

Vortragsskript Michael Winkler – Konferenz für LogopädInnen in Budapest 07.10.2006



Internetseite der Konferenz:

<http://demoszthenesz.hu/cikkek/2006konf> (Stand: 31.10.2006)

Kontakt: Michael Winkler, michael_winkler@gmx.net, +49-(351)-8107099

*Hinweis: **Taste drücken** kursiv – für Animation auf der Folie (wenn etwas neues erscheint). Einige Dinge von besonderer Bedeutung sind kursiv geschrieben.*

Folie 1

Jó napot und Guten Tag ...

Mein Name ist Michael Winkler. Ich freue mich, auf Ihrer Konferenz einen Vortrag halten zu können. Am Anfang ein paar Worte zu mir selbst ... Geboren wurde ich 1975 in Karl-Marx-Stadt, wohne aber seit fast 12 Jahren in Dresden. In der ersten Klasse, als ich 7 Jahre alt war, stellte eine Lehrerin mein Stottern fest und seitdem war ich – zeitweise regelmäßig in logopädischer Behandlung. Ich habe mehrere Logopäden besucht – bis 2002, aber keine stationäre Behandlung gemacht, da ich mein Stottern nie als so schwerwiegend empfand und außerdem erschienen mir die 9 Wochen Therapie zu lang. Ich war – und bin auch noch gelegentlich – ein „guter Vermeider“. Ich verändere Worte sehr schnell, so dass viele Menschen auch kaum glauben, dass ich stottern würde. Das macht die Sache aber nicht immer einfacher, da ich dann im Grunde nicht aufrichtig gegenüber meinem Stottern bin. Ich habe in den letzten Jahren einige Artikel im Kieselstein geschrieben, eine Internetadresse mit diesen Artikeln finden Sie am Ende des Vortrages. Mein Interesse gilt insbesondere der Öffentlichkeitsarbeit, da sie für mich zum einen Therapie als auch Aufklärungsarbeit, d.h. Arbeit nach innen und nach außen, ist. Doch dazu später noch etwas mehr ...

Momentan bin ich übrigens Promotionsstudent an der Technischen Universität Dresden – im Fach Kartographie.

Im Großen und Ganzen sehe ich mich selbst als „geheilten Stotternden“, was damit zusammenhängt, dass ich mein Stottern fast 100% akzeptiere. Ganz stotterfrei bin ich aber nicht, auch wenn das Stottern sehr selten vorkommt.

Im Januar 2006 hatte ich im Übrigen die Gelegenheit im deutschen Fernsehen in einer Talkshow anwesend zu sein und über den Umgang mit meinem Stottern zu erzählen.

Folie 2

Mein Vortrag trägt die Überschrift „Stottern – Problem oder Herausforderung?“ – Gedanken über die Rolle des stotternden Menschen in der Gesellschaft.

Ich bin Mitglied des Sächsischen Landesverbandes Stotterer-Selbsthilfegruppen – obwohl mir ehrlich gesagt die Bezeichnung nicht so gut gefällt. Ich sehe mich nicht als Stotterer, sondern als stotternden Menschen. Ich könnte mich auch mit „Stotternder“ anfreunden, aber „stotternder Mensch“ ist besser und zudem gibt es dieses Wort wohl im Ungarischen auch gar nicht, wie mir Eszter Balás bereits einmal mitteilte.

Ebenso bin ich im Verein „pro voce“ Mitglied, der sich allgemein Kommunikation und Sprache widmet. Stottern ist hier als ein Projekt unter mehreren anderen aufgeführt. Vielleicht könnte man beide Vereine (BVSS und pro voce) mit Seneca (www.seneca.hu) und Demoszthenesz (www.demoszthenesz.hu) vergleichen ...

Ich bin aber aus diversen Gründen momentan weniger aktiv – darauf gehe ich später noch ein.

Folie 3

Hier sehen Sie einen kurzen Überblick über den Vortrag. Ich werde im zweiten Abschnitt auf die möglicherweise etwas ungewöhnlich erscheinenden positiven Aspekten des Stotterns eingehen. Ob-

wohl ich auch die negativen Aspekte des Stotterns erwähnt habe, werde ich die se nicht weiter behandeln, da sie mitunter tagtäglich damit beschäftigt sind. Es wäre nichts Neues für Sie.

Besonders wichtig erscheint mir der Abschnitt Praktisches, da es mir insbesondere um die Umsetzung des Gelernten geht. Vieles ist durch Selbsthilfe entstanden und das ist meines Erachtens auch das Beste. Denn jedes Stottern ist anders und jede/r wird seinen eigenen Weg finden müssen. Patentrezepte à la „Stotterfrei in 10 Tagen“ helfen m.E. langfristig nicht ... die sieht man höchstens im (deutschen) Fernsehen.

