

## Verborgen stotteren bij jongeren (12-18 jaar)

### Quote

"Waarom doe jij niet mee? Dddddd Daarom niet!

"

### De feiten

- Bijna 1% van de jongeren stottert chronisch
- 83% van een groep volwassenen die stotteren (N = 276) meldt gepest te zijn in de schooljaren.
- 44% van deze groep geeft aan dat dit gerelateerd was aan het stotteren.
- Jongeren die stotteren worden 2x zo vaak afgewezen door hun leeftijdsgenoten dan jongeren die niet stotteren

### Wat is het probleem?

Veel jongeren die stotteren hebben moeite om aan hun omgeving te laten horen dat ze stotteren. Ze doen hun best om het stotteren te verbergen door aanloopjes zoals 'eh' te gebruiken, andere woorden te kiezen, zinnen om te draaien, etc. Soms gebruiken ze rigoureuze trucjes zoals het zwijgen en het vermijden van moeilijke spreeksituatie. Met name situaties waarin ze verwachten veel en ernstig te gaan stotteren worden dan uit de weg gegaan. De jongere die stottert gaat steeds minder en minder participeren en ontwikkelt steeds meer spreekangst.

Vermijden van stotteren en situaties heeft een negatieve invloed op het participeren. Verborgen stotteren veroorzaakt een introverte, non assertieve attitude en leidt tot een negatieve stereotypering van jongeren die stotteren, met een hoger risico op pesten. Wanneer een kind stottert reageert de omgeving hierop. Soms is de houding van de omgeving begripvol en blijft de luisteraar aandachtig luisteren zonder het kind op te jagen. Soms reageert de omgeving ongeduldig en overheerst de neiging om weg te kijken en de woorden aan te vullen als het kind stottert. Ondanks alle goede bedoelingen kan in de loop der jaren de jongere die stottert de indruk krijgen dat het stotteren niet geaccepteerd wordt door de omgeving. Hij/zij zal dan steeds meer geneigd zijn om het stotteren met allerlei trucjes te verbergen en als dit niet lukt, zal hij/zij risicovolle spreeksituaties gaan vermijden met alle nadelige gevolgen vandien.

Stotteren is 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 en spanningen in het lichaam kunnen een onderdeel zijn van het stottergedrag. Naast hoorbare en zichtbare kenmerken zijn er gedachtes 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.

Stotteren is een communicatief probleem.

Stotteren is bij jongeren vaak persoons- en of situatiegebonden, vooral als het langer bestaat. De jongere die

stottert kan heftiger stotteren tegen een docent dan tegen een klasgenoot (persoonsgebonden) of hij/zij kan tijdens het presenteren voor de klas opeens gaan stotteren terwijl hij/zij in een één-op-één gesprek tijdens de pauzes nauwelijks hoorbaar stottert (situationeel). Ook het gespreksonderwerp kan bepalend zijn voor de stotterernst.

Het stotteren beïnvloedt op zijn beurt de communicatieve interactie. Een persoon die stottert heeft een beetje meer tijd nodig voor zijn spreken, 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 worden gevraagd. Zo beïnvloedt het stotteren niet alleen de persoon die stottert, maar ook de luisteraar. De communicatieve situatie beïnvloedt het stotteren, en het stotteren beïnvloedt de communicatieve situatie.

Stotteren is 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. Opleidingen en functies vragen goede mondelinge uitdrukingsvaardigheden en de school- en werkomgeving verwacht een 'vlotte babbel'. Stotteren kan iemand beperken in zijn/haar maatschappelijke functioneren en participeren. Jongeren 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

In de adolescentieperiode wordt het kunnen aansluiten bij leeftijdsgenoten en het behoren bij een peergroup erg belangrijk. Stotteren kan voor 12-jarigen die de veilige basisschool verlaten een obstakel gaan vormen tijdens de middelbare schoolperiode. Verborgene stotteren veroorzaakt problemen in het leggen van contacten met leeftijdsgenoten en de ontwikkeling tot (jong)volwassene.

