

Tipps für Ihre Therapiesuche bei Stottern

Ein Wegweiser für alle, die Stottern ambulant behandeln lassen möchten.

Eine Information der Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe e. V.



Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe e.V.

Ich sag's auf meine Weise.



Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe e.V. (BVSS)
Zülpicher Straße 58
50674 Köln
Telefon: 0221–139 1106
info@bvss.de
www.bvss.de

Unterstützen Sie unsere Arbeit durch eine Spende



Spendenkonto
IBAN DE67 3702 0500 0007 1034 00
BIC BFSWDE33XXX
SozialBank AG, Köln

Danksagung

Wir danken Robert Richter, zertifizierter Stottertherapeut (ivs),
für seine fachliche Unterstützung und Beratung.

Copyright © Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe e.V., 2024
Layout: János Theil, Berlin
Grafiken: Daniel Kraznai, Frankfurt
Fotos: © Stock Adobe (S. 1 Westend61, S. 3 Pixel-Shot,
S. 6 womue, S. 13 KseniaJoyg), privat (S. 5)

Gefördert durch:



Für die Inhalte dieser Broschüre ist ausschließlich die
Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe e.V. (BVSS) verantwortlich.



Was diese Broschüre Ihnen bietet

Sie selbst oder Ihr Kind stottern und Sie möchten die Redeflussstörung jetzt qualifiziert behandeln lassen. Eine Stottertherapie kann den Redefluss nachhaltig und deutlich verbessern – in jedem Alter. Zudem kann sie typische Begleitsymptome wie Vermeidungsverhalten und Sprechanst abbauen und das Selbstwertgefühl erheblich steigern.

Mit unseren Tipps geben wir Ihnen wichtige Hinweise, was Sie bei der Suche nach einer geeigneten Therapieperson berücksichtigen sollten und was Sie von ihr erwarten dürfen. Eine kurze Übersicht zu den Methoden der Stottertherapie bieten wir Ihnen zusätzlich mit dieser Broschüre.

Unsere Empfehlungen beziehen sich auf ambulante Therapien und gelten für alle Altersgruppen stotternder Menschen. Bei jedem Abschnitt finden Sie eine dreistufige Checkbox und Platz für persönliche Notizen.

Stottern kann eine Herausforderung sein, sollte aber nicht zur Belastung werden. Wir wünschen Ihnen, dass Sie – auch mithilfe unserer Tipps – die für Sie oder Ihr Kind geeignete therapeutische Fachkraft finden.

Ihre
Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe e.V.

Wir sagen's auf unsere Weise.

Hinweise zur Broschüre

Der besseren Lesbarkeit zuliebe, haben wir uns für die einheitliche Verwendung der **weiblichen** Form entschieden und nutzen zum Beispiel den Begriff **„Therapeutin“**.

Sämtliche Personenbezeichnungen gelten selbstverständlich gleichermaßen **für alle** **Geschlechter**.

Notizen

Bei allen Tipps haben Sie Platz für **Notizen**.

Jeder Absatz schließt mit den drei **„Check-Emoticons“** ab, zum Ankreuzen.



So können Sie Ihren persönlichen Weg bei der Suche dokumentieren.



Verordnung

Notizen

Stottern wird durch Logopädinnen oder akademische Sprachtherapeutinnen behandelt. Daher benötigen Sie eine Heilmittelverordnung von Ihrer Haus- oder Kinderärztin. Auch Fachärztinnen für Phoniatrie, Pädaudiologie oder Hals-Nasen-Ohren-Kunde können die Verordnung ausstellen.

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten für die Behandlung. Für Volljährige fallen Zuzahlungen an, Kinder bis 18 Jahre sind davon befreit*.

Fragen Sie vorab bei der Praxis nach, wie hoch die Zuzahlung sein wird. Sind sie privatversichert prüfen Sie, ob Ihr Vertrag das Heilmittel Logopädie beinhaltet.



Zusatztyp:

Der „Leitfaden Stottern für die kinder- und jugendärztliche Praxis“ bietet fachlich Orientierung für Ärztinnen (s. S. 14).