Ich schließe nicht aus, dass es derartige Heilungen gibt. Das Stottern in seinem ganzen Ausmaße ist aber bei weitem komplexer – es ist in der Tat eine Lebensaufgabe, die aber auch Spaß machen und Freude geben kann. Es kommt lediglich auf den Betrachtungswinkel an.

Folie 4

Häufig sehen sich Stotternde als Menschen an, welche zu einem Großteil aus Stottern bestehen. Kommunikation – also auch das Stottern – sind alltägliche Dinge, die man nun mal so hinnehmen muss. Das Bewusstsein für die Vielzahl der eigenen Fähigkeiten und Eigenschaften ist meist unterentwickelt, insbesondere in der heutigen Zeit, wo vielen kaum die Zeit zum Nachdenken bleibt – bzw. viel mehr sie sich die Zeit nicht nehmen.

Bei der Frage nach der Wichtigkeit des Stotterns für mich, fiel mir auch auf, dass viele vom Stottern Betroffene, sich als „Stotterer“ bezeichnen. Doch – wie bereits angedeutet – denke ich, dass man sich dadurch in eine Schublade stecken lässt und dort auch nicht so recht wieder herauskommt, wenn man nicht bewusst etwas für ein anderes Image tut..

Die Sprache ist aber eines der wichtigsten – wenn nicht das wichtigste – Kommunikationsmittel und daher lege ich auf den Unterschied zwischen Stotterer, Stotternden und „stotternden Menschen“ einen gewissen Wert. Wer sich zuerst als Mensch sehen kann und dann erst als Stotternden, der wird einfacher mit seiner kleinen Schwäche umgehen lernen.

Folie 5

Der Mensch ist mehr und den Wechsel zum „wirklichen Menschen“ möchte ich wie folgt darstellen. Es ist ein (Sich-)Bewusstwerden und plötzlich – aus eigener Erfahrung – kann man Dinge tun, vor denen man Jahre zuvor noch Angst hatte.

Im Übrigen sind alle Erkenntnisse nur dann wirklich nachhaltig, wenn man (und frau) sie selbst auch erfahren hat. Meine Erfahrungen sind das, was ich wirklich in mir habe. Alles andere ist angelesen oder antrainiert, aber nicht wahrhaftig und bewusst ...

Es ist also die Frage „Wie sehe ich mich selbst als stotternden Menschen?“

Und dann kommt die Frage „Wie sieht die Gesellschaft mich als Stotternden?“ ... Viele Menschen – und das betrifft nicht nur Stotternden – stellen die Fragen in umgekehrter Reihenfolge. Und da liegt eines der größten Probleme, meines Erachtens. Für alle Menschen.

Folie 6

Was Sie hier in der Animation sehen, mag anfangs etwas kompliziert erscheinen. Ich versuche es so unkompliziert wie möglich zu erklären.

Viele Stotternde meinen, dass die Gesellschaft sich verändern muss, denn dann wird das Stottern auch besser akzeptiert. Da haben sie recht, nur vergessen sie, wer als erster mit der Veränderung anfangen muss. Es ist nicht DIE Gesellschaft (wer auch alles „Die Gesellschaft“ sein mag). *Es ist der Stotternde, der bei sich anfangen muss – wenn er denn wirklich will.* Und das ist der eigentliche Punkt. Viele Stotternde wollen sich eigentlich gar nicht richtig verändern, sondern warten auf äußere Veränderungen, denen sie sich dann anpassen – meist unbewusst.

Also, der Stotternde hat zwei prinzipielle Möglichkeiten etwas zu tun. Er kann nach „innen“ arbeiten, d.h. eine Therapie machen oder in Selbsthilfegruppen (SHG) üben usw. Er kann auch nach außen arbeiten, indem er Öffentlichkeitsarbeit macht, andere Menschen über das Stottern informiert, an Zeitungen schreibt usw. Ob sich in der Gesellschaft eine wirkliche Bewusstseinsänderung ergeben

wird, kann er *nicht direkt* beeinflussen. Wenn sich diese jedoch einstellt, dann erhöht das auch das Wissen um das Stottern in der Bevölkerung und ebenso die Akzeptanz.

