



## Das Selbstbild eines Menschen ... im Falle „Stottern“

Michael Winkler, Dresden, Januar 2010 [www.lebe-dein-stottern.de](http://www.lebe-dein-stottern.de)

Hinweis: Der vorliegende Text stellt die persönlichen Ansichten des Autors dar und hat nicht den Anspruch, wissenschaftlichen Kriterien zu genügen.

Die Sprache ist ein wichtiger Bestandteil der Entwicklung eines Menschen, sei es in Form von Worten oder Tönen, Zeichen, Mimik, Gestik etc. Letztlich dient sie der Datenübermittlung. Welche Informationen, der Mensch daraus ableitet und wie er diese Informationen dann zu Wissen umwandelt, hängt von seinen geistigen Fähigkeiten ab. Über das Stottern zu sprechen oder zu schreiben ist in – mindestens – zweifacher Hinsicht interessant. Einerseits wird Stottern nur beim Sprechen hör- und sichtbar, hängt demnach unmittelbar mit Sprache und Sprechen zusammen. Andererseits sagt die Wortwahl eines Menschen bezogen auf das Stottern, ebenso einiges über seine Art des Denkens aus; sowohl auf das Stottern bezogen als auch darüber hinaus.

### Entstehung und Erweiterung der Sprachwelten

Wörter rufen gewisse Assoziationen hervor. Sie prägen unser Denken. Rückwirkend beeinflusst natürlicherweise unser Denken auch unsere Wortwahl. Die Frage, was zuerst da war – das Wort oder das Denken – kann man, wenn man das möchte, mit der Bibel beantworten („Am Anfang war das Wort“) oder erinnert sich an seine eigene Kindheit. Sprache wird erlernt und im Laufe seines Lebens kann der Mensch entscheiden, ob er bereit ist, auch andere Worte für diese oder jene Sache zu verwenden oder ob er immer denselben Begriff verwenden möchte. Begriffe helfen dabei, eine Sache zu begreifen, ihnen eine Art plastische Form zu geben, um leichter erfahren zu können, worum es sich eigentlich dreht. Dabei geht es nicht primär darum, neue Worte zu finden und die bisher verwen-

deten sofort fallen zu lassen, sondern die eigene Begriffswelt zu erweitern, d.h. statt einer entweder-oder- einen sowohl-als-auch-Weg zu wählen.

Je nach Komplexität eines Wortes gestalten sich auch die damit verbundenen Assoziationen. Wer beispielsweise das Wort „Italien“ liest oder hört, der verbindet vielleicht damit zuerst die Namen italienischer Fußballclubs oder Automarken, denkt an Pizza, Espresso, Spaghetti etc. oder sieht Venedig vor sich. Beeinflusst wird dies einerseits von den langfristigen Erfahrungen und von Dingen, die uns erst kürzlich über den Weg gelaufen sind. Durchaus können all diese Einzelbilder gleichberechtigt nebeneinander stehen. In jedem Fall formt sich alles zu einem eigenen Bild von Italien zusammen, welches sich innerhalb eines Menschen mehr oder minder häufig verändern kann. Ebenso unterscheiden sich die „Italien“-Bilder von Mensch zu Mensch.

Was das Wort „Stottern“ an betrifft, so verbinden manche nicht direkt betroffene Menschen damit vielleicht zuerst Edmund Stoiber, obwohl dieser – in den medial bekannt



Edmund Stoiber  
(\* 1941)

gemachten Phasen seiner „Wortakrobatik“ – eigentlich nicht gestottert, sondern gestammelt hat. Stoiber hatte keine Hemmungen zu sprechen oder wies eindeutige Stotterblocks auf, sondern wusste offenbar mitunter nicht genau, wie er komplexe Inhalte in einfache Worte bringen sollte bzw. umgekehrt. Andere denken vielleicht

an einen „Motor, der stottert“ oder eine „stotternde Konjunktur“.

Dass Menschen, die stottern, eine eigene, meist völlig andere und zutiefst emotional verwurzelte Vorstellung von Stottern haben und sich – zum Beispiel – rein gar nicht mit der Stoiberschen Sprechweise identifizieren können, dürfte verständlich sein. Sie erinnern sich viel mehr an die empfundene Scham während des Sprechens, die wie Minuten erscheinenden Sekunden während einer Blockade oder an konkrete Situationen, in denen das Stottern ihnen selbst und anderen gegenüber besonders unangenehm erschienen war.

