

# 'Bellen durfde ik niet'

Samir (18) vluchtte met zijn familie uit Irak en woont sinds twee jaar in Bussum. Hij spreekt goed Nederlands, doet een opleiding en heeft veel vrienden. Eén probleem: hij stottert.

„Ik stotter al sinds mijn derde. In Irak lachten de kinderen uit mijn klas me er altijd om uit”, vertelt Samir, een stoere jongen met hippe kleren. Tegenover hem zit stottertherapeute Brunette van der Neut van de Praktijk voor Logopedie en Stottertherapie Naarden-Bussum. Samir is ongeveer een jaar bij haar in therapie en merkt dat hij aan het veranderen is. „Ik was altijd erg onzeker over mezelf vanwege mijn gestotter, maar de therapie helpt me om over bepaalde angsten heen te stappen en om het stotteren niet als iets ergs te zien.”

In Irak volgde hij ook therapie, maar dat hielp hem helemaal niet en voedde hierdoor zijn angst om te praten. „Daar moest ik keihard gaan schreeuwen, zodat ik pijn in mijn keel kreeg. Of ik moest een boek lezen over de spiegel”, vertelt hij. Toen hij in 2008 in Nederland kwam wonen en naar een ROC in Utrecht ging, vertelde een leraar hem over de mogelijkheden van therapie hier. „Als die leraar er niet was geweest had ik nooit de

stap gezet om weer in therapie te gaan.”

Van der Neut: „Met Samir heb ik eigenlijk twee sporen gevolgd. We hebben gewerkt aan het psychologische gedeelte: we gaan bijvoorbeeld in gesprek over welke plek het stotteren inneemt in zijn leven en of hij bepaalde dingen niet doet, uit angst om te stotteren. Hierbij was het belangrijk om het stotteren niet te zien als alles wat je bent, maar om het te zien als een klein deel van je. Want Samir is veel meer dan een stotteraar. We stelden daarom als doel dat hij zou leren om overal vrijuit te durven praten.”

„Aan de andere kant heb ik hem wat technische dingen geleerd. Hij praat bijvoorbeeld heel erg snel, waardoor hij juist eerder de controle over zijn spreken verliest en gaat stotteren. Maar wanneer hij erop blijft letten om juist rustig te praten, gaat alles veel beter. Maar het is moeilijk om dit te onthouden, terwijl je ook nog een verhaal aan iemand wil vertellen. Ik vergelijk goed spreken daarom ook altijd met topsport,” zegt Van der Neut, terwijl Samir haar bevestigend toeknikt.

De therapeute was soms confronterend Samir: „Bellen naar een onbekende deed ik nooit. Ik was altijd bang dat ik zou gaan stotteren en dat de ander mij maar raar zou vinden of me uit zou lachen. Maar als onderdeel van de therapie moest ik dat toch doen. En toen ik dat eenmaal had gedaan viel het eigenlijk wel mee.” Ook moest hij op het station iemand aanspreken en vragen hoe laat een bepaalde trein zou vertrekken. Lachend: „Toen ik dat moest doen was ik ontzettend zenuwachtig.” Wanneer Samir praat over zijn familie en de vier jaren die hij in Jordanië woonde, stottert hij nauwelijks. Maar wanneer het



Brunette van der Neut in therapie met Samir. Foto Studio Kastermans

## VIER STOTTERFASEN

In Nederland stottert ongeveer 1 procent van de bevolking, dus dat zijn ongeveer 150.000 mensen. Er bestaan verschillende stotterfasen: eerst worden bepaalde woorden of klanken herhaald vanwege enthousiasme of stress, vervolgens wordt men zich bewust van het stotteren

en worden bepaalde woorden vermeden. In de derde fase staat frustratie en vermijding centraal waardoor het stotteren verergert. Bij de vierde fase is er spreekangst ontstaan en is het stotteren een handicap geworden en een belemmering in het dagelijks leven.

over zijn onzekerheid gaat of over de problemen die hij door het stotteren had, wordt het juist erger. „Vreemd is dat hè? Het komt ook door mijn perfectionisme. Ik wil het goed doen en wanneer ik het heb over iets dat niet lukt, wordt ik daar extra op gewezen en ga ik stotteren.

Maar het is zoveel minder geworden dan een jaar geleden. Daarom wil ik iedereen die stottert aanraden in therapie te gaan. Want het is niet erg om te stotteren.”