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

Uiteraard willen jongeren die stotteren graag, zoals eenieder, ergens bij horen en meedoen aan de communicatieve interactie. Daarbij weten zij echt wel wat ze willen zeggen, alleen kunnen zij 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' stotteren zich tot een stoornis waarbij het spreken steeds problematischer wordt en de interactie steeds moeizamer verloopt.

Luisteraars die woorden aanvullen wekken bij jongeren die stotteren de gedachte op dat het spreken niet goed genoeg is, dat het stotteren niet geaccepteerd wordt en dat zij als persoon vanwege hun stotteren afgewezen worden. Hierdoor zullen jongeren die stotteren proberen minder te stotteren, wat meestal juist leidt tot vermeerdering en/of verergering van het stotterend spreken. Of nog erger, zij gaan stotteren vermijden door andere woorden te gebruiken, zinsconstructies te veranderen of korte, soms zelfs verkeerde antwoorden, te geven.

Uiteindelijk kunnen jongeren die stotteren minder gaan spreken, zich gaan afzonderen.

Goedbedoelde adviezen over hoe ze minder kunnen stotteren en tips over zogenaamde wondertherapieën, die doen vermoeden dat stotteren een eenvoudig op te lossen probleem is, gooien er nog een schepje bovenop. Veel jongeren die stotteren hebben vaak allerlei adviezen en tips opgevolgd, maar helaas zonder blijvend resultaat. De uitdrukking 'baat het niet, dan schaadt het niet' gaat hierbij niet op, want door deze externe druk om niet te stotteren, krijgen jongeren het idee dat ze niet mógen stotteren.

Het hoeft echter niet zo te gaan. De omgeving kan door rustig en geduldig te reageren, te blijven aankijken en niet aan te vullen, door het stotteren te aanvaarden en bespreekbaar te maken, aan de jongeren die stotteren laten merken dat zij mogen stotteren. Hierdoor verdwijnt de communicatieve druk, zullen jongeren die stotteren zich geaccepteerd voelen en zichzelf niet buitensluiten. Juist door te participeren en vaak te spreken zullen zij zich uiteindelijk gemakkelijker uiten en minder gaan stotteren.

## Conclusie

Stotteren is een lastige stoornis, maar hoeft jongeren die stotteren niet te beperken in hun maatschappelijke functioneren en participeren. Wanneer de omgeving begripvol reageert kunnen jongeren die stotteren zich vrij voelen om te stotteren en hoeven zij zich niet te laten leiden door het stotteren. Door 'gewoon' stotterend te zeggen wat zij willen zeggen, en niet het stotteren of spreekmomenten te vermijden, kunnen zij de impact van stotteren verkleinen.

Stotteren heeft niet alleen invloed op de jongere die stottert, maar ook op de omgeving. De omgeving kan door een accepterende houding de jongere die stottert helpen. Door begrip en het stotteren bespreekbaar te maken hoeft de jongere die stottert zich niet afgewezen te voelen waardoor hij/zij makkelijker zal gaan participeren. Dit zal uiteindelijk leiden tot minder en makkelijker stotteren.

Om goed te kunnen functioneren en te participeren hoeft iemand die stottert niet per se 100% vloeiend te leren spreken. Bij wederzijdse acceptatie van stotteren hoeft stotteren geen obstakel te zijn. Jongeren die stotteren hoeven zich niet te laten stoppen door hun stotteren.

## Casus: Ddddaarom doe ik niet mee.

Sam (12) gaat na de zomervakantie naar de middelbare school. Sam stottert al vanaf zijn kleutertijd. In het begin stotterde de hij veel meer, dan maakte hij best wel veel her-her-her-herhalingen die sommige klasgenoten dan weleens nadeden. Deze herhalingen verdwenen op den duur, maar daarvoor in de plaats kwamen vvvvvverlengingen. Soms had hij een blokkade, dan kon hij er helemaal niet uitkomen en raakte hij behoorlijk in paniek. Hij had van die dagen dat hij 's morgens al voelde dat het die dag niet goed zou gaan met het spreken. Op zulke dagen hield hij zich afzijdig in de groep. Hij stelde geen vragen, stak zijn vinger niet op, ook als hij het antwoord wist. En als de juf hem dan toch iets vroeg, dan haalde hij z'n schouders op en zei dan "Weet niet."