Zuzahlung Krankenkasse bzw. Kostenträger		Heilmittelverordnung 13	
Zuzahlungspflicht Name, Vorname des Versicherten	geb. am	☐ Physiotherapie ☐ Podologische Therapie ☐ Stimm-, Sprach- und Schlucktherapie ☐ Ergotherapie ☐ Ernährungstherapie	
Zustellort Kostenträgerkennung	Versicherten-Nr.	Status	
BVG Betriebsstätten-Nr.	Arzt-Nr.	Datum	
Behandlungsrelevante Diagnose(n) ICD-10-Code			
Diagnosegruppe ☐ Leitsymptomatik ☐ a ☐ b ☐ c ☐ patientenindividuelle Leitsymptomatik ☐ (Leitsymptomatik patientenindividuelle Leitsymptomatik als Freitext angeben)			
Heilmittel nach Maßgabe des Kataloges			
Heilmittel		Behandlungseinheiten	
Ergänzendes Heilmittel			
☐ Therapiebericht ☐ Hausbesuch ☐ ja ☐ nein ☐ Therapiefrequenz			
☐ Dringlicher Behandlungsbedarf (maximal 14 Tage)			

* Stand: September 2024

Notizen

.....

.....

.....

.....



Adressen

Kontakte zu spezialisierten Therapeutinnen, inklusive der von ihnen behandelten Altersgruppe und der angebotenen Methoden, erhalten Sie von uns, der Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe (BVSS).

Adresslisten gibt es zudem bei den entsprechenden Berufsverbänden für Stottertherapie, Logopädie und akademische Sprachtherapie.



Termin

Auch wenn es häufig Wartelisten gibt, sollte Ihnen eine auf Stottern spezialisierte Therapeutin einen ersten Termin möglichst innerhalb von 14 Tagen anbieten können. Im Erstgespräch wird auch abgewogen, wie dringlich der Therapiebeginn ist.

Bei Kindern mit plötzlichem starken Stottern wird man zum Beispiel schnell reagieren.

.....

.....

.....

.....





Vertrauen

Nehmen Sie sich ausreichend Zeit, um eine geeignete Therapeutin zu finden, denn von Ihnen wird (ob Elternteil oder selbst stotternd) während der Therapie eine erhebliche Mitarbeit erwartet.

Eine gute und vertrauensvolle Beziehung zwischen Ihnen und Ihrer Therapeutin ist maßgeblich für die Stottertherapie. Die „Chemie“ muss von Anfang an stimmen. Scheuen Sie sich nicht, Ihrem Bauchgefühl zu vertrauen und die Suche gegebenenfalls fortzusetzen.

Selbst wenn Ihnen zu einem späteren Zeitpunkt Zweifel an Ihrer Wahl kommen, ist ein Wechsel möglich. Eine gute Therapeutin wird Ihnen auf Wunsch eine Kollegin vermitteln oder eine Zweitmeinung einbeziehen.

Notizen



Qualifikation

Ihre Therapeutin sollte sich auf die Behandlung von Stottern spezialisiert haben und die fachliche Qualifikation zur Behandlung der jeweiligen Altersgruppe aufweisen (zum Beispiel stotternde Kleinkinder). Generell dürfen Sie erwarten, dass sie ihre fachliche Qualifikation auf dem aktuellen wissenschaftlichen Stand hält und Ihre Fragen nach Erfahrungen und Fortbildungen bereitwillig beantwortet.

Eine Zertifizierung* zur Stottertherapie ist kein Muss, aber ein besonderer Beleg für die ausgeprägte Spezialisierung der Therapeutin.



* Die Interdisziplinäre Vereinigung der Stottertherapeuten (ivs) führt Zertifizierungen durch, die jeweils für drei Jahre Gültigkeit haben und fortlaufend erneuert werden müssen.

Notizen



Transparenz

Eine geeignete Therapeutin beschreibt Ihnen ihr Vorgehen unaufgefordert und erklärt Ihnen auf Nachfrage, warum sie so vorgeht – und zwar so verständlich und ausführlich wie Sie es benötigen.

Sowohl für stotternde Klein- und Schulkinder, als auch für Jugendliche und Erwachsene gibt es wirksame Methoden der Stottertherapie. Welche sie für Ihr Kind/für Sie anwendet – und warum –, sind maßgebliche Punkte, die Ihnen Ihre Therapeutin transparent darlegt. Ihre Fragen zu anderen Ansätzen sollten ebenso beantwortet werden, mit nachvollziehbaren Aussagen zu den Unterschieden und Gründen ihrer Wahl.

Stottern ist mehr als das, was man hört. Ihre Therapeutin sollte daher auch berücksichtigen, in welcher Weise das Stottern Sie/Ihr Kind im Alltag beeinträchtigt und Lösungsstrategien dafür erarbeiten.



Zusatztyp:

Nicht jede Therapie ist gleichermaßen für jeden stotternden Menschen geeignet. Informieren Sie sich erst über die verschiedenen Methoden (s. S. 12-14) und suchen Sie danach eine entsprechend qualifizierte Therapeutin.





