

## De reactie van de omgeving op een Persoon Die Stottert (PDS).

### Quote

"Ik stotter, so what'. Als de mensen mij gewoon zouden laten uitpraten, kan ik stotterend zeggen wat ik wil zeggen. Ik wil niet dat ze 'koffie' zeggen (en het soms al gaan inschenken) als ik een kkkkopje thee probeer te bestellen.' "

### De feiten

- Ongeveer 5 % van de kinderen stottert een periode (incidentie) en ongeveer 1% van de totale bevolking stottert (prevalentie).
- Stotteren is vaak persoons- en/of situatiegebonden.
- Stotteren is een complex communicatieprobleem met maatschappelijk gevolgen.
- Tijdsdruk, wegstaren, aanvullen en goedbedoelde adviezen kunnen bij de PDS stress opwekken waardoor de stotterernst en stotterfrequentie verhogen.
- Begripvolle reacties vanuit de omgeving kunnen de communicatieve druk verlagen en aldus de communicatie verbeteren.

### Wat is het probleem?

De omgeving weet vaak niet hoe te reageren.

Men denkt dat wegstaren, het aanvullen van woorden, of adviezen helpen, maar dit zijn tijdelijke oplossingen. De PDS voelt zich niet geaccepteerd door de omgeving. Door het wegstaren, het aanvullen en de goedbedoelde adviezen zal de PDS steeds meer geneigd kunnen raken om het stotteren te voorkomen en als dit niet lukt het praten te vermijden.

De omgeving is niet op de hoogte dat:

- stotteren een complex probleem is;
- stotteren een communicatie probleem is;
- stotteren een maatschappelijk probleem is;
- wegstaren, aanvullen en allerlei adviezen niet helpen;
- begrip wel helpt.

Waarom is stotteren een complex probleem?

Stotteren is een stoornis die zich uit in onvloeiende spraak. Dit is het hoorbare deel van stotteren. Stotteren is ook zichtbaar; spanning in het gezicht, meebewegingen van ledematen of lijf en spanningen in het lichaam kunnen een onderdeel zijn van het stottergedrag. Naast hoorbare en zichtbare kenmerken zijn er gedachten en gevoelens over spreken en over stotteren die van invloed zijn op het spreken en handelen. Stotteren kan gepaard gaan met schaamte, angst en frustratie bij de spreker. Dit alles kan van stotteren een complex probleem maken. Ongeveer

1% van de bevolking stottert, dat wil dus zeggen dat er in Nederland circa 175.000 mensen zijn die stotteren.

Waarom is stotteren een communicatie probleem?

Stotteren is bij jongeren en volwassenen vaak persoons- en of situatiegebonden, vooral als het langer bestaat. Iemand kan heftiger stotteren tegen zijn manager dan tegen een klein kind (persoonsgebonden) of iemand kan tijdens het telefoneren met een collega meer gaan stotteren dan in een één-op-één gesprek met diezelfde collega (situatiegebonden). Ook het gespreksonderwerp kan bepalend zijn voor de stotterernst. Het stotteren beïnvloedt op zijn beurt de communicatieve interactie. Een persoon die stottert heeft langer de tijd nodig voor zijn 'beurt', wat het ritme van de interactie verstoort. Luisteraars kunnen zich ongemakkelijk gaan voelen door het stotteren van de gesprekspartner, wat de verstandhouding beïnvloedt. Iemand die ernstig stottert zal misschien zo min mogelijk zeggen, maar er zal mogelijk ook minder aan hem/haar gevraagd worden. Zo werkt het stotteren door, niet alleen op de persoon die stottert, maar ook op de luisteraar. De communicatieve situatie beïnvloedt het stotteren, en het stotteren beïnvloedt de communicatieve situatie.

Waarom is stotteren een maatschappelijk probleem?

In de moderne maatschappij is de verbale communicatie van groot belang. Er wordt veel waarde gehecht aan hoe iemand zich presenteert, hoe iemand zich mondeling uitdrukt. Veel functies vragen goede mondelinge uitdrukingsvaardigheden en de (werk)omgeving verwacht een 'vlotte babbel'. Stotteren kan iemand beperken in zijn/haar maatschappelijke functioneren en participeren. Mensen die stotteren, kiezen soms een opleiding onder hun niveau of een baan die niet bij hen past. Soms vermijden zij te praten en kopen hun brood in de supermarkt omdat zij niet naar de warme bakker durven.

## Wie loopt er risico?

- 0 - 20 jaar - 20 - 40 jaar

18+

Omschrijving: eigenlijk loopt iedereen een risico. Communiceren doe je met elkaar en als hierin problemen ontstaan, is dit niet alleen nadelig voor de spreker, maar ook voor de luisteraar(s).