Man kann also in der Umkehrung sagen, dass wenn der Stotternde meint, dass die Gesellschaft das Stottern noch nicht genügend akzeptiert, er es selbst noch nicht ausreichend akzeptiert hat und ebenso nicht genügend Öffentlichkeitsarbeit für sich und sein Stottern macht. Dieser Fakt fällt dann auf den Stotternden wieder zurück (siehe letzter roter Pfeil). Es ist also nur er bzw. nur sie, die wirklich etwas verändern kann. Die Veränderung an sich beginnt immer von Person zu Person. Eltern, Freunde, Logopäden etc. sind im erweiterten Sinne „Werkzeuge“ und Gehilfen. Der Veränderungswille muss von innen heraus kommen.

Dieses Problem – wer beginnt zuerst? – spreche ich auch noch auf einer der folgenden Folien an. Es handelt sich in gewisser Weise ja um ein gesellschaftliches Phänomen.

Folie 7

Diese Folie geht auf zwei Dinge ein. Erstens unterteile ich das Stottern in zwei Phasen. Sie sehen die beiden Ellipsen von den vorhergehenden Folien. Der Übergang von einem Zustand in den anderen ist im Grunde genommen fließend, aber es ist ein Punkt der die Richtung der Veränderung bestimmt. -> **Taste drücken** ... Die Akzeptanz. Die Akzeptanz meines Stotterns, meiner Person, meiner Stärken und Schwächen – meines gesamten Selbst.

Ich habe die eine Phase mal mit „Wasser“ bezeichnet, weil ich irgendwann einmal den Ausspruch „Stottern ist wie Ertrinken“ (man schnappt nach Luft etc.) gehört habe. Die andere Seite ist die Luft, man kann frei atmen und wie es der deutsche Logopäde Andreas Starke mal ausdrückte „The sky is the limit“, was die Heilung anbetrifft. Es gibt kein „nicht geheilt/geheilt“ – es sind immer fließend Übergänge, wobei alles vorstellbar ist. Der eigentliche Richtungszeiger ist die eigene Akzeptanz. Aus diesem Grund würde ich es so formulieren: Umso stärker ich mich akzeptieren kann, desto größer ist der Grad der Heilung (des Stotterns).

Die zweite Sache, die diese Folie darstellt, ist das Verhältnis zwischen den Stotternden, wobei diejenigen, die weniger stottern, den Anderen Unterstützung anbieten könnten. Man hat in gewisser Weise „Vorbilder“ (ohne dass man genau denselben Weg gehen könnte – jeder wird eigene Wege gehen müssen), man hat Gesprächspartner etc. Andersherum gibt es ja auch ehemals (stärker) stotternde Logopäden, die ihrerseits in den noch stärker Stotternden Kunden sehen. Es bestehen also prinzipiell Kooperationsmöglichkeiten.

Doch nicht allzu selten ist das Kooperationsseil, welches ich bewusst gebrochen dargestellt habe, auch ein Mittel, um die Menschen wieder herunter zu ziehen. Nicht unbedingt bewusst, aber sehr häufig unbewusst. Insofern muss zwischen den Personen – auch in der SHG und im Verein – klar sein, was sie eigentlich möchten. *Nichts ist ungünstiger als wenn sich Menschen gegenseitig das Leben schwer machen und die eigentliche Sache, das Stottern, unverändert bestehen bleibt, oder gar gefestigt wird.* Dazu sollte der Verein nicht dienen ... tut er aber manchmal, meines Erachtens, da viele Menschen nicht ab und an mal Loslassen können. Aus dem Rettungsseil und der Stütze wird da mitunter auch ein Käfig. Doch dazu am Schluss noch einmal ...

Folie 8

Als kleines Zwischenspiel sei auf die „berühmten“ Menschen verwiesen, die ebenfalls gestottert haben. Und man fragt sich vielleicht, ob sie nun *trotz* oder gerade *wegen* ihres Stotterns ihren Erfolg hatten.

Taste drücken

Der deutsche Journalist, Schriftsteller und Sprachseminarleiter Wolf Schneider drückte es in seinem Buch „Die Sieger“ einmal wie folgt aus: „*Nicht jeder Zwerg wird ein Feldheer und nicht jeder Stotterer ein Großmeister der Sprache. Aber Stotterer und Zwerge sind stärker als Schöne und Gesunde motiviert, eine geniale Begabung in die geniale Leistung umzusetzen.*“