Ausgangslage

Zu Beginn der Therapie nimmt sich eine geeignete Therapeutin viel Zeit, um mit Ihnen über Ihr Stottern/das Stottern Ihres Kindes zu sprechen. Fachlich heißt dies „Diagnostik und Anamnese“.

Dabei werden sowohl der Ist-Zustand, als auch die bisherige Entwicklung des Stotterns berücksichtigt und eventuelle frühere Therapien. Auch Ihre Erwartungen oder Hoffnungen in Bezug auf die Behandlung werden dabei beachtet.

Am Ende dieser ersten Sitzung sollte die Therapeutin Ihnen eine Einschätzung dazu geben können, nach welchem Konzept sie das Stottern bei Ihnen/bei Ihrem Kind behandeln kann.

Notizen



Therapieauftrag

Aus Ihren persönlichen Informationen und der fachlichen Einschätzung der Therapeutin entsteht der individuelle „Behandlungsauftrag“. Idealerweise hält die Therapeutin dabei schriftlich fest, woran sie mit Ihnen/mit Ihrem Kind konkret arbeiten soll und kann.

Der Auftrag wird nicht nur Änderungen an der Sprechflüssigkeit beinhalten. Eine geeignete Therapeutin wird mit Ihnen/mit Ihrem Kind zum Beispiel auch daran arbeiten, wie das Stottern erlebt und emotional verarbeitet wird.

Das Übertragen des Erlernten in den Alltag ist entscheidend in einer Stottertherapie. Ihre Therapeutin leitet diesen Transfer ein und begleitet ihn. Eltern jüngerer Kinder kommt dabei eine wichtige Rolle zu, denn Stottertherapie für Kinder bis zu circa elf Jahren sollte immer gemeinsam mit einem Elternteil erfolgen. Nur so können Sie die Übertragung der Therapieinhalte in den Alltag des Kindes sinnvoll unterstützen.



Notizen



Prognose

Stottern lässt sich grundsätzlich in allen Altersgruppen gut behandeln. Junge Kinder erreichen dabei häufig ein flüssiges Sprechen. Auch bei Jugendlichen und Erwachsenen lassen sich Symptome im Verlauf der Behandlung deutlich reduzieren. Durch eine gezielte Stotter-Desensibilisierung mit der Therapeutin können Sie zum Beispiel lernen, die Angst vorm Stottern zu lösen und Sprechsituationen im Alltag positiv zu bewältigen.

Eine geeignete Therapeutin erarbeitet stets realistische Ziele und macht keine falschen Versprechungen. Erste Veränderungen im Stottern sollten bei ambulanten Einzeltherapien innerhalb eines halben Jahres oder von 20-30 Sitzungen bemerkbar werden.



Umfeld

Freundeskreis, Verwandte und weitere Bezugsgruppen spielen eine bedeutende Rolle im Leben eines jeden Menschen. Eine geeignete Therapeutin wird daher schon früh ansprechen, wie das Umfeld einbezogen werden kann. Auch vertrauensvolle Personen aus Kita, Schule, Ausbildung, Studium und Beruf werden – in Absprache mit Ihnen – von ihr kontaktiert. So kann ein Netzwerk entstehen, das Sie/Ihr Kind beim Übertragen der Therapieaufgaben in den Alltag unterstützt und vor Konflikten oder Missverständnissen schützen kann.

Eine qualifizierte Stottertherapeutin beteiligt sich zudem aktiv daran, den so genannten Nachteilsausgleich für Stottern in Schule, Ausbildung oder Studium einzurichten.



Zusatztyp:

Hilfreich ist auch unsere Themenwebsite:
www.stottern-und-schule.de





Nachsorge

Es fällt nicht immer leicht, die erarbeiteten Veränderungen des Sprechens dauerhaft aufrechtzuerhalten. Ein zeitweises Wiederauftreten verstärkter Symptome nach der Therapie ist eher die Regel als die Ausnahme. Zu einer qualifizierten Stottertherapie gehört deshalb immer ein Nachsorgeangebot, das Sie/Ihr Kind auffängt. Wichtig ist, dass die Therapeutin diese Nachsorge auf Ihre individuellen Bedürfnisse abstimmt und ihr therapeutisches Vorgehen passend zur aktuellen Situation neu ausrichtet, wenn der Bedarf besteht. Fragen Sie schon beim Erstgespräch danach, ob sie ein Nachsorgeangebot hat und wie sie dieses konkret ausgestaltet.

