



Telefonate sind eine Qual, der Brötchenkauf wird zur Belastungsprobe – was anderen leichtfällt, ist für Menschen, die stottern, purer Stress. Dass sich das sprachliche Handicap überwinden lässt, zeigt die Kasseler Stottertherapie, deren Wirksamkeit wissenschaftlich belegt ist. Wie sie funktioniert, haben **Ulrich P. Schäfer** (Text) und **Marc-Steffen Unger** (Fotos) beobachtet.

Endlich flüssig

Arbeiten Sie zufällig an der Rezeption eines Hotels im Gewerbegebiet am Stadtrand? Oder sind Sie Inhaber eines Elektrogerätegeschäfts? Und haben Sie in letzter Zeit den Anruf eines sehr höflichen Interessenten erhalten, der irgendwie ungewöhnlich klingt? Wie soll ich sagen – ein bisschen so, als würde ein Lautstärkeregel am Telefon immer wieder auf- und zugehört? Ja? Dann waren Sie, ohne es zu wissen, Teil einer Transferübung der Kasseler Stottertherapie. Herzlichen Dank fürs Mitmachen! Möchten Sie mehr darüber erfahren?

Ortstermin bei einem Kurs der Kasseler Stottertherapie im Berliner Stadtteil Schmöckwitz. Montagmorgen, erster Tag. Die Therapeuten, die klinische Linguistin Marion Zielinski und der Logopäde Julian Trantel, sehen in viele skeptische Gesichter. Die acht Teilnehmer, sechs Männer und zwei Frauen, alle um die 20, stellen sich vor. Das Spektrum der Symptome ist breit. Korinna plaudert scheinbar unbefangen los. Oliver setzt an: „Ich bin der“, dann schließt er die Augen und presst die Lippen zusammen, damit die nicht mehr zittern. Alle warten geduldig, bis er seinen Namen herausbekommt. Cindy fängt mit einer Geste an, die zeigt „Das wird wohl nichts“, spricht trotzdem und quält sich sehr. Patrick erzählt später, dass dies seine zehnte Therapie ist. Akupunktur, Hypnose und all die anderen waren vergebens, denkt er – warum sollte ausgerechnet diese helfen?

Den schwierigen Wörtern gestellt. Der erste Tag dient der Bestandsaufnahme. Die „Klienten“ lesen einen Text vor, führen Telefonate (befragen zum Beispiel einen Hotelportier über die Hochzeitssuite) und stellen Passanten Fragen wie „Können Sie sich einen stotternden Vorgesetzten vorstellen?“ Am vorletzten Tag des 14-tägigen Kurses werden sie diese Übungen wiederholen und erhebliche Unterschiede feststellen. Aber das ist noch un-

endlich weit entfernt. Beim Telefonat („Kann man das neue iPhone auch auf Raten kaufen?“) wird deutlich, wie Oliver bisher mit seinem Stottern umgegangen ist: Er baut kleine Worte ein, die ihm leichtfallen, wie „alles klar“, „genau“, „richtig“, „ach so“. So bleibt er trotz Blockaden sozusagen im Gespräch. Dann folgt eine Leseübung mit einem anspruchsvollen Text über das bäuerliche Leben im Mittelalter. Oliver braucht für die DIN-A4-Seite endlos lange zwölf Minuten und 30 Sekunden: „Beim Lesen muss ich die Wörter so nehmen, wie sie dastehen. Da komme ich dann nicht mehr drum herum.“

Genetische Ursachen ausgemacht. Warum jemand stottert? Vererbung spielt eine große Rolle; die Wissenschaftler glauben, dass die Sprachstörung zu 70 Prozent genetisch bedingt ist. Einzelne Kindheitsereignisse (Trennung der Eltern, ein Sturz vom Klettergerüst) können die Störung auslösen, aber sie sind nicht die Ursache, sind sich die Wissenschaftler heute sicher. Stottern ist eine Kommunikationsstörung, und die Art, wie Lehrer, Mitschüler, Verwandte, die Verkäuferin in der Bäckerei

