagegen anspricht, kommt kaum ein Wort heraus. Woran liegt das?**

Stottern ist sehr stark situationsabhängig. In einem geschützten Rahmen, wie in der Therapie, oder in einer sprachlich klar umrissenen Situation können die Jugendlichen schnell fließend sprechen. Im Gespräch mit einem Fremden ist die Situation jedoch ganz anders. Da setzen sie sich selber unter Stress, alles tadellos machen zu wollen, und schon stockt der Sprechprozess wieder. Daher üben wir auch viel mit Alltagssituationen wie Einkaufen.



**«Ich stottere überhaupt nicht mehr.»**

Kilian Schwizer (16), Grabs SG



**«Ich stottere und das nervt mich.»**

Mathieu Jenni (16), Gelterkinden BL

➔ Beispiel rappt («Rappen ist ja nichts anderes als Sprechen im Takt»), und Alena Bucher findet ihre Bestätigung ebenfalls auf der Bühne oder als Journalistin. Sie spielt im Schultheater und schreibt für eine Online-Kinderzeitung.

Dennoch müssen sich die beiden wohl darauf einstellen, dass das Stottern sie ein Leben lang begleitet. Denn besteht das Leiden bis zur Pubertät, bleibt die Störung erfahrungsgemäss ein Leben lang bestehen.

Langjährige Stotterer vermeiden deshalb oft bestimmte Laute und Wörter. Sie versuchen, ihre Sätze so aufzubauen, dass sie stotteranfällige Passagen umgehen können. «Wenn früher ein Wort im Hals stecken blieb, drückte ich einfach dagegen, verkrampfte mich völlig, weil ich es unbedingt rauspressen wollte», beschreibt Kay seine Fortschritte im Camp.

«Heute entspanne ich mich und lasse es einfach fließen, oder ich suche ein anderes Wort.»

Das sieht auch Wolfgang Braun: «Kay ist das zweite Mal im Camp. Letztes Jahr war er die ersten paar Tage stumm», sagt er. «In diesem Jahr ist er viel offener, ist humorvoll und macht Witze.» Alena kam bereits voller Selbstbewusstsein ins Camp. «Und sie hat nochmals Fortschritte gemacht», so Braun. Sie selber beschreibt es so: «Ich stottere, aber ich leide nicht mehr darunter.»

Texte Thomas Vogel

Bilder Andreas Eggenberger



www.migrosmagazin.ch

Stottern oder Sprechweise ändern? Behandlungsmethoden und mögliche Gründe.

## Zeit, Ruhe, Zurückhaltung – wie

**Tipps für Eltern von stotternden Kindern von Experte Wolfgang G. Braun (siehe auch Interview links).**

➔ Das Wichtigste ist, **was** Ihr Kind Ihnen erzählen will, und **nicht, wie** es das macht.

➔ **Geben Sie dem Kind Zeit** und sorgen Sie für eine ruhige Gesprächsatmosphäre.

➔ Bei Verunsicherung **holen Sie frühzeitig Rat von Fachleuten** wie Logopädinnen ein. Auf keinen Fall darauf vertrauen, dass sich das Stottern von allein bessert.

➔ **Beenden Sie nie einen Satz** für ein Kind, auch wenn es stottert.

➔ **Geben Sie keine gut gemeinten Ratschläge** wie «Hol tief Luft!», «Überleg erst, dann rede» oder «sprich langsam!»; solche Ratschlä-



Franklin Ukay sägt ein Brett zurecht: Beim Bau eines Baumhauses gibt es viele Kommunikationsgelegenheiten – ein hervorragendes Übungsfeld.

**«Früher wurde ich wegen meines Stotterns oft gehänselt. Das machte mich traurig.»**

Alena Bucher (13), Schönbühl BE

## Eltern helfen können

ge verunsichern das Kind nur. Und je mehr es gegen sein Stottern kämpft, um so stärker stottert es.  
 → Achten Sie auf Ihre eigene Sprache wie zum Beispiel das **Sprechtempo** und beim Vorlesen und Erzählen auf ausgeprägte **Betonung**.  
 → **Lassen Sie Ihr Kind sprechen** und halten Sie so die Freude am Sprechen aufrecht.

→ **Tabuisieren Sie das Stottern nicht**, aber dramatisieren Sie es auch nicht. Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber.  
 → Wichtig ist, dass Sie das Kind mit seiner Sprechweise akzeptieren und dem Kind das Gefühl geben, **«zu stottern ist okay»**.  
 → Halten Sie, während es spricht, immer **Blickkontakt**.

**Unter folgenden Adressen finden Eltern und Betroffene Hilfe:**  
 – [www.versta.ch](http://www.versta.ch) Vereinigung für Stotternde und Angehörige  
 – [www.stotterinfo.ch](http://www.stotterinfo.ch) Orientierungshilfen für das schulische Umfeld  
 – [www.kindersprache.ch](http://www.kindersprache.ch) für Eltern von Kindern zwischen 0 und 6 Jahren  
 – <http://home.datacomm.ch/stottern/stottern.shtml> Selbsthilfegruppe für Stotternde

## Berühmte Stotterer



**Bruce Willis** (56), Filmschauspieler. Das Theaterspielen war dem Actionstar als Therapie gegen das Stottern empfohlen worden.



**Marilyn Monroe** (1926–1962), Schauspielerin und Sexsymbol, verwendete ihr verhauchtes Sprechen, um ihr Stottern zu verbergen.



**Nicole Kidman** (44), Schauspielerin. Als Kind sei ihr immer gesagt worden: «Beruhige dich und denk nach, was du sagen willst.» Das habe ihr geholfen, das kindliche Stottern zu überwinden.



**Isaac Newton** (1643–1727), englischer Physiker und Mathematiker, Philosoph, Genie, Entdecker der Schwerkraft.



**Anthony Hopkins** (73), englischer Schauspieler, war in der Schule aufgrund seines Stotterns so schüchtern, dass er nicht mit Leuten sprach.



Schauspielerin **Julia Roberts** (44) scheint das Stottern im Blut zu haben, denn auch ihr Bruder Eric Roberts (55), ebenfalls Schauspieler, stottert hin und wieder.



**George VI** (1895–1952), König von England von 1937 bis 1952, Vater von Königin Elizabeth II, stotterte seit seiner Kindheit. Der mit vier Oscars ausgezeichnete Film «The King's Speech» machte seine Geschichte einem breiten Publikum bekannt.