Notizen



Selbsthilfe

Eine Selbsthilfegruppe Stotternder ist eine wertvolle Unterstützung während und nach Ihrer Therapie. Der Besuch ist ab einem Alter von circa 16 Jahren möglich. Gemeinsam können Sie üben, Erfolge stabilisieren und Erfahrungen austauschen. Zudem entstehen soziale Kontakte und viele Teilnehmende treffen sich auch in der Freizeit. Es gibt bundesweit über 90 Selbsthilfegruppen stotternder Menschen – für Jung und Alt. Ihre Therapeutin sollte Kontakt zur lokalen Gruppe haben und Ihnen diesen vermitteln. Auch Eltern stotternder Kinder sollte sie den Kontakt mit anderen Familien ermöglichen.



Zusatzipp:

Eine Übersicht aller Selbsthilfegruppen mit Ansprechpersonen finden Sie auf unserer Website. Für Eltern ist unser Seminar „Mein Kind stottert“ eine Möglichkeit, überregional mit anderen Familien in Kontakt zu kommen.



Methoden der Stottertherapie

Für Kinder bis ca. 6 Jahren*

Flüssiges Sprechen verstärken **(zum Beispiel Lidcombe-Konzept)**

Diese Behandlung ist vor allem für Kinder im Kindergartenalter geeignet. Dabei lernen die Eltern, wie sie Situationen schaffen können, in denen ihr Kind leichter flüssig sprechen kann. Insgesamt soll das Kind weiterhin Freude am Sprechen haben. Eltern lernen dabei auch, ihrem Kind für flüssiges Sprechen positive Rückmeldungen zu geben.

Stottersymptome kontrollieren **(Stottermodifikation)**

Dem Kind wird gezeigt, wie es sein Stottern lockern kann, wenn es deutlich auftritt, und

wie es entspannter und flüssiger stottern kann. Gegebenenfalls können sich so auch junge Kinder aus stärkeren Symptomen befreien und mehr Kontrolle über ihr Sprechen bekommen.

Umgebung verändern und das Kind stärken (indirekte Therapie)

Auch diese Behandlung ist für Kindergartenkinder geeignet. Die Therapeutin findet gemeinsam mit den Eltern heraus, unter welchen Umständen ihr Kind (verstärkt) stottert. Sie zeigt den Eltern, wie sie im Alltag mit dem Kind so umgehen können, dass diese Auslöser verringert werden.

Für Schulkinder, Jugendliche und Erwachsene

Es haben sich zwei Hauptrichtungen entwickelt: der Fluency Shaping-Ansatz und die Stottermodifikation. Eine dritte als wirksam anerkannte Methode ist der Kombinationsansatz.

Fluency Shaping

Diese Methode wird auch als Formung der Sprechweise bezeichnet oder als Sprechrestrukturierung. Dabei erlernt man spezielle Sprechtechniken, wie den „weichen Stimmeinsatz“ zu Beginn eines Wortes oder die sogenannte Silbenbindung.

Diese Techniken haben zum Ziel, durch eine grundsätzliche Veränderung des Sprechens Stottern möglichst nicht auftreten zu lassen. Sie sollten fast durchgehend angewendet werden und verändern damit insgesamt die Sprechweise der stotternden Person.

Anfangs wirkt das Sprechen dadurch stark verfremdet und unnatürlich. Schrittweise erfolgt dann die Anpassung an einen natürlicher klingenden Sprechfluss, der im Alltag unauffälliger ist. Übungen für ein selbstbewusstes Auftreten mit der neuen Sprechweise kommen ergänzend hinzu.

* Diese Hinweise basieren auf der Patientenleitlinie der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften, AMWF, 2016 (s. S. 14).



Fluency Shaping verhindert also „technisch“ die Stottersymptome, indem es die gesamte Sprechweise verändert. Um die Sprechflüssigkeit aufrecht zu erhalten, muss das neu geformte Sprechen regelmäßig geübt und angewendet werden.

Stottermodifikation

Bei dieser Methode der Stottertherapie lernt man, sein Stottern zu kontrollieren und in Symptome einzugreifen. Dafür muss zunächst eine Desensibilisierung gegenüber negativen stotterbedingten Emotionen erarbeitet werden. Vermeidungsverhalten und Ängste aufgrund des Stotterns werden abgebaut.

Ziel ist es, Blocklösetechniken wie zum Beispiel Pull-Outs oder sogenannte Prolongationen beim spontanen Sprechen anzuwenden. Die persönliche Sprechweise wird davon nur punktuell beeinflusst, da die Technik ausschließlich im einzelnen Stotter-Moment angewendet wird.