### „Aggregatzustände“ des Stotterns

Seit einigen Jahrzehnten ist es in der Diskussion, ob die Bezeichnung „Stotterer“ sinnvoll ist oder nicht. Einmal abgesehen davon, dass die weibliche Form dieses Wortes vielleicht existiert, doch sehr selten verwendet wird, stellt sich die Frage, wann ein „Stotterer“ ein Stotterer ist. Ist er immer ein Stotterer oder nur, wenn er gerade hängt, blockt oder sein Stottern durch Schweigen oder mittels zahlreicher Vermeidungsstrategien vor anderen verbirgt? Was ist er in jenen Phasen, in denen er nicht spricht, gar nicht sprechen braucht oder symptomfrei ist?

Eine andere Wirkung hat das Wort „Stotternder“; nicht nur dadurch, dass es in diesem Fall auch eine passende weibliche Form – die „Stotternde“ – gibt. Es könnte zudem auch eine veränderte, spezifizierte Form des „Stotterers“ darstellen. „Stotternder“ wurde von „stotternd“ abgeleitet und bezieht sich auf konkrete Phasen der verbalen Kommunikation. Ist der „Stotternde“ außerhalb dieser Phasen ein „Stotternder“?

Eine wiederum andere Wirkung innerhalb dieser Kategorisierungen hat die Bezeichnung „stotternder Mensch“. Hierbei kommt der Mensch wortwörtlich mit ins Spiel. Er wird erstmals sicht- und hörbar, kurzum: wahrnehmbar – für sich selbst und andere.

Wie sich ein Mensch, der stottert, selbst

bezeichnet, drückt einiges über sein Selbstbild aus. Ein Mensch, der sich als „Stotterer“ charakterisiert, wird sich auch als solcher sehen, hören und empfinden. Es wird sich nicht notwendigerweise umgehend etwas in seiner Sicht auf sich selbst verändern, wenn er sich als „stotternden Menschen“ oder „Mensch, der stottert“ bezeichnet. Dies kann nur durch eine eingehende innere Veränderung geschehen. Doch allein diese Änderung der Bezeichnungs- und Sichtweise, dass er ein anderes Bild von sich und seinem Stottern, von dieser Interaktion zwischen sich selbst und dieser scheinbar unkontrollierbaren Sache – diesem etwas mystisch anmutenden „Ding“ namens Stottern – wahrnehmen kann, ist ein Auslöser für eine Veränderung, die größer ist als er (oder sie) vielleicht zunächst glauben mag.

Vergleichbar sind diese verschiedenen Selbstbilder am ehesten mit den physikalischen Aggregatzuständen: fest, flüssig, gasförmig. Während der Wechsel zwischen fest und flüssig bei Stotternden relativ häufig zu beobachten und durch Therapien recht schnell zu erreichen ist, ist eine Auflösung des Stotterns nicht allzu häufig, zumindest keine für immer anhaltende. Wenn flüssiges Stottern noch flüssiger wird, wird es sozusagen – um es mit einem Wortspiel zu sagen – „überflüssig“. Um bei dieser Analogie zu bleiben, ließe sich vielleicht auch sagen, dass mit erhöhtem Druck das Stottern automatisch fester und mit erhöhter Temperatur flüssiger oder letztlich gasförmig wird. Die metaphysische Übersetzung könnte man mit den einfachen Formeln „Mehr Entspannung“ und „Mehr Wärme zu sich selbst“ beschreiben. Da das Sprechen im gesamten Leben eine Rolle spielt, können diese Lebensmaximen zudem eine weit über das Stottern hinausgehende Bedeutung haben.

Ähnlich zur eben besprochenen Form des Stotterns dürfte es sich mit dem Selbstbild bezogen auf das Stottern, in

Form der dabei verwendeten Wortwahl, verhalten. Ist dieses Selbstbild fest und eindimensional, d.h. auf einen Begriff begrenzt, so wird sich wohl auch am Stottern selbst – trotz aller Anstrengungen und Bemühungen – wenig verändern. Bleibt das Gehirn dagegen flexibel in seiner Denkweise, kann es neben dem bestehenden Selbstbild ebenso andere wahrnehmen, akzeptieren und verinnerlichen, verändert sich auch die Art und Weise des Stotterns leichter.

### **Von persönlichen Selbstbildern und kollektiven Weltbildern**

Worte bzw. Begriffe bleiben bloße Theorie, solange sie nicht verinnerlicht werden können. Scheinbar fest stehende Selbstbilder nachhaltig zu verändern, ist wahrscheinlich genauso schwer wie an starren Weltbildern zu rütteln. Der Glaube kann bekanntlich Berge versetzen, doch genauso kann ein Glaube – meist ein Unglaube gegenüber einem anderen Glauben – Berge starr dort belassen, wo sie sind. Wie lang hatte es gedauert, bis die Menschheit mehrheitlich akzeptierte, dass die Erde rund ist und keine Scheibe?