Er schrieb mir sogar Anfang des Jahres in einem Brief, dass er früher (es muss in den Anfängen der Nationalsozialismus-Zeit in Deutschland gewesen sein) selbst ab und an gestottert hatte und dies durch viele Sprechübungen bearbeitete. Er meinte ebenso, dass sein Hang zur sehr korrekten deut-

schen Sprache wahrscheinlich, aus dieser ehemaligen Angst vor dem Stottern kam und er es kompensieren wollte. Noch heute, schrieb er, „ölt“ er seine Stimme vor Vorträgen mit Zungenbrechern. Ich würde in jedem Fall eines hinzufügen ... allen „berühmten“ und auch den weniger berühmten Menschen ist m.E. gemein, dass sie sich durch ihre Schwäche (z.B. Stottern) nicht mehr als nötig einschränken ließen – „Wo die Angst ist, da ist auch der Weg.“ Das Stottern kann – wie man im Fall von Wolf Schneider sieht – auch eine Herausforderung sein. Es ist die unterschiedliche Betonung der Frage „Warum stottere ich?“. Sehe ich es positiv, d.h. lasse ich mich durch die Herausforderungen leiten oder negativ, dann verzweifle ich daran und denke ich kann nichts dagegen machen.

Folie 9

Seit ca. 3, 4 Jahren versuche ich mich – mit mehr oder minder großem Erfolg den positiven Seiten des Stotterns zu widmen. Nichts, was auf der Welt existiert, ist ausschließlich gut oder schlecht – positiv *oder* negativ. Beides ergänzt sich – wie Yin und Yang. Das Problem besteht darin, dass wir zu oft in „Entweder oder“ denken als in „Sowohl als auch“, d.h. entweder gut oder schlecht, aber nicht „sowohl gut als auch schlecht“.

Ich habe einige Dinge aufgeschrieben, die ich nur auszugsweise noch näher erläutern und dabei die persönliche Komponente einbeziehen möchte. Einiges wurde auch von anderen Stotternden bzw. Nichtsstotternden erwähnt. Es sind natürlich subjektive Meinungen, welche nicht verallgemeinert werden können.

Manche meinen Stotternde könnten besser zuhören, da sie mitunter Schwierigkeiten mit dem Sprechen hätten – Sie sagen vielleicht auch nicht so viele unbedachte Dinge. Ich habe Freunde, die nicht zur Armee wollten und bei der Musterung (Tauglichkeitsprüfung für die Armee) absichtlich stark gestottert haben. Ich selbst habe auch ein bisschen „übertrieben“ – und sparte mir somit ein Jahr „Friedensdienst“ ☺ ... es gab aber noch genügend andere Gründe, dass man mich nicht nahm (Arbeitsunfall etc.)

Stottern wurde mir gegenüber auch als sympathisch beschrieben, weil man auch selbst dann offener seine Schwächen zeigen könne, da der andere dies auch tut – er stottert. Zu den Beschreibungen „niedlich“, „charmant“ und „sexy“ kann ich leider nichts sagen, wenn Sie nichts dagegen haben. ☺ ... Manche Dinge muss man nicht unbedingt hinterfragen, sondern einfach als positiv einschätzen – denke ich.

Wenn ein Stotternder sich stärker mit sich selbst beschäftigt, dann kann er sich unter Umständen auch besser analysieren, besser verstehen und letztlich sein Selbst finden – Stottern als Wegweiser sozusagen. Eine interessante Sache wurde mir bei einem Vortrag in Berlin im Januar dieses Jahres erzählt. Ein Stotternder meinte, dass bei ganz starkem Stottern seine Gedanken still stehen würden. Interessanterweise ist dies auch das Ziel bei der Meditation – das Denken steht still und man sieht die Dinge wie sie wirklich sind, nicht so wie man sie sehen möchte. Der Endpunkt ist m.E. nach der selbe, nur der Weg ist einmal direkt (Meditation), das andere Mal indirekt (starkes Stottern). Es ist lediglich der Geist, der dies zum einen als positiv (Meditation) und zum anderen als höchstnegativ (Stottern) einschätzt. *Kurzum, es ist immer der Stotternde selbst, der sein Stottern zu einer Schwäche macht.* Grundsätzlich kommen wir wieder dahin, dass die Akzeptanz gegenüber seinem Stottern fehlt. Somit empfindet er das Stottern möglicherweise als das schlimmste, was ihm passieren könnte. Die Forschung (u.a. Dr. Martin Sommer – Universität Göttingen – Quelle: www.neurologie.uni-goettingen.de/uploads/13-28.pdf) hat herausgefunden, dass bei Stotternden das Rolandische Operculum, welche eine für das Sprechen wichtige Schnittstelle darstellt, bei Stotternden dünner ist. Man bezeichnet dies in der Medizin häufig als „Fehlfunktion“ bzw. „Störung“, kann aber nicht sagen, ob es Ursache oder Folge des Stotterns ist. Ich denke, dass es eine Ursache ist, aber keine Fehl-, sondern eine Weiterentwicklung beim Menschen – im evolutionären Sinne. Stotternde reagieren sensibler auf das Sprechen, müssen sich und ihren Umgang mit ihrer Psyche daher anpassen. Es ist nichts unbedingt neues, dass die Welt einige sensiblere Menschen „nötig“ hat. Insofern sehe – ich persönlich – das Stottern bzw. seine Transformation als (evolutionäre) Aufgabe an. Viele Anhänger gibt es in der stark materialistisch, wissenschaftlich geprägten Stotternden- und Medizinerszene da nicht, aber es ist mir im Grunde genommen auch relativ gleich. Wer sein Stottern als Fehlfunktion sehen und dar-