Webtipps

Experten schätzen, dass es mehr als 200 Therapieansätze für Stotterer gibt. Für Betroffene oder Eltern stotternder Kinder ist es da sehr schwer, einen Überblick zu gewinnen. Die Homepage der **Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V.** hilft mit Informationen rund um das Stottern, Therapien und Rechte der Betroffenen – zum Beispiel das Recht auf „Nachteilsausgleich“ für stotternde Schüler: www.bvss.de

Die **Kasseler Stottertherapie** ist ein anerkanntes Heilverfahren. Vorbild ist das Precision Fluency Shaping Program von Ronald Webster. Alexander Wolff von Gutenberg hat es an der Uni Kassel erprobt und weiterentwickelt. Alles über die Kasseler Stottertherapie: www.kasseler-stottertherapie.de



Der Sprung ins kalte Wasser: Oliver erkundigt sich bei einem Berliner Hotel nach den Zimmerpreisen. Therapeut Julian Trantel hört im Hintergrund gespannt zu.

und der Mann am Zeitungskiosk auf den stotternden, vielleicht sogar grimassierenden Grundschüler reagieren, hat einen starken Einfluss auf das Ausmaß dieser Störung: Sie können Ängste auslösen und das Stottern verstärken, wodurch noch größere Ängste ausgelöst werden, eine Spirale des Schreckens – bis der Stotternde vielleicht eine Strategie entwickelt, mit der er diese unangenehmen Situationen umgehen und seine Probleme verdrängen kann: durch das Vermeiden problematischer Wörter (er bestellt Lasagne statt Pizza Capricciosa), durch die Wahl eines geeignet erscheinenden Berufs oder einfach durch Schweigen. Auch deshalb kommen Stotterer im öffentlichen Leben kaum vor. Das gilt auch für ernsthafte Fernseh-Rollen. Eine Ausnahme ist Hajo Scholz, der seit 21 Jahren in der ARD-„Lindenstraße“ wohnt und von Knut Hinz gespielt wird (siehe Interview auf Seite 38).

Gehirnfunktionen sind gestört. Nach Expertenschätzungen sind 800.000 Menschen in Deutschland betroffen, erheblich mehr Jungen und Männer als Mädchen und Frauen. Fest steht, dass bei Stotterern die Funktion des Gehirns gestört ist, die das komplizierte Zusammenspiel von Atmung, Artikulation und Feedback steuert. Damit auch nur ein einziges Wort gesprochen werden kann, müssen wir ausatmen und gleichzeitig mehr als einhundert Muskeln korrekt einsetzen, die Stimmlippen des Kehlkopfs, die Zunge und die Unterlippe – um nur mal die wichtigsten Beteiligten zu nennen. Wenn wir alles richtig gemacht haben, entstehen Laute, die ein Wort und einen Sinn ergeben. Das kontrollieren wir unmittelbar, indem wir uns selbst sprechen hören.

Es leuchtet ein, dass bei diesem Vorgang einiges schief laufen kann. Das fängt bei der richtigen Atmung an – es gibt Anbieter von Anti-Stotter-Trainings, die sich ganz darauf konzentrieren, das Zwerchfell korrekt einzusetzen. Die Artikulation ist ziemlich knifflig. Und auch die Selbstkontrolle des Gesprochenen ist nicht zu unterschätzen. Wer den Film „The King’s Speech“ gesehen hat, erinnert sich vielleicht an die Szene, in der der spätere König Georg VI. von seinem Therapeuten genötigt wird, Hamlets Monolog vorzulesen, während er über Kopfhörer dem ohrenbetäubenden Lärm eines Grammofons ausgesetzt wird. Er liest flüssig. Studien berichten von Stotterern, die ihr Gehör

verlieren und danach flüssig sprechen können. Das ist natürlich keine Alternative, so wenig wie ständiges Singen (dafür ist ein anderer Teil des Gehirns zuständig).