In der Modifikationstherapie erfolgt eine intensive Auseinandersetzung mit dem eigenen Stottern. Es zunächst in allen Aspekten zu

verstehen, ist eine wichtige Voraussetzung für seine Veränderung. Die Techniken werden im Rahmen der Therapie auf den Alltag übertragen und erfordern regelmäßiges Üben und Anwenden.

Die Stottermodifikation wird oft auch als „Nicht-Vermeidungsansatz“ oder „Van Riper-Therapie“ bezeichnet.

Kombinationsansatz

Beide Methoden der Stottertherapie – das Fluency Shaping und die Stottermodifikation – werden hierbei kombiniert erlernt. Stotternde Personen haben dadurch im Alltag die Möglichkeit, sich je nach Situation für den Einsatz einer Sprechtechnik oder für eine Blocklösetechnik zu entscheiden.

Eine Stottertherapie nach dem Kombinationsansatz enthält ebenfalls eine Desensibilisierungsphase und Übungen für den Transfer des Erlernten in den Alltag.

Weiterführende Informationen



Entscheidungshilfe Stottertherapie

Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe e.V. (BVSS)
Hilfestellung des Bundesvorstandes für Ihre Überlegungen zur Stottertherapie.

Stottertherapie intensiv

Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe e.V. (BVSS)
Zusammenstellung von Angeboten zur Intensiv-(Intervall)-Therapie und stationären Behandlung von Stottern. PDF-Broschüre zum Download:

www.bvss.de/angebote/infomaterial



Leitfaden Stottern für die kinderärztliche Praxis

Berufsverband der Kinder- und Jugendärzt*innen e.V. (BVKJ)
Fachliches Wissen zu Stottern und Stottertherapie speziell für die ärztliche Beratung. Kostenpflichtiger Download (Suche nach „Stottern“):

www.bvkj-shop.de



S3-Leitlinie „Redeflussstörungen, Pathogenese, Diagnostik und Behandlung“ und Patientenleitlinie „Stottern und Poltern“

Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V. (AWMF)
Empfehlungen zur Stottertherapie auf wissenschaftlicher Basis.
Download (Suche nach „Stottern“):

www.awmf.org



ivs-Leitlinien für Stottertherapeut:innen

Interdisziplinäre Vereinigung der Stottertherapeuten e.V. (ivs)
Empfehlungen zu persönlichen und fachlichen Kompetenzen, über formale Kriterien hinaus; Bestandteil der ivs-Zertifizierung:

www.ivs-online.de

Tipps aus unserem Fachverlag

Der Demosthenes-Verlag gehört zur Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe und ist nicht gewinnorientiert. Er hat sich als erster Verlag ausschließlich dem Thema Stottern verschrieben und ergänzt die Informations- und Beratungsarbeit unseres Vereins.



Stottern therapieren

Ein Ratgeber von
der Kindheit bis ins
Erwachsenenalter

Anke Kohmäscher und
Annika Primaßin

ISBN 978-3-921897-95-9

Der Ratgeber bietet sowohl fundierte theoretische Hintergrundinformationen wie auch ganz praktische und konkrete Hilfen für die Wahl einer individuell geeigneten Therapie.



Kein Berg ohne Täler

Rückschlüsse in der
Stottertherapie neu
bewerten und nutzen

Thilo Müller (Hrsg.)

ISBN 978-3-921897-82-9

Geschrieben von Stotternden und Therapeuten beschreibt das Buch alltagstaugliche Wege für den persönlichen Umgang mit Rückschlägen, klärt auf und macht Mut.



Stottertherapie für Kinder

ISBN 978-3-921897-69-0

Beide Filme zeigen exemplarisch die Behandlung von Stottern nach anerkannten Methoden und vermittelt einen Einblick in deren Arbeitsweisen. Die Filme sind jeweils als DVD erhältlich.



Stottertherapie für Erwachsene und Jugendliche

ISBN 978-3-921897-71-3



Bestellen Sie direkt online über unseren Verlagsshop. Hier finden Sie auch weitere Bücher und Filme – vom Ratgeber, über Comics und Bilderbücher für Kinder bis hin zum Fachbuch – rund um das Thema Stottern.

www.bvss-shop.de

Telefon: 0221 139 1106

info@bvss.de – www.bvss.de

Noch Fragen? Wir sind für Sie da!

-  Infomaterialien rund um Stottern
-  Individuelle Beratung zu Therapie und Selbsthilfe
-  Verzeichnisse zur Stottertherapie ambulant und intensiv
-  Themenwebsite: www.stottern-und-schule.de
-  Seminare und Selbsthilfegruppen für Jung und Alt
-  Online-Themenabende, z. B. für Eltern und Lehrkräfte



Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe e.V.

Ich sag's auf meine Weise.