

# EEN ADOLESCENT DIE STOTTERT IN DE KLAS

INFORMATIE EN CONCRETE ADVIEZEN  
SECUNDAIR ONDERWIJS

STOTTERTHERAPIE KATO POLFLIET  
logopedist-stottertherapeut

## WAT IS STOTTEREN?

Stotteren is een probleem in de 'vloeiendheid' van het spreken. Vloeiende sprekers spreken met een zekere snelheid en ritme zonder dat dit hun bijzondere inspanning kost. Nochtans is spreken een ingewikkeld proces waarbij de hersenen, zenuwen en spieren nauw moeten samenwerken. Dit vergt een zeer precieze timing en coördinatie. Soms loopt dit mis en krijg je stotteren. We spreken dus van een *neurologische timingsstoornis*.

We horen hierbij ongewilde onderbrekingen in de spraak. Deze delen we doorgaans op in drie categorieën:

- o herhalingen (ma-ma-maar)
- o verlengingen (mmmmaar)
- o blokkades (m.aar)

Uiteraard bevat ook de spraak van vloeiende sprekers onderbrekingen. Zo gaan alle sprekers wel eens naar hun woorden zoeken en hierbij een pauze nemen, 'euhm' zeggen en/of hun zin hernemen.

Deze 'normale' onvloeiendheden vinden meestal plaats tussen de woorden en zinnen en hebben een duidelijke functie: de aandacht van de luisteraar behouden terwijl de spraak- en taalplanning bezig is. Samenvattend:

### NORMALE ONVLOEIENDHEDEN

trage herhaling  
van een woord of een zinsdeel

*maar.. maar.. gisteren ben ik  
ik ... ik ben daar geweest  
mag ik ... mag ik een koek?*

pauze

*ik wil – pauze – een koek  
ik wil een, euh, een koek*

zinsrevisie

*ik wil een koe – een chocoladekoek*

### STOTTERMOMENTEN

snelle herhaling  
van een klank, lettergreep of woord

*m-m-m-maar gisteren ben ik  
i-i-i-k ben naar daar geweest  
ma-ma-mag ik een koek?*

verlenging

*ik wwwwwil een koek  
mmmmag ik een koek?*

blokkade

*ijk wil een chocoladekoek*

Deze typische stottermomenten (herhalingen, verlengingen, blokkades) komen naar schatting bij 1 à 2 procent van de bevolking voor.

## SECUNDAIRE GEDRAGINGEN

We zien dat personen die stotteren vaak negatieve gevoelens en gedachten hebben over hun stotteren. Vaak geeft dit aanleiding tot het ontwikkelen van 'trucjes' (secundaire gedragingen). Met deze trucjes proberen personen die stotteren het stotteren te vermijden of zo kort mogelijk te houden. Een deel van deze gedragingen worden bewust gesteld. Sommige gedragingen zijn niet meer bewust en eerder geautomatiseerd.

We delen deze gedragingen in volgens de gekende fight – or flightreactie.

**STARTGEDRAG – EN DUWGEDRAG (VECHTEN):** een kleine beweging maken of klank uiten net voor of tijdens het stottermoment.

- een ademhap
- het hoofd naar voor schudden
- de lippen op elkaar persen
- met de ogen knijpen
- onderkaak naar beneden duwen
- meekloppen met hand of voet
- ...

**VERMIJDINGS- EN UITSTELGEDRAG (VLUCHTEN):** proberen het stotteren te verbergen of uit te stellen.

- kortere zinnen gebruiken
- "ik weet het niet"
- oogcontact vermijden
- zin steeds opnieuw beginnen
- spreeksituaties vermijden
- een ander woord kiezen
- ...



Fight Or FLight

## DE OORZAAK VAN STOTTEREN?

We weten dat sommige kinderen aanleg hebben om te stotteren: hun spreekstelsel is gevoeliger voor verstoringen in de timing (*aansturing*) van de spieren. Deze aanleg is vaak genetisch bepaald.

Enkel de aanwezigheid van deze aanleg is niet voldoende om te bepalen of het stotteren tot uiting komt of niet. Het stotteren kan worden uitgelokt door verschillende factoren. Voorbeelden van uitlokkende factoren zijn: stress, een minder of net sterk ontwikkelde taal, een druk temperament, ... Deze zorgen er mede voor dat stotteren zich ontwikkelt. Daarnaast bouwt een persoon die stottert ideeën en gevoelens rond het spreken op. Vaak zijn deze negatief en houden deze mede het stotterprobleem instant.

Gezien er zoveel factoren inspelen op het stotteren, is dit ook iets dat hevig kan fluctueren.

## STOTTERTHERAPIE: EEN WELDOORDACHTTE KEUZE

Bij adolescenten zien we dat het stotteren vaak al erg verankerd is: volledig herstel is niet mogelijk. Wel kunnen we helpen om het plezier en comfort in het spreken te herwinnen. Therapie kan dus wel degelijk nog zinvol zijn.

Doelstellingen hierbij zijn o.a.:

- kennis over stotteren en de uitlokkende factoren
- het omgaan met luisteraarsreacties
- een comfortabele manier van spreken
- tolerantie en acceptatie van het stotteren
- het verminderen van secundaire gedragingen
- het omgaan met negatieve gevoelens en gedachten

## HOE KAN IK HELPEN?

### OPEN KLIMAAT

Zorg dat er in het algemeen een open klimaat heerst in de klas waar diversiteit is toegestaan, diverse moeilijkheden en gevoelens bespreekbaar zijn en leerlingen hun emoties kunnen uiten.

### REACTIES IN DE KLAS

Grijp het onderwerp 'stotteren' aan indien er vragen uit de klas komen. Besteed in het algemeen aandacht aan het omgaan met plagen en pesten en weerbaarheid.

### STOTTEREN MAG

Toon de student dat je het waardeert dat hij actief aan het spreekgebeuren deelneemt. Geef indien nodig duidelijk aan dat stotteren geen negatieve consequenties heeft, bijvoorbeeld: 'je kan nooit punten verliezen.' Probeer de vloeiend spreken niet te prijzen. Zeg dus niet 'dat was zonder stotteren, knap'. Zo geef je indirect aan dat stotteren iets slecht is dat vermeden dient te worden.

### SPREEKOPDRACHTEN/LEZEN

Bespreek vooraf welke spreekopdrachten haalbaar zijn en op welke manier. Stel je zonodig flexibel op. Soms is het wenselijk om spreekopdrachten even aan te passen, maar soms is het net noodzakelijk om de uitdaging aan te gaan. Dit hangt af van de fase in therapie en het karakter van de student.

### BRENG RUST IN HET SPREKEN

Geef de student voldoende tijd om te antwoorden. Focus op de inhoud van het spreken en niet op de vorm. Vermijd directe open vragen. Wacht rustig af wanneer de student iets zegt en houdt oogcontact zoals je zou doen bij iemand die niet stottert. Vul zeker geen woorden aan.

MEER INFORMATIE?



Kato Polfliet  
0497 71 85 71  
kato.polfliet@hotmail.com  
www.katopolfliet.be