Bleibt die harte Arbeit an den gestörten Teilfunktionen, bei der Kasseler Stottertherapie zwei Wochen lang täglich elf Stunden. An jedem Morgen gehen die Teilnehmer an den Steg, der auf den Zeuthener See hinausführt, und bereiten sich mit Atemübungen (das Zwerchfell einsetzen!) und Lockerungen der Muskulatur (auch des Gesichts) auf den Tag vor. Sie werden danach in der Gruppe mehr über das Stottern lernen und gemeinsam üben und regelmäßig auf ihren schmucklosen Zimmern am PC das „weiche Sprechen“ trainieren.

Langsames Sprechen trainiert. Bei dieser neuen, in den ersten Tagen zu erlernenden Technik werden Vokale und Konsonanten am Silbenanfang nicht gleich mit voller Wucht geformt. Die Vokale werden sozusagen langsam aufgedreht, mit wachsender Lautstärke. Alle Konsonanten, die dehnbar sind, das „m“ zum Beispiel und das „w“, werden gedehnt. Und die Konsonanten, bei denen das nicht funktioniert, Verschlusslaute zum Beispiel wie „b“ und „t“, werden nur angedeutet. Später werden Silben- und Wortübergänge nach Möglichkeit so verschliffen, dass sich ein verbundenes Sprechen ergibt, bei dem möglichst selten neu angesetzt werden muss.

Das klingt, vor allem am Anfang, recht seltsam. Besonders in den ersten Tagen, wenn die Sprechgeschwindigkeit radikal reduziert wird und Teilnehmer wie Therapeuten nie mehr als eine Silbe auf einmal von sich geben. Korinna erinnert sich: „Wir ... spr ... chen ... Wort ... für ... Wort. Die Vokale und Konsonanten haben wir bis zum Horizont gedehnt.“ Das fiel der Studentin besonders schwer: „Sprechen bedeutete für mich bisher einen ewigen Wettlauf mit dem Stottern. Sprachlich





Einen Vortrag schreiben und am nächsten Tag halten – das gehört ebenso zur Therapie von Cindy und Oliver ...



... wie Lockerungs- und Atemübungen für mehr Körperbewusstsein.



war ich ständig auf der Rennstrecke.“

Bei Patrick, dem therapeutischen Skeptiker, hat es nach einem stotterfreien Telefonat mit seinem Vater „Klick gemacht, und ich dachte: Alter, du bist hier bei was Großem dabei. Hätte ich die Therapie vorher gemacht, hätte ich ein viel besseres Abi bauen können.“ Das war nach der ersten Woche. Nach und nach wird seine Sprechweise an Natürlichkeit gewinnen; noch ermahnt ihn Cindy: „Du musst langsamer sprechen.“

Mehr als 1.200 Menschen haben die Kasseler Stottertherapie bis heute absolviert. Dr. Alexander Wolff von Gutenberg, Erfinder der Therapie und selbst Betroffener, macht beim Informationstag in seinem Bad Emstaler Institut keinen Hehl daraus, dass Stottern allenfalls heilbar ist, wenn Kinder rechtzeitig, und das heißt im Kindergartenalter, therapiert werden. Danach kann es nur noch darum gehen, das Stottern in den Griff zu bekommen.

Übungssoftware für zu Hause. Alexander Wolff von Gutenberg, Jahrgang 1957, stottert seit 1961 und absolvierte in 25 Jahren zwölf Therapien. Er musste auch erleben, dass die Toleranz in medizinischen Berufen nicht ausgeprägter ist als sonst in der Gesellschaft. Als Medizinstudent verbrachte er 1985 einen Teil des Praktischen Jahres lieber im südafrikanischen Soweto: „Die damalige Erklärung des Ausnahmezustandes in Soweto war nicht so angsteinflößend wie die Aussicht, in normalen Kliniksituationen an der Medizinischen Hochschule Hannover sprechen zu müssen.“ Immer wieder wurde er während des Studiums von leitenden Medizinerinnen beiseitegenommen und wohlmeinend gefragt: „Sie wollen wirklich Arzt werden?“ Endlich lernte er in den USA die sprechmotorische Intensivtherapie (Precision Fluency Shaping Program) kennen, die er aber mangels Nachsorge

