



Revalidatiecentrum Overleie

Overleiestraat 57 - 8500 Kortrijk
Tel. 056/35 18 52 - fax. 056/35 18 72
e-mail: info@rcoverleie.be
www.rcoverleie.be

december 2005



STOTTERT JE KIND? STOTTER JIJ?

LASTIG ...
**MAAR JE KUNT LEREN
ER MINDER LAST VAN TE HEBBEN!**



Revalidatiecentrum Overleie
Overleiestraat 57 - 8500 Kortrijk

STOTTEREN IS LASTIG!!!

Herken je deze storende gedachten of gevoelens:

als stotteraar

- de woorden zitten vast in mijn keel
- soms spreek ik een beetje rapper en dan struikel ik
- ik weet wat ik moet zeggen, maar soms zit het vast in mijn hersenen
- stotteren is duwertjes, klevertjes en hobbeltjes maken
- mijn mondje wil niet mee
- ik ben nerveus en dan ga ik blokkeren
- het duurt altijd zo lang en dan kijken ze naar mij

als ouder

- hij heeft moeite om eruit te geraken
- hij wil teveel ineens zeggen
- praat nu toch eens rustiger!
- als ze maar niet zo zou schudden met haar hoofd erbij
- ik ben bang dat hij zal uitgelachen worden

... dan ervaar je aan den lijve dat **stotteren veel meer is dan een spreekprobleem**; stotteren kan je spreken blokkeren, maar ook je leven!

IS STOTTEREN TE "GENEZEN"?

Stotteren afleren, "genezen", is NIET mogelijk. Wel mogelijk is het afleren of beïnvloeden van de vervelende gedachten en gevoelens die je leven negatief inkleuren of beheersen. Meestal volgt daaruit ook soepeler praten.

Er is dus veel aan te doen, MAAR: het gaat niet vanzelf of op je eentje, het vraagt:

- **inzet**: kritisch kijken naar je eigen denken en omgaan met stotteren vraagt veel durf, tijd, doorzettingsvermogen.
- **inzicht**: informatie verwerven over wat stotteren is, hoe het ontstaat en in stand gehouden wordt, is een belangrijke voorwaarde om te weten wat je wel en niet kan verwachten of beïnvloeden.
- **deskundige begeleiding**: ervaren stottertherapeuten helpen je om op een realistische manier je stotteren beter te hanteren, makkelijker te spreken en je leven er niet meer door te laten afremmen.

Als stotteraar:

- als ervaringsdeskundige kun je met de steun en de inzichten vanuit de therapie de omgeving wakker maken en inlichten over wat stotteren is, wat het betekent en wat je best wel of niet kan doen.
- het durven bespreekbaar maken van stotteren verlaagt de spanning en de angst, en maakt zo veel spreesituaties toegankelijker.
- meer inzicht in de factoren die voor jou stotteren uitlokken of bevorderen geeft meer gevoel van controle en helpt stotteren te relativeren
- geloof in je eigen kwaliteiten is de sleutel om stotteren niet langer te vermijden of je leven te laten beperken!

Alle inlichtingen:



Revalidatiecentrum Overleie

Overleiestraat 57 - 8500 Kortrijk
Tel. 056/35 18 52 - fax. 056/35 18 72
e-mail: info@rcoverleie.be
www.rcoverleie.be

Dienst Stotteren

Contactpersoon: Kristien Demyttenaere (info@rcoverleie.be)

WAT KAN JE ZELF DOEN?

Als ouder:

- spreekspanning verminderen door bewaken van communicatieregels (beurtrol, laten uitspreken, actief luisteren...)
- besef van invloed van eigen spreekstijl (tempo, duidelijkheid...)
- creëren van veilige en aangename vertelsituaties (rust en ruimte, geschikt moment, op ooghoogte kind, beperken afleiding omgeving...)
- eerder modelleren dan corrigeren, beter voorbeeld geven dan verbeteren
- meer aandacht voor WAT gezegd wordt, dan voor HOE het gezegd wordt
- kwaliteiten van het kind en dus zelfvertrouwen extra bevestigen, stotteren een juiste dus beperkte plaats geven
- signalen van ernstig en/of hardnekkig stotteren leren herkennen
- tijdig contact opnemen voor onderzoek door een deskundige dienst

Als leerkracht:

Naast bovenstaande tips vraagt de groepssituatie een eigen aanpak, zoals:

- stotteren bespreekbaar maken, individueel én in klas
- mondelinge beurten niet automatisch overslaan
- zo nodig spreesituaties aanpassen
- tolerantie in de klas bewaken

STOTTEREN: MEER DAN EEN SPREEKPROBLEEM

Wat is stotteren?

Stotteren is onvloeiend spreken. Dit kan verschillende vormen aannemen:

- herhalen van klanken, woorddelen of woorden
- verlengen van klanken
- blokkeren of vastzitten op een klank
- maken van bijgeluiden
- gebruiken van aanloopwoorden, stopwoorden, synoniemen

Naast **hoorbare** kunnen ook **zichtbare** kenmerken aanwezig zijn, zoals opvallende spanningen of bijbewegingen in het gezicht of meebewegen met handen of ledematen. Deze uiterlijke tekenen gaan innerlijk vaak gepaard met **negatieve gedachten en/of gevoelens** van schaamte, onzekerheid, (faal)angst, minderwaardigheid, verdriet, frustratie, boosheid.

