

Van stotteren naar vloeiend spreken

Ongeveer 175.000 volwassen Nederlanders stotteren. Ze hebben moeite met de timing van hun spreekbewegingen waardoor klanken en lettergrepen worden herhaald of verlengd. Vaak belemmert stotteren het sociale leven. Mensen ondervinden problemen bij sollicitaties en het maken van sociale contacten. Stotteren hoeft succes echter niet in de weg te staan.

DOOR JUDITH KLOPPENBURG

Rust

De exacte oorzaak van stotteren is nog niet wetenschappelijk achterhaald. Er zijn aanwijzingen dat een coördinatiestoornis in de hersenen veroorzaakt dat mensen niet altijd vloeiend kunnen spreken. Niet alle mensen die gevoelig zijn voor stotteren gaan ook stotteren. „Stotteren speelt meestal op bij jonge kinderen die een stresssituatie ervaren”, vertelt Mark Pertijs, logopedist en docent logopedie aan de Hogeschool Utrecht. „Dit kan een spannende of opwindende gebeurtenis zijn, een onrustige leefomgeving, of als het kind sneller wil spreken dan het vloeiend kan. Individuele aandacht en voldoende rust zijn dan ook belangrijk voor peuters en kleuters.” Ongeveer 80 procent

van de kinderen groeit, al dan niet met therapie, over stotteren heen.

Verschillende vormen

Er zijn verschillende therapievormen beschikbaar en het is per persoon verschillend welke vorm het meest geschikt is. Pertijs: „Kort samengevat zorgen bijna alle therapievormen ervoor dat de spanning tijdens het spreken afneemt en de coördinatie van het spreken wordt verbeterd, vaak door het spreektempo te verlagen.” Er is ook verschil in therapie voor kinderen en therapie voor volwassenen. Bij kinderen leren ouders hoe zij hun kind kunnen helpen om vloeiender te spreken. Bij volwassenen bevat de therapie behalve spreektechnieken ook aan-

dacht voor emoties, gedachten over het spreken en communicatietraining. Het stotteren heeft immers al jaren impact op het leven.

Elektronische apparaten

Rond 400 voor Christus dacht Socrates overigens al de oplossing voor stotteren te hebben gevonden; hij gaf mensen die stotterden het advies naar het strand te gaan en een schelp tegen het oor te houden. Door het lawaai van de brekende golven zou de spraak van de stotteraar vloeiender worden. Tegenwoordig zijn er naast therapieën ook draagbare elektronische apparaten verkrijgbaar die het stotteren kunnen verminderen. In de loop der jaren hebben deze zich ontwik-

keld van formaat mobiele telefoon tot een bijna onzichtbaar hoortoestel. „De apparaten nemen de stem van de stotteraar op, vertragen het geluid met een fractie van een seconde en laten de spraak met een andere toon weer horen. Hierdoor kan het stotteren verminderen.”, legt Pertijs uit. De stotteraar hoort zichzelf dus, net als bij de schelp van Socrates, anders terug.

Onder controle

Het volgen van spraaktherapie en het gebruik van elektronische apparaten garanderen niet dat het stotteren volledig overgaat, maar met behulp van deze middelen kunnen de gevolgen van het spraakprobleem wel worden verminderd. Stotteren hoeft een gelukkig sociaal leven of

een succesvolle carrière niet in de weg te staan. Hoe eerder men deskundige hulp zoekt, hoe groter de kans is dat de invloed van het stotteren beperkt blijft.

 **Meer informatie:**
www.stotteren.nl

Beroemde stotteraars:

Bruce Willis
Tom Cruise
Marilyn Monroe
Theodore Roosevelt
Charles Darwin
Aristoteles