zweimal wiederholen musste. Wäre es nicht gut, überlegte Wolff von Gutenberg, wenn es eine Übungssoftware für zu Hause gäbe, die dabei hilft, Rückfälle zu vermeiden? 1994 verbrachte er sechs Monate an der Hebräischen Universität in Jerusalem, um eine israelische Software ins Deutsche zu übersetzen und anzupassen. Die Software, mehrfach überarbeitet und erweitert, heißt heute „flunatic!“ und ist Kern der Arbeit am Institut der Kasseler Stottertherapie, das Wolff von Gutenberg, inzwischen Facharzt für Allgemeinmedizin, Stimm- und Sprachstörungen, im Sommer 1999 gründete.

Mehr als 5.000 Übungen umfasst „flunatic!“, vom einfachen Vokal bis zum ganzen Satz. Den vorgegebenen Text, zum Beispiel das Wörtchen „und“, spricht der Übende in ein Mikrofon; auf dem Bildschirm wird dann die Aussprache als Kurve dargestellt und angezeigt, ob der Text wirklich „weich“ gesprochen wurde. Auch eigene Texte, zum Beispiel Referate für die Schule, können eingegeben werden. Die Software erfasst auch die Übungszeiten zu Hause. Nur wer regelmäßig und intensiv übt, erhält die Kosten der Software von der Krankenkasse erstattet.

Raus ins Leben. Die neue Art zu sprechen nutzt nichts, wenn sie nicht in den Alltag übertragen wird. Die Teilnehmer testen die

Was die Kasseler Stottertherapie ausmacht

- Die Kasseler Stottertherapie ist wissenschaftlich evaluiert; ihre Wirksamkeit ist nachgewiesen.
- Sie ist „multidimensional“: Die Teilnehmer lernen eine neue Art zu sprechen; gleichzeitig reduzieren Übungen in realen Situationen die Angst vor dem Sprechen.
- Unter ärztlicher Leitung betreuen Fachkräfte kleine Gruppen.
- Die Nachsorge ist gesichert.
- Das Üben am PC zu Hause wird kontrolliert, und nur wer regelmäßig intensiv übt, bekommt die Software-Kosten von der AOK erstattet.
- Und, nicht zuletzt, fast alle Teilnehmer benötigen keine weiteren Therapieversuche mehr.

Die AOKs übernehmen die Kosten der Kasseler Stottertherapie als ergänzende Leistung zur Rehabilitation auf Grundlage des Paragraphen 43 Absatz 1 Nummer 1 Sozialgesetzbuch V.



Ob Einkauf in der Apotheke oder Umfrage auf der Straße: Patrick und Korinna überwinden ihre Angst vorm Reden und gehen auf Menschen zu.



neu erlernte Sprechweise in alltäglichen Situationen. Sie erleben, dass sie ihr Sprechen kontrollieren können und bauen so ihre Ängste ab. Der Effekt ist ähnlich wie bei dem „Nichtvermeidungsansatz“, den der Amerikaner Charles Van Riper für die Stottertherapie formulierte.

Wirkung belegt. Deshalb telefonieren die Kursteilnehmer regelmäßig und gehen nach draußen, um zum Beispiel in Läden Verkäufer in ein Gespräch zu verwickeln. Am Ende der zweiten Woche halten sie Vorträge vor Schülern einer Logopädie-Schule. Diese Aktivitäten werden aufgezeichnet und ausgewertet. Professor Harald Euler von der Universität Kassel hat in einer Langzeitstudie die Effektivität der Kasseler Stottertherapie

„Im vertrauten Kreis reduziert sich das Stottern“



Knut Hinz

spielt seit 21 Jahren in der ARD-Serie „Lindenstraße“ die Rolle des Hajo Scholz. Hajo Scholz brachte, als er in Folge 241 in die Lindenstraße zog, ein Handicap mit: Er stottert.