unter leiden möchte, den halte ich auch nicht davon ab. Jeder schafft sich seine eigene Realität ... auch Stotternde.

Folie 10

Eine der Hauptursachen des Stotterns ist Angst. Ich meine damit die Ursache für die Tatsache, dass Stottern zum Problem gemacht wird. Dass ein Mensch ein paar Buchstaben oder Silben wiederholt, ist nicht weiter schlimm. *Es wird von der Außenwelt meist nur als etwas Schlimmes angesehen und gelangt durch Wechselbeziehungen zum Bewusstsein des Kindes, mit der Folge, dass dieses das Stottern erst als Problem wahrnimmt.* Einmal angenommen, ein Kind wiederholt mehrere Buchstaben oder Silben und keiner würde auf die Idee kommen, dass dies nicht normal wäre, dann würde auch nichts weiter passieren – wahrscheinlich. Wir wissen es jedenfalls nicht. In den wenigsten Fällen wird aber gesagt „Na gut, mein Kind wiederholt eben ab und an ein paar Silben.“ Ich bezweifle, dass ein Kind aus eigener Betrachtung heraus seine Wortwiederholungen als Stottern und somit als Problem betrachten würde.

Früher wurden auch Sommersprossen als Makel angesehen. Lispeln auch ... ich denke, der Bewusstseinswandel geht voran und es wird keine 20 Jahre mehr dauern, dass das Stottern in einem anderen Licht gesehen werden wird. Doch ohne unsere Mithilfe wird es nicht funktionieren.

Anbei ein Zitat von Hermann Hesse, der meines Wissens nach kein Stotternder war, aber das Thema Angst betrifft alle Menschen. In diesem Zusammenhang sei auf die Wechselwirkung Kind-Eltern hingewiesen. Erst kürzlich sprach ich mit einer Logopädin, die – wenn das Kind selbst kein Problem mit seinem Stottern hat – nur die Eltern in die Sprechstunde holt (sicherlich nicht ohne ein gemeinsames Zusammentreffen vorher). Aus eigener Erfahrung kann ich sagen, dass das Verhältnis der Eltern zum Kind und ebenso der Eltern zueinander ein zentraler Bestandteil bei der Beurteilung des Stotterns ist. Häufig übertragen die Eltern unbewusst (in einigen Fällen sicher leider auch bewusst) ihre eigenen Ängste auf ihre Kinder. Das macht die Bearbeitung des Stotterns auch so komplex und mitunter langwierig. Dieser Prozess kann aber auch als Weg zu sich selbst verstanden werden, da bei dieser Gelegenheit viele innere Ängste abgebaut werden können und auch andere Dinge, unabhängig vom Stottern, bearbeitet werden können.

Folie 11

Angst kann sehr subtile Formen annehmen und um sie zu genau analysieren, bedarf es einer guten Selbstbeobachtung und Ehrlichkeit. Erst kürzlich sagte mir eine Frau, die Biomeditation (u.a. zum Blockaden abbauen) durchführt, dass es mitunter aber auch besser sein kann, *nicht* über die Ängste indirekt zu gehen, sondern sich *sofort mit den seelischen Ursachen* und Blockadeauflösen zu beschäftigen. Viele Menschen nehmen ihre Ängste nicht wahr, weigern sich sogar, ihre Hemmungen als Ängste zu bezeichnen – man könnte da aber sicherlich vorher eine Definitionsfrage, was Angst eigentlich ist, führen.

Taste drücken

Fakt ist aber, dass jeder nach einer Balance sucht. Und ebenso immer an den Doppelaspekt der Angst a.) den lähmenden und b.) den motivierenden zu betrachten. Angst ist etwas Natürliches und es gilt, sie zu überwinden. Nur wer sich durch seine Ängste einschränken und lähmen lässt, z.B. bestimmte Situationen oder Worte vermeidet, wird sich unzufrieden fühlen. Daher gilt auch hier der Spruch „Wo die Angst ist, da ist der Weg.“

Folie 12

Einige Worte zum Praktischen ...