Dogmen sind mitunter sehr langlebig. Sie leben umso länger, je weniger Menschen sich etwas anderes vorstellen wollen. Wenn sie innerlich zwar nicht wirklich zufrieden sind, doch der Ausblick in eine möglicherweise unsichere Zukunft sie in ihren Ängsten verharren lässt, so halten sie auch lieber an Dogmen fest, statt nach Alternativen zu suchen. Noch schwieriger wird es, wenn das Dogma noch nicht einmal als Dogma erkannt wurde.

Im Falle des Stotterns dient das Wort „Stotterer“ auch der Gruppenbildung. So schreiben und sprechen einige Therapeuten von „Stotterern“ und die größte Vereinigung Deutschlands, die sich mit Stottern beschäftigt, trägt das Wort gleich mit im Namen: „Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe“. Es ist schön, wenn man nach Jahren des Suchens und Zweifelns, plötzlich merkt, dass man nicht allein ist, dass es auch noch Hunderte

anderer Menschen gibt, die ähnliche Probleme haben wie man selbst hat. Einen wirklich innerlichen Zugang wird jedoch nur der – oder diejenige finden, der sich als „Stotterer“ wahrnimmt.

Doch selbst bei einer Identifikation mit einer Gruppe, wird in jedem Menschen auch immer der andere Pol – jener, der die eigene Freiheit sucht – mitschwingen. Gruppen lassen sich leichter bilden, wenn das Leid, welches vorher bestand, als man noch nicht in dieser Gruppe war, größer erschien. Sie können durchaus starke Gemeinschaftsgefühle hervorrufen, doch ebenso kann eine Gruppe auch eher in eine ungünstige Richtung laufen, wenn sich zu wenige auf ihre eigene Freiheit besinnen. Nicht selten besteht nach Jahren zwar die Gruppe noch, doch nicht mehr zu dem Zweck, der ursprünglich zu ihrer Gründung führte, sondern häufig aus Macht der Gewohnheit.

### **Von der „breiten Masse“ durch Abgrenzung zur Ausgrenzung ... und wieder zurück**

Wer sich als „Stotterer“ sieht, tendiert womöglich in eine Richtung, in der er sich selbst ausgrenzt, weil er sich sehr stark abgrenzt. Er macht bewusst einen Unterschied zwischen sich, dem „Stotterer“, und einem „Nichtstotterer“. Das ist zunächst prinzipiell kein Problem, sondern kann der Selbstfindung dienen. Wer feststellt, dass er anders ist als andere Menschen und dazu steht, der hat einen großen Schritt nach vorn gemacht. Sinnvoll ist dieser Schritt jedoch nur, wenn er sich als anders begreift und nicht als schlechter. Wer sich in seinem Selbstbild bezogen auf das eigene Sprechen als schlechter als andere sieht, der vergleicht sich mit einem Ideal, welches es so nicht gibt, denn er reduziert sein Sprechen einzig und allein auf den Parameter „Flüssigkeit“. Freilich ist diese wichtig und es ist gut, sich damit zu befassen, doch

bei genauerer Betrachtung von „Nichtstottern“ wird man bemerken, dass diese ebenso unflüssig sein können wie „Stotterer“; sie sind nur anders unflüssig. Wohin ein Vergleichen mit anderen Menschen führen kann, hat Søren Kierkegaard auf den Punkt gebracht: „Das Vergleichen ist das Ende des Glücks und der Anfang der Unzufriedenheit.“



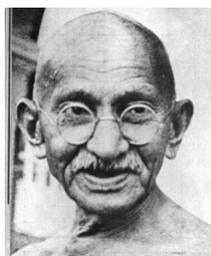
Søren Kierkegaard  
(1813-1855)

Die Abgrenzung kann ein wichtiger Schritt sein, um sich seiner selbst bewusster zu werden, wenn man denn gleichzeitig bereit ist, dieses abgrenzende Selbstbild auch wieder verändern zu können. In dem Augenblick, in dem man sich mit einem Bild angefreundet hat, ist es bereits sinnvoll, sich nach einem neuen umzusehen. Sonst werden der Freund schnell zum Feind, die Stütze zur Krücke und die rettende Insel zum Gefängnis.

Es kann durchaus hilfreich sein, sich ab und zu mit seinem Selbstbild zu befassen. Ob man dies in schriftlicher Form tut oder versucht, sein Selbstbild zu zeichnen bzw. zu malen, ist jedem selbst überlassen. Die Selbst(bild)suche ist ein ständig wähernder Prozess, der einen bis ans Lebensende begleitet und definitiv nie langweilig wird. Wer Langeweile verspürt, der kann sich sicher sein, dass sich das lieb gewordene Selbstbild gerade von einem Freund in einen „Feind“ verändern möchte. Zuerst geschehen solche Hinweise meist in netter, liebevoller Art, nach einiger Zeit sind es Winke mit dem Zaunspfahl und ab einem

gewissen Punkt spürt man dann auch körperlich, dass da etwas innerlich rumort.