G+G: Welche Rolle spielt das Stottern im Leben des Hajo Scholz?

Hinz: Am Anfang, als er neu in die Lindenstraße kam, hat Hajo Scholz mehr gestottert als heute, weil er niemanden kannte und nicht wusste, wie er mit den Leuten umgehen sollte. Wenn er heute im vertrauten Kreis ist, reduziert sich das natürlich ein bisschen, weil er sich sicher fühlt, die Anspannung nicht so hoch ist und weil nicht jedes Wort auf die Goldwaage gelegt wird. Er stottert immer dann, wenn er sich überfordert fühlt. Und weil er schneller denkt, als er reden kann.

Dieses Handicap ist darauf begrenzt, dass er in Gesellschaft nicht so unbefangen auftreten kann. Er nimmt an allem teil, er gehört zum Stammtisch dazu, er treibt Sport mit Freunden, er hat seine Beziehungen und ist dabei ein ganz

normaler Mensch, der halt nur dieses eine Handicap hat, dass er einfach nicht flüssig reden kann. Wenn er am Stammtisch eine Ansprache hält, dann stottert er eben manchmal dabei. Der ist einfach so.

G+G: Wie bauen Sie das Stottern in Ihre Darstellung der Rolle ein?

Hinz: Ich wollte nie, dass diese Figur zur komischen Figur wird. Man könnte den Stotterer ja auch spielen wie einen Trottel. Aber einen Menschen zeigen, der immer wieder in komische Situationen kommt, weil er stottert – das wollten wir nie, die Dramaturgen nicht und die Autoren, die Szenen für diese Figur schreiben, und ich auch nicht. Die Komik – wenn sie überhaupt entsteht – ergibt sich durch die Situation. Wenn Hajo Scholz einen Fehler macht, dann ist es einer, den jeder Mensch mal macht. Es sollte in meinem Beruf selbstverständlich sein, dass man versucht, einen Menschen glaubwürdig zu spielen. Aus der Sprachbehinderung eine Komik zu basteln – das würde meinem Berufsethos widersprechen.

G+G: Können Sie sich eigentlich einen stotternden Politiker vorstellen?

Hinz: Der hätte sicherlich ein Problem, seine Kernbotschaften rüberzubringen. Aber wenn es jemand ist, der was zu sagen hat – warum nicht? ■



**Patricks Selbstbewusstsein wächst:
Er sammelt Unterschriften für eine
Resolution zum „Welttag des Stotterns“.**

nachgewiesen: Der Anteil „unflüssiger“ Silben wurde ganz erheblich von durchschnittlich 14 Prozent auf vier Prozent gesenkt. 70 Prozent der Klienten sprechen auch drei Jahre nach Therapie dauerhaft flüssiger.

Professor Dr. Katrin Neumann von der Universität Frankfurt am Main hat Hirnströme von Teilnehmern der Kasseler Stottertherapie untersuchen lassen. Mithilfe der funktionellen Magnetresonanztomografie (fMRT) lässt sich abbilden, welche Hirnregionen beim Sprechen aktiviert werden. Bei Gesunden sind das Regionen in der linken Gehirnhälfte, bei Stotterern in der rechten. Absolventen der Kasseler Stottertherapie aktivieren, ähnlich wie Gesunde, die linke Hirnhälfte. Allerdings sind es nicht die gleichen Regionen; die Funktion der gestörten Bereiche werden von Nachbarregionen übernommen.