Gek genoeg merkte niemand op dat hij niet zei "Ik weet het niet."

Sam werd steeds beter in het vermijden van zijn stotteren, hij gebruikte allerlei stopwoordjes waarop hij niet stotterde, liet moeilijke woorden weg en verving allerlei lastige woorden door synoniemen. Ook gooide hij de hele zin wel eens om als hij een stotter voelde aankomen. En als het niet lukte dan schakelde hij zijn geheime wapen in: zwijgen.

Het lukte Sam steeds beter zijn stotteren verborgen te houden.

De juf van groep 8 vond Sam een ideale leerling, hij was slim, lette altijd goed op en kletste niet veel. Maar soms kreeg ze toch geen hoogte van hem, dan was hij afwezig en leek hij opeens toch niet zo slim. Zijn klasgenoten lieten Sam als hij zo'n stille bui had maar links liggen. Ze vonden hem dan een beetje 'raar' doen. Toch was Sam redelijk populair want hij was erg goed in sporten. Op het veld was hij vaak de aanvoerder en gaf hij iedereen aanwijzingen. Sam begreep zelf niet zo goed, waarom hij dan helemaal geen last van zijn stotteren had. Dat maakt hem ook niet uit, hij genoot ervan. Evenals die avond van de afscheidsmusical. Sam had de hoofdrol gekregen en speelde en zong met verve. Ook dit ging zonder stotteren. Bij zijn ouders sprak Sam eigenlijk altijd wel zonder stotteren, zij hadden het idee dat hij eroverheen was gegroeid. Niemand wist op den duur dat Sam een groot geheim met zich meedroeg. Een geheim dat hij meenam naar de middelbare school.

Het begon op de 1e dag waarop hij zich moest voorstellen voor de klas....

Toen hij eenmaal aan de beurt was stakte zijn adem, klopte zijn hart als een razende, voelde hij het bloed naar zijn hoofd stijgen. "liii, mmmmmijn nnnnnnaam is Sssssssam." Sam ervaaarde het als een ontmaskering. Zijn verborgen stotteren was boven water gekomen. Hij sprak met zichzelf af dat hij dit nooit meer wilde meemaken en besloot geen risico's meer te lopen om zo te stotteren. Het was het begin van een heel moeilijke periode voor Sam. De hele middelbare schooltijd had hij angst om te stotteren, angst om te praten, angst om te participeren. Niet alleen op school, maar ook daarbuiten. Hij deed liever niet meer mee dan dat hij zou stotteren.

Een gedicht van een stotterende puber.

woorden die blijven steken

niet willen komen

woorden gedragen door emotie

wij helpen je dragen

soms kost het moeite

om de juiste manier te vinden

de juiste woorden zodat jij niet stotteren gaat

voortdurend die angst

ben ik al die woorden wel waard

een uitweg vinden...om niet te hoeven praten  
een excuus zo nep.. dat ik er zelf van schrik  
de ergste vorm van stotteren is...  
als je niets zegt

Naam bekend bij NFS

## Meer informatie

Jan Bouwen  
bestuurslid NFS  
Erasmus MC / Universitair Medisch Centrum Rotterdam  
KNO / Gehoor- en Spraakcentrum  
's-Gravendijkwal 230  
3015 CE Rotterdam

Telefoon: 010 – 7033858 (werk)  
Mobiel: 06-37273212 (privé)  
Email: [j.bouwen@erasmusmc.nl](mailto:j.bouwen@erasmusmc.nl)

Nederlandse Federatie Stotteren  
Postbus 80  
3860 AB Nijkerk

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