„Verändere dich selbst.“, hat nicht nur Gandhi gemeint, sondern dieser Satz dürfte sich wohl in ähnlichem Wortlaut in diversen religiösen, spirituellen und teilweise auch



Mahatma Gandhi  
(1869-1948)

politischen oder wissenschaftlichen Schriften finden lassen. Mit Blick auf das Stottern ist es gut, seine eigene Wortwahl genauer zu beobachten, angefangen bei der Beantwortung der ganz konkreten Frage: Wie sehe ich mich selbst und mein Stottern?

### Vom Leidbild zum Leitbild

Es ist nach all den bisher mit dem Stottern zurückgelegten Stationen nicht unwahrscheinlich, dass man am Ende bemerkt, dass man gar nicht so verschieden von den restlichen 99% der Bevölkerung, den sogenannten Flüssigsprechern, ist. Dennoch wird man an diesem Punkt ebenso erkennen, dass die vorangegangenen Stufen allesamt notwendig waren. Es war kein Sich-im-Kreis-drehen, sondern eher eine Art Spirale-aufwärts-laufen.

Nach dem Ende der Abgrenzung, welches kein wirkliches Ende ist, sondern eine Art Übergang durch Auflösung des alten Selbstbildes hin zu einem neuen, beginnt ein Zyklus, der wesentlich entspannter, doch keineswegs langweiliger wird. Statt sich als Stotterer in die Welt der Nichtstotterer integrieren zu wollen, wird man sein gelegentliches Stottern in die Welt integrieren können. Aus einem durch die Sprachwahl anderer Menschen einst erzeugtes und selbst aufrecht erhaltenes Gelebtwerden und zeitweise wohl eher Überleben als „Stotterer“ wird Stück für Stück ein Leben, im Sinne von Sich-selbst-leben, von Sich-selbst-ausleben.

Vielleicht macht gerade das Stottern bzw. der eigene, ganz persönliche, häufig lebenslange Umgang damit einen Großteil der jeweiligen Persönlichkeit eines Menschen aus? Man ist Teil der „breiten Masse“ und dennoch etwas ganz Besonderes. Vielleicht stellt sich sogar so etwas wie ein Glücksgefühl ein, gerade durch das Stottern zu etwas Besonderem geworden zu sein? Möglicherweise kommt dies der Er-

fahrung Simone de Beauvoirs „Das Glück besteht darin, zu leben wie alle Welt und doch wie kein anderer zu sein.“ recht nahe?

Aus dem Jahre langen Leiden am Stottern kann ein Sich-leiten-lassen durch das Stottern werden, wenn man sich nicht durch die Angst davor verleiten lässt, sein Selbstbild immer und immer wieder beschränken zu wollen. Die Angst, welche durch das Stottern verspürt



Simone de Beauvoir  
(1908-1986)

wird, entsteht allein dadurch, dass man im Anderssein ein Problem, einen Nachteil, sieht und keinen Vorteil zum persönlichen Nutzen erkennen kann und – auch das sollte nicht ungesagt bleiben – häufig auch nicht erkennen will.

Insofern fängt es beim Selbstbild an, wie ein Mensch sein Leben lebt – ganz gleich, ob mit oder ohne Stottern. Gemeinsam haben wir mit allen unseren Mitmenschen definitiv nur eine Sache: wir sind alle Menschen. Alles andere unterscheidet sich ab der ersten Sekunde unseres Lebens auf dieser Erde.

#### Bildquellen:

Edmund Stoiber ... [www.konsolen-world.de/Berichte/bilder/gewaltbericht/stoiber2.jpg](http://www.konsolen-world.de/Berichte/bilder/gewaltbericht/stoiber2.jpg)

Soren Kierkegaard ... [www.cvm.qc.ca/encephi/contenu/philoso/kierkega.htm](http://www.cvm.qc.ca/encephi/contenu/philoso/kierkega.htm)

Mahatma Gandhi ... [http://mlk-kpp01.stanford.edu/resources/uploads/mohandas\\_gandhi.jpg](http://mlk-kpp01.stanford.edu/resources/uploads/mohandas_gandhi.jpg)

Simone de Beauvoir ... [http://www.memo.fr/Media/Beauvoir\\_Simone.jpg](http://www.memo.fr/Media/Beauvoir_Simone.jpg)