Telemedizin ist angesagt. Inzwischen arbeiten Wolff von Gutenberg und sein Team gemeinsam mit dem IT-Unternehmen vitero an einer internetbasierten Plattform. Bei einer „Gruppentherapie im virtuellen Raum“ sind Therapeut und Teilnehmer dann per Mikrofon und Kamera miteinander verbunden und können sich und die anderen auf dem Bildschirm sehen und hören. Im Dezember soll ein erster Nachsorgetermin auf diese Weise durchgeführt werden. Das spart Kosten und Zeit für Anreise und Unterkunft. Wissenschaftler aus Australien und Brasilien haben schon ihr Interesse angemeldet. In großen Flächenstaaten hat das Therapeutennetz riesige Lücken, die mithilfe der Plattform geschlossen werden könnten.

Die Nachsorge im Rahmen der Kasseler Stottertherapie erstreckt sich über ein Jahr. Eine dreitägige Nachbereitung findet einen Monat nach dem Intensivkurs statt, weitere dreitägige Auffrischkurse folgen nach fünf und zehn Monaten. Es gibt Kurse für Jugendliche ab 13 und Erwachsene, Kurse für Kinder ab neun und auch „Franka“, für Kinder ab sechs: eine Woche mit Vater oder Mutter acht Stunden am Tag Sprachspiele, Übungen und die kindgerechte Software „flunatic junior“; auch hier gehören Auffrischkurse dazu.

Die Umwelt kann übrigens das Ihre tun, den Stotterern zu helfen: Blickkontakt halten, Geduld zeigen, nicht ins Wort

fallen, Sätze nicht ergänzen. Wolff von Gutenberg sieht allerdings trotz des Erfolgs von „The King’s Speech“ keinen Grund zur Euphorie: „Ich kann nicht entdecken, dass die Gesellschaft sehr viel toleranter geworden ist.“

Beim Angehörigennachmittag am Ende des Kurses zeigen die Teilnehmer in kleinen Vorträgen, was sie gelernt haben. Zum Vergleich gibt es das Video vom ersten Tag. Der Unterschied ist so groß, dass dabei auch manches Tränchen fließt. Oliver ist jetzt optimistisch. Den Text über die Bauern im Mittelalter hat er in weniger als drei Minuten zu Ende gelesen. Er schafft sich gerade ein zweites berufliches Standbein als zertifizierter Altersvorsorgespezialist. Sein nächster Schritt: Er will sich seinem Versicherungsunternehmen als Dozent zur Verfügung stellen. „Der Kurs hat mir Selbstbewusstsein und Kraft verliehen. Es ist ein super schönes Gefühl, auf Menschen zugehen zu können.“ Aber er verspricht auch: „Ich werde täglich üben.“

Die Angst ist weg. Cindys Aufgabe am Telefon war es am ersten Tag, sich in einem Möbelgeschäft nach einem Schreibtisch zu erkundigen. Auf dem Video ist zu sehen, wie sie sich quälen musste. An den „Is“ und „Äs“ würgt sie ganz schön herum, mit dem Wörtchen „naja“ versucht sie hektisch, in den Sprach-Fluss zu kommen, aber spätestens beim dritten „naja“ im Satz fällt jedem auf, dass hier eine junge Frau Probleme hat. Als sie das Video sieht, legt Cindys Mutter ihr die Hand mitfühlend auf die Schulter.

Dann geht Cindy nach vorn und beginnt, betont langsam und weich zu sprechen. „In der ersten Woche gab es Höhen und Tiefen. Als ich das Video ansah, fand ich es schlimm, mich so sehen zu müssen. Da ist auch manche Träne geflossen. Aber später war es dann fantastisch. Es war ein richtiges Glücksgefühl. Nach der zweiten Woche Kasseler Stottertherapie kann ich sagen: Ich telefoniere gerne.“ Die Runde applaudiert, Cindy nimmt Platz, und wieder legt ihr die Mutter die Hand auf die Schulter. Aber diesmal ist sie einfach stolz. ■

Dr. Ulrich P. Schäfer schreibt regelmäßig für G+G.

Marc-Steffen Unger ist freier Fotojournalist in Berlin.