Ich habe einige Dinge aufgeschrieben, die ich – eigentlich genau in dieser Reihenfolge, aber auch parallel und gleichzeitig – in den letzten 20-25 Jahren durchgeführt habe.

Erst habe ich bei Logopäden und in Selbsthilfegruppen in Sprechübungen durchgeführt (van Riper etc.) – vom 7. bis zum 27. Lebensalter.

Parallel dazu habe ich aber auch immer Situationen gesucht, die meine Ängste abgebaut haben – früher unbewusst, jetzt mehr bewusst. Später verband ich dies mit der Öffentlichkeitsarbeit. Einige

Jahre später wurde dieser Angstabbau in meinem Leben zum Wort „InVivo“, d.h. nicht alltägliche Dinge in Übungen zum Angstabbau nutzen.

Es kann auch sehr von Vorteil sein, sich über das Stottern zu bilden. Dabei sollte man – wie bei beispielsweise bei der politischen Bildung – ruhig sehr offen und unbefangen an die Literatur herangehen. Was einen wirklich weiterbringt, wird man auch finden. Alles andere lässt man früher oder später sowieso.

Auslandsaufenthalte (in meinem Fall in Indien und England) führten dazu, dass ich mich etwas aus der deutschen Gesellschaft ausklinken konnte. Man nahm gewisse Dinge anders wahr, wurde sich deren überhaupt erst einmal bewusst. Z.B., dass Deutsche nicht immer pünktlich sein müssen ... Auslandsaufenthalte oder selbst schon der Wechsel in eine andere Stadt geben dem Jugendlichen meist neue Räume zur Entfaltung und Platz für neue Sichtweisen. Dazu auf der nächsten Folie noch etwas mehr. Im Übrigen ging bei mir in den fünf Wochen Krankenhausaufenthalt nach einem beinahe tödlich verlaufenen Arbeitsunfall, als ich 18 Jahre alt war, das Stottern auf ein Minimum zurück. Später erklärte ich mir dies mit der Herauslösung aus dem angestammten sozialen Umfeld – im Krankenhaus hatte man weniger Probleme mit den Eltern, der Schule und dem alltäglichen Leben. Atem-, Entspannungsübungen sind ein wichtiger Bestandteil der (Selbst-)Therapie, da die Atmung das Grundgerüst des Lebens darstellt, ebenso des Sprechens. Ich selbst übe seit 5 Jahren Hatha-Yoga aus (3-4 mal die Woche) und meditiere täglich 1-2 mal 20-30 Minuten (früh und abends). Ich bin seit 5 Jahren in heilpraktischer Behandlung und habe seit diesem Jahr auch einige Biomeditationssitzungen erfahren. Einiges mag Ihnen vielleicht als Hokusfokus vorkommen, aber mir ist immer wichtig, dass ich die Dinge selbst erfahre und da ich mit oben genannten Dingen gute Erfahrungen gemacht habe, gebe ich diese Erkenntnisse auch gern weiter.

Fazit: Es gibt keinen Königsweg, kein Patentrezept – „Der Weg ist das Ziel.“

Wichtig ist ebenso, dass man die Sache nicht allzu ernst nimmt, also Abstand behält, und die Sache – also auch sich selbst – mit Humor nehmen kann. Und ein Mittel, welches für alle Lebensbereiche grundlegend ist, ist die Liebe.

Taste drücken

Der Forscher Wilhelm Reich hat dies in zwei Sätzen kurz zusammengefasst: „*Liebe, Arbeit, Wissen sind die Quellen unseres Lebens. Sie sollten es auch bestimmen.*“. Interessanterweise gibt es da einen Zusammenhang zu drei der vier Hauptarten des Yoga, dem der Liebe (Bhakti), der Arbeit (Karma – Yoga des Handelns, des Dienstes) und des Wissens (Jnana). Ost und West sind also auch hier nicht so weit auseinander.

Folie 13

Etwas Theoretisches zu diesem Thema noch ...

Man kann den Stotternden – jeden Menschen im Prinzip – in einem Zusammenhang zu seiner Familie und der Gesellschaft sehen. In einigen Gesellschaften ...

Taste drücken

... und dazu zählt m.E. nach auch der „Realsozialismus“, wurde der Mensch durch die Familie gestützt, diese wiederum war in die Gesellschaft eingebunden. Ich habe es mal – etwas laienhaft – als „Kollektivierung“ bezeichnet.