Wat we denken en voelen heeft invloed op hoe we ons **gedragen**: hoe we ons stotteren beleven kan leiden tot vechtgedrag, vermijden van (moeilijke) spreesituaties,...

Hoe ontstaat stotteren?

- **aanleg**: de timing van spreekbewegingen is verstoord, en dit op biologische basis. Deze "zwakke plek" kan aangeboren of erfelijk zijn. De mate van aanleg kan in ernst verschillen, maar blijft levenslang aanwezig.
- **uitlokkende factoren**: enkel bij mensen met deze aanleg kan stotteren uitgelokt worden door een veelheid van innerlijke of uiterlijke spanningen (van Sinterklaas, schoolreis tot tijdsdruk of examens...). Stressgevoeligheid en temperament spelen hierbij een grote rol. Het vaak periodisch heel wisselend verloop van stotteren hangt hiermee samen.
- **in stand houdende factoren**: toenemend besef van "anders spreken dan de anderen" geeft toenemend spanning, grotere spanning versterkt alle stotterkenmerken, er ontstaat een negatieve spiraal van spanning en spreekangst, vermijding en steeds meer stotteren...

VROEGTIJDIG INGRIJPEN IS BELANGRIJK

Spreeken is basis voor communicatie, communicatie is basis voor contact, contact is basis voor sociale en persoonlijkheidsontwikkeling. Om de negatieve of zelfs nefaste invloed van stotteren op de persoonsontplooiing te beperken, is het belangrijk om vroegtijdig de verdere ontwikkeling van stotteren tegen te gaan.

Bij normaal spreken horen ook onvloeiendheden: stopwoordjes, haperingen, pauzes, valse starts, omschrijvingen, ontspannen herhalen of zoeken van woorden... Deze zelfcorrecties kennen we allemaal; dit is natuurlijk geen stotteren.

Ook bij kleuters in volle taalontwikkeling kunnen tijdelijke onvloeiendheden voorkomen, zonder dat dit tot blijvend stotteren leidt.

Bij welke signalen maakt u zich terecht zorgen over het spreken van uw kind en neemt u best contact met een deskundige:

- veelvuldige onvloeiendheden
- onvloeiendheden over langere termijn of periodisch terugkerend
- onvloeiendheden zijn gespannen
- vechtgedrag, bijbewegingen
- spreekangst, vermijdingsgedrag
- voorkomen van stotteren in de familie

WAT BIEDEN WIJ AAN?

Onderzoek

Multi-disciplinair onderzoek kan steeds aangevraagd worden. Wij evalueren het uitwendige stotteren, de invloed op de persoon, de beïnvloedende factoren en eventuele andere meespelende problematieken (ADHD, andere spraak- of taalproblemen, randbegaafdheid...). In team wordt de noodzaak van therapie bekeken en de voorwaarden voor terugbetaling door het RIZIV.

Therapie

Doel is NIET: volledig vloeiend leren praten! (aanleg, normale onvloeiendheden...). De verwachting op zich van vloeiend praten geeft al meer spanning, en dus meer stotteren.

Waar kunnen we WEL aan werken:

- aanleren van een positievere houding tegenover stotteren
- spreken gemakkelijker en aangener maken
- ombuigen van gespannen en onhandig stotteren naar ontspannen, handig stotteren (stottercontrole-technieken)
- opsporen en positief beïnvloeden van uitlokkende en/of versterkende factoren of andere problemen met invloed op het stotteren
- aanleren of bijsturen van sociale en communicatie-vaardigheden zoals weerbaarheid, omgaan met agressie, stress- en conflicthantering, ontspanningstechnieken...

Hieruit blijkt duidelijk dat we in therapie niet focussen op het stotteren of zelfs het spreken, maar dat we aandacht hebben voor de hele persoon, met zijn kwaliteiten én beperkingen, en hoe we een optimale ontplooiing kunnen ondersteunen.

Ook betrokkenheid van de omgeving is van wezenlijk belang: als stotteren overal mag, valt reeds heel wat spanning weg. Zeker bij jonge kinderen vormen ouders een actieve schakel in de therapie, dit via oudergesprekken, therapie-observatie en/of oudergroep (5 maandelijkse sessies).

Ook met school/leerkracht wordt door informatie en overleg gestreefd naar een aanpak op dezelfde golflengte.

Therapie is eveneens multi-disciplinair, door een team van 4 logopedisten/stottertherapeuten, een psychomotore therapeut, een psycholoog en een arts. Meestal zijn er 2 tot 3 vaste therapie-beurten per week, vooral individueel, soms ook in groep. Zeker bij jonge kinderen is de aanpak heel speels en nauw aansluitend op de belevingswereld.