## Hoe wordt het erger? Kan het worden voorkomen?

Tijdsdruk werkt bij de meeste mensen averechts op de kwaliteit van het spreken. De spreker verhoogt zijn spreektempo en begint over zijn eigen woorden te struikelen. Tijdsdruk creëert communicatieve druk tijdens het praten; het denken, de taal van de spreker, stagneert en hij heeft het gevoel dat hij 'met zijn mond vol tanden' staat. Of het heeft effect op de stembanden; het spreken blokkeert en de spreker heeft het gevoel 'dat hij een brok in zijn keel heeft'. Bij de PDS werkt dit ook zo, maar het nadelige effect van communicatieve druk is bij de PDS veel groter. Hij zal, omdat hij een aanleg heeft om te stotteren, meer en ernstiger gaan stotteren. Luisteraars die aanvullen wekken bij de PDS de gedachte op dat het spreken niet snel genoeg gaat, dat het stotteren niet geaccepteerd wordt en dat hij als persoon vanwege zijn stotteren afgewezen wordt. Hierdoor zal hij proberen minder te stotteren, wat meestal leidt tot vermeerdering en/of verergering van het stotterend spreken. Of nog erger, de PDS gaat stotteren vermijden door andere woorden te gebruiken, zinsconstructies te veranderen en korte of zelfs verkeerde antwoorden geven. Uiteindelijk kan PDS minder gaan spreken, zich afzonderen. De vele adviezen die worden gegeven doen vermoeden dat stotteren bij (jong)volwassenen een eenvoudig op te lossen probleem is. Het tegendeel is waar.

Uiteraard wil de PDS graag, zoals een ieder, meedoen aan de communicatieve interactie. Daarbij weet hij echt wel wat hij wil zeggen, alleen kan hij het niet zo vloeiend zeggen. Kinderen beginnen vaak op een ontspannen wijze te stotteren, maar zodra zijzelf en de omgeving er negatief op gaan reageren 'ontwikkelt' het stotteren zich en gaat het spreken steeds moeizamer. De omgeving kan door rustig en geduldig te reageren, te blijven aankijken en niet aan te vullen, dus door het stotteren te accepteren, aan de PDS laten merken dat hij mag stotteren. Hierdoor verdwijnt de communicatieve druk, zal de PDS zich minder verzetten en uiteindelijk

makkelijker en minder gaan stotteren.

## Conclusie

De omgeving kan door een accepterende houding de PDS helpen. Door begrip en geduldige reacties van de omgeving hoeft de PDS zich niet opgejaagd of afgewezen te voelen waardoor hij makkelijker en minder zal stotteren.

## Casus: Ik stotter, so what.

Toen Roos naar huis liep, bleven de woorden van de docent in haar hoofd nagalmen: 'Haal eerst eens diep adem, dan gaat het veel beter'. 'De docent zegt dit steeds, maar diep ademhalen helpt mij niet.', denkt ze. Ze voelt zich onbegrepen en heeft nu het gevoel dat ze niet mag stotteren. 'De volgende keer zeg ik maar niets', denkt ze.

Roos stottert al van jongs af aan. Haar stotteren heeft veel invloed op de communicatie met anderen. Stotteren is een probleem dat ze met haar omgeving deelt, want het stotteren zorgt voor veel spanning bij haarzelf en haar luisteraars. Ze kan zich de eerste dag op haar nieuwe studie nog goed herinneren. De verbaasde blikken, de blozende gezichten en behulpzame aanvullingen. De vele kennismakingen waarin ze stotterend haar naam uitspreekt komen nog vaak in haar gedachten op.

'Ik ben Rrrrroos', zei ze, waarop Erik antwoordde: 'Je bibbert helemaal, heb je het koud?'. Ze kon niet geloven dat ze dat hem echt heeft horen zeggen. 'Nee, ik sssstotter', zei Roos verlegen. Erik verontschuldigde zich blozend: 'Oh, sorry! Dat hoorde ik helemaal niet'. 'Ik heb het ook wel eens', zei hij er nog snel even achteraan. Ze praten over van alles en nog wat, vooral Erik is aan het woord. Roos knikt vriendelijk en geeft wat commentaar.

Roos heeft vaak het gevoel dat de luisteraar haar de tijd niet geeft om haar zegje te doen. Ze vindt het vervelend als de luisteraar haar woorden of zinnen afmaakt. 'Ze raden wat ik wil gaan zzzzeggen, zodat ik niet mmeer hoef te ssssstotteren', zegt ze tegen haar moeder. 'Hebben ze dan geen ggggeduld? Mag ik niet stotteren?', zegt ze vervolgens. 'Maar natuurlijk mag jij stotterend je zegje doen', zegt haar moeder. 'Ze willen je vast alleen maar helpen. Net zoals ik dat vroeger altijd deed', hoorde ze haar moeder mompelend zeggen.

Wanneer Roos in een ernstige stotter zit, raakt ze weleens het contact met haar luisteraar kwijt. Haar gedachten dwalen weer af naar die kennismakingsdag van haar nieuwe studie. Tijdens een lezing zat ze naast een medestudent, die steeds maar wegkeek wanneer Roos een ernstige stotter maakte. Dat waren de momenten waarin ze zich afgewezen en niet geaccepteerd voelde. 'Waarom kijken ze me niet aan als ik stotter, maar wel als ik iets vloeiend zeg?'. Het wezenlijke gevoel van acceptatie, dat ik er mag zijn met al mijn stotters.

## Meer informatie

Jan Bouwen

Nederlandse Federatie Stotteren  
Postbus 80  
3860 AB Nijkerk

Telefoon: 030-2333336  
Email: [nfs@stotteren.nl](mailto:nfs@stotteren.nl)  
<http://www.stotteren.nl>