Taste drücken

Im westlichen Individualismus bewegen sich die drei Teile scheinbar immer weiter auseinander. Dies ist aber auch notwendig, da sich sonst der stotternde Mensch seiner Rolle, seiner Position sonst gar nicht bewusst werden kann. *Der scheinbare Zerfall alter Strukturen ist also eine notwendige Vorstufe zu einer nächsthöheren Stufe.*

Taste drücken

Das Ziel ist eine Einheit von Mensch – Familie – Gesellschaft. Der Mensch ist sowohl Teil der Familie als auch der Gesellschaft und die Familien sind Teil der Gesellschaft. Dies alles gilt ebenso im umgekehrten Fall, denn der (stotternde) Mensch ist durch die Familie, insbesondere die Eltern geprägt, und ebenso durch die Gesellschaft. Ebenso prägt die Gesellschaft die Art der Familie. Die Trennung wird also aufzuheben sein und letztlich ist alles eins. Die Veränderung an sich geht aber immer nur vom Mensch selbst aus.

Man kann vielleicht hierin auch eine grundlegende Ursache für den Zerfall des Ostblocks sehen, denn dort war man wohl – soweit ich das einschätzen kann – der Annahme, dass ich erst die Gesellschaft verändern müsse und dann der Mensch. Das hat aber nicht funktioniert, wie man vielleicht weiß.

Folie 14

Noch ein paar allgemeine Frage, die auch die Struktur und andere Dinge betreffen ...

Ich möchte diese Fragen mehr oder minder unkommentiert lassen, nur insofern den scheinbaren Widerspruch hervorheben, dass Stottern keine permanent gleich stark auftretende Sache ist. Dennoch sind die Selbsthilfegruppen und Verbände zu einer permanenten Arbeit angeregt bzw. angedacht. Daher auch die Frage, ob ein Verein oder eine SHG sich nicht zu einem Bumerang entwickeln kann, d.h. dadurch dass die Motivation am Stottern zu arbeiten nicht immer gegeben ist, man aber dennoch etwas „gegen“ das Stottern tun soll/will/muss, sich das Stottern auch verfestigen kann. *Wie löst man diesen möglichen Widerspruch? Sind sporadisch aktive Netzwerke vielleicht besser in ihrer Arbeit, auch wenn es so aussieht, dass dort Konstanz und Regelmäßigkeit fehlen?*

Die Frage nach der Struktur einer Vereinigung ist eine zunehmend zentrale, welche selten oder gar nicht diskutiert wird, die sich aber sehr stark auf die Arbeit der SHGs und die Stotternden selbst auswirken kann. Warum zerbröckeln so viele Selbsthilfegruppen (zumindest in Deutschland)?

Strukturen haben eine immens hohe Rückwirkung auf den Menschen – man denke dabei nur an Parteien oder selbst die Ehe. Wie vieles verändert sich durch eine Ehe? Ähnliches passiert auch, wenn sich Stotternde organisieren sollen/wollen.

Folie 15

In all diese Fragen spielt auch die technische Entwicklung hinein ...

Was kann das Internet bei der Selbsthilfearbeit tun?

Was verändert eine Flatrate beim Telefonieren?

Ich habe zum Beispiel das Gefühl, dass ich, seitdem wir eine Flatrate (Monatspauschale statt Bezahlung pro Gespräch) haben, entspannter telefoniere, da die Zeit keine Rolle spielt. Früher tat sie das, auch wenn es nur um Cent-Beträge ging ... es ist eine unbewusst ablaufende Sache.

Wie verändert sich die Arbeitswelt?

Was würde zum Beispiel ein Bedingungsloses Grundeinkommen (Monatspauschale für jeden Bürger ohne Arbeitszwang – z.B. 800 € für Deutschland –, zu der er sich etwas hinzuverdienen kann), wodurch der Arbeitszwang wegfallen würde und sich die Gesellschaft zu einer mehr auf den (wahren) Fähigkeiten der Menschen gerichteten Struktur hinentwickeln würde?

Taste drücken

Es geht um das Bewusstwerden der Entwicklung und wie man sie für sich selbst und die Gruppe oder den Verein nutzen kann. Das sind noch viele Frage offen und vielleicht noch entscheidender viele Frage wurden noch nicht einmal gestellt.

Folie 16

Zu guter letzt noch ein paar Ideen, z.B. für die Öffentlichkeitsarbeit. „Berühmte“ Stotternder können als Augenfang genutzt werden. Dies kann durchaus dazu führen, dass der Stotternde auf der Straße angesprochen wird – eine gute InVivo-Übung. Es gehört vielleicht etwas Mut dazu, aber es zeigt auch den positiven Umgang mit der eigenen kleinen Schwäche. Ob man so ein T-Shirt trägt oder nicht, kann sicher viel Überwindung kosten. Das würde mir genauso gehen, kann aber einen Stotternden auch ein ganzes Stück nach vorn bringen.

