



## ▶ STOTTERN

### ▶ STOTTERN FESTSTELLEN

Für das weitere Vorgehen ist ein Gespräch hilfreich. Dabei möchte der Untersucher viel über das Stottern erfahren. Er erkundigt sich zudem nach Gefühlen, Belastungen, Schule, Ausbildung oder Beruf. Weitere Hinweise geben Sprechproben. Außerdem können besondere Tests und Fragebögen zum Einsatz kommen.

### ▶ BEHANDLUNG

#### Wann ist eine Behandlung nötig?

Vorschulkinder müssen nicht sofort behandelt werden. Wenn sich nach 6 bis 12 Monaten das Stottern nicht bessert, empfehlen Experten eine Therapie. Eine Behandlung soll unter anderem sofort angeboten werden, wenn Betroffene oder deren Angehörige stark leiden.

#### Welche Verfahren sind wirksam?

Als wirksam haben sich Verfahren erwiesen, bei denen man eine völlig neue Sprechweise trainiert (*Sprechstrukturierung*). Diese soll Stottern nicht aufkommen lassen. Daneben gibt es Ansätze, die das Stottern direkt verändern sollen (*Stottermodifikation*). Hier üben Betroffene eine Sprechtechnik, um auf Stottereignisse einzuwirken. Außerdem lernen sie, sich „kritischen“ Situationen zu stellen. Beide Verfahren können kombiniert werden.

Für Kinder zwischen 3 bis 6 Jahren gibt es eigene Verfahren, wie das sogenannte *Lidcombe-Programm* oder *indirekte Methoden*.

Lassen Sie sich von Ihrem Arzt oder Ihrem Therapeuten die verschiedenen Methoden mit den Vor- und Nachteilen erläutern. Gemeinsam können Sie dann entscheiden, was in Ihrem Fall am geeignetsten ist.

Wie lange eine Therapie dauert, lässt sich schwer vorhersagen. Experten empfehlen, die Behandlung zu ändern, wenn sich nach 3 Monaten das Stottern oder das begleitende Verhalten nicht bessert.

### ▶ MEHR INFORMATIONEN

#### Quellen, Methodik und weiterführende Links

Diese Patienteninformation beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen der S3-Leitlinie „Pathogenese, Diagnostik und Behandlung von Redeflussstörungen“.

Weitere Kurzinformationen für Patienten: [www.patinfo.org](http://www.patinfo.org)

Methodik und Quellen: [www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/stottern](http://www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/stottern)

1. Auflage, Juni 2017, DOI: 10.6101/AZQ/000380

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Im Auftrag von: Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV)

und Bundesärztekammer (BÄK)

Telefax: 030 4005-2555

E-Mail: [patienteninformation@azq.de](mailto:patienteninformation@azq.de)

[www.patinfo.org](http://www.patinfo.org)

[www.azq.de](http://www.azq.de)



#### Was hilft nicht?

Experten haben keine Belege gefunden, dass Medikamente, Atemtherapie, Homöopathie, Hypnose, Entspannungstechniken und Bachblütentherapie gegen Stottern wirken.

Manchmal werden Betroffenen Verfahren angeboten, die schnelle Erfolge und Heilung bei Erwachsenen versprechen. Solche Wundermittel gegen Stottern gibt es nicht.

### ▶ WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

Wichtig ist, sich klar zu machen, dass Stottern keine seelische Störung ist. Auch hat niemand Schuld daran. Es kann zudem helfen, wenn Sie offen und selbstsicher mit dem Stottern umgehen. Das kann Gespräche im Freundeskreis, in der Schule oder im Beruf für alle Seiten einfacher machen.

#### Wenn Sie selbst oder Ihr Kind betroffen sind:

- Stellen Sie sich darauf ein: Eine langfristig wirksame Behandlung braucht Zeit und Ihre Mitarbeit.
- Eine Anlaufstelle kann auch eine Selbsthilfegruppe sein. Dort können Sie sich informieren und mit anderen austauschen.

#### Als Angehöriger oder Gesprächspartner:

- Ein respektvoller Umgang sollte im Gespräch immer selbstverständlich sein.
- Halten Sie Blickkontakt, bleiben Sie geduldig und lassen Sie einen stotternden Menschen ausreden.
- Versuchen Sie nicht, Wörter oder Sätze zu Ende zu bringen.
- Stotternde Menschen bekommen häufig Ratschläge, wie „denk erst nach“ oder „sprich langsam“. Diese sind oft gut gemeint. Sie verunsichern aber die Betroffenen eher, als dass sie nutzen.

Mit freundlicher Empfehlung