Folie 17

Voraussichtlich im Jahr 2008 wird der Bundeskongress der Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V. in Dresden stattfinden, zu dem auch Sie herzlich eingeladen sind. Eine genauere Planung folgt im Jahr 2007.

Hier sehen Sie drei Ideen für ein Motto. Der erste ist vielleicht bekannt. Der letzte fiel mir bei einem Rückblick auf mein Leben als Stotternder ein. Und der zweite Spruch geht zum einen auf einen Film mit Marilyn Monroe zurück und zum anderen verwendet er eine Frage. Dadurch wird der Betrachter/Leser zum Nachdenken angeregt. Das dürfte besser sein als einfache Losungen etc. – große Firmen machen das ebenso, z.B. IKEA „*Wohnst du noch oder lebst du schon?*“

Auch in der Öffentlichkeitsarbeit kann man von Unternehmen sehr viel lernen. Es sind die Inhalte, die wichtig sind und das unterscheidet einen Verein für stotternde Menschen von vielen Unternehmen.

Was die Arbeit am Stottern und an mir selbst mit Hilfe von Fragen betrifft, fällt mir immer wieder ein Leitspruch der Zapatisten ein, einer Befreiungsbewegung in Mexiko, die meinen „Fragend schreiten wir voran.“ ...

Ich denke auch, dass die Zeit der Losungen vorbei ist. Losungen sind Bekundungen, Glaubensbekenntnisse, „Kampfrufe“ etc. Würde man z.B. „Stottern ist gesellschaftsfähig“ sagen, wäre das eine völlig andere Aussage. ... Fragen dagegen sind ein Auftakt zum Dialog.

Und gerade eine solche provokante Frage kann gewisse Dinge auf den Punkt bringen. Ein Stotternder muss auch in der Lage sein, Menschen auszuhalten, die die Frage mit „Nein“ beantworten. Er kann daran lernen und selbst wenn es „nur“ die Erkenntnis ist, dass einzig und allein wichtig ist, was er selbst über sich denkt. Denn das ist der Ausgangspunkt aller Veränderung, wie ich bereits angedeutet hatte.

Prinzipiell gehe ich aber davon aus, dass eine Mehrheit der Bevölkerung die Frage mit „Ja“ beantworten würde, auch wenn sie es nicht vollständig so auch meinten. Ein Dialog – wenn auch mitunter ohne Worte – würde aber sicher dennoch entstehen. Er wäre offen, d.h. zum Nachdenken anregen und der Sache Zeit geben.

Folie 18

Noch zwei allerletzte Zitate, die auch für die Öffentlichkeitsarbeit gelten sollten.

Es ist zum Beispiel ungünstig, wenn man Außenstehenden vermitteln will, dass Stotternde möglichst nicht unterbrochen werden sollten, man dies aber selbst häufiger im Gespräch tut. Öffentlichkeitsarbeit muss authentisch sein. Das betrifft alle Lebensbereiche. Öffentlichkeitsarbeit ist eine Art „Erziehung“ und wie man vielleicht als Mutter oder Vater schon bemerkt hat, kann man einem Kind etwas nicht vermitteln, wenn man es selbst nicht tut.

Ebenso sollten selbst Dinge hinterfragt werden, die offiziell bekannt sind. Manche Dinge wissen wir einfach nicht genau über das Stottern oder sie sind uns schon *zu* klar. Und das sollte auch so gesagt werden. Es ist nichts Schlimmes zu sagen, dass man etwas nicht weiß.

Folie 19

Recht vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

Ich hoffe, ich konnte Ihnen all das vermitteln, was ich Ihnen sagen wollte – beim nächsten Mal vielleicht persönlich. Die Kooperation zwischen Ungarn und Deutschland ist am Ausbau und so denke ich, dass wir in der Zukunft noch sehr fruchtbare Gespräche, Vorträge etc. hören und sehen werden. Und vielleicht hat ja auch jemand Zeit und Interesse, auf dem Bundeskongress 2008 in Dresden zu sprechen bzw. Gast zu sein.

Weitere Gedanken von mir über das Stottern – auf Deutsch – finden Sie auf der letzten Internetseite (<http://hinweis.xtm.de/stottern/index.htm>).

Ich wünsche Ihnen noch eine angenehme, erfahrungsreiche Konferenz ...