De naam van Samir is om privacyredenen gefingeerd.

## WEBSITE

De Nederlandse Federatie Stotteren (NFS) is een samenwerkingsverband van stottereaars, ouders van stotterende kinderen en stottertherapeuten. Zij willen door voorlichting en online informatie de kennis over stotteren vergroten, en de problematiek hierdoor verminderen. Zowel ouders, kinderen, jongeren en volwassenen kunnen dus terecht op: [www.stotteren.nl](http://www.stotteren.nl)

## WONDERLIJK MYSTERIE

Eigenlijk is stotteren één van de meest interessante mysteries van deze tijd. Het manifesteert zich bij iedereen weer anders en een eenduidige oorzaak is er niet. Neem nou Sanne Hans, ook bekend als zangeres Miss Montreal, zij stottert al bijna haar hele leven en het is inmiddels haar handelsmerk geworden. Bij

De wereld draait door zei ze laatst dat ze het stotteren eigenlijk niet meer af zou willen leren omdat het haar anders maakt dan anderen, en dat moet ook in de muziekwereld. Het grappige is dat Hans niet stottert wanneer ze zingt. Dan vliegen de zinnen er vloeiend uit. En volgens een collega die bij een concert van haar was, staat ze erg zelfverzekerd op het podium

waardoor ze de nummers moeiteloos -en zonder gestotter- aan elkaar praat. Hetzelfde geldt voor Samir, die ik interviewde voor het verhaal dat u hiernaast kunt lezen. Hij vertelde over een presentatie die hij moest houden op school. Uit voorzorg

had hij zijn klasgenoten van tevoren voorbereid op mogelijk gestotter. Maar omdat hij de presentatie van voor naar achter in zijn hoofd had gestampt, gebeurde dit nauwelijks. Na afloop lachten de klasgenoten van de verbaasde Samir dat hij zeker een grapje maakte toen hij zei dat hij stotterde.

Psychologische, sociale, erfelijke en genetische factoren spelen dus allemaal mee, maar de uitkomst is onvoorspelbaar.

Joëlle Angenent

# Ik knip uw tong wel even bij

Over hoe stotteren ontstaat en hoe je er vanaf komt, bestaan veel theorieën. In de film 'The Kings Speech' – sinds februari in de bioscoop – moet de stotterende koning George VI van zijn therapeut scheldwoorden schreeuwen om zo zijn angst om te spreken kwijt te raken. Een beeld van stotteren vanaf de Griekse oudheid tot nu.

Stotteren is van alle tijden en al die tijd wilde men er maar wat graag van af. Volgens Aristoteles was de tong van een stotteraar te dik, waardoor die de hersenen niet bij kon benen, aldus het Nationaal Historisch Museum. De Griekse arts Hippocrates weet het stotteren aan een te droge tong en gaf zijn patiënten zelf die blaren veroorzaakte, waardoor het spraakgebrek zou verdwijnen. Stotteraar Demosthenes liep dagenlang wanhopig met stenen in zijn mond rond. Volgens de overlevering genas hij zichzelf.

In de eeuwen daarna had de tong het ook zwaar te verduren. De Pruisische chirurg Dieffenbach knipte in de 19e eeuw ton-

## Stotteren door de jaren heen



Stotteren is van alle tijden. Illustratie GPD

gen op maat, omdat stotteren volgens hem kwam door een te dikke tong. Ook waren constant met een voet op de grond stampen, monotoon of juist zangerig praten en hevig met de armen zwaaien, populaire methoden omdat stottereaars hierdoor wer-

den afgeleid van hun normale spreekpatroon. Eenmaal thuis vielen zij helaas vaak weer terug in oude gewoonten.

In 2001 ontdekte de Amerikaanse krant The Mercury Times een bizar stotterexperiment dat in 1939 in een weeshuis in Iowa had

plaatsgevonden. Spraaktherapeut Wendell Johnson wilde zijn theorie testen dat stotteren aan te leren is, wanneer een kind constant gecorrigeerd wordt. Een van de slachtoffers, Mary Korlaske, werd door deze aanpak een stotteraar en daardoor ernstig beperkt in haar functioneren. Dankzij de krant ontdekte ze op haar 74e alsnog wat haar als kind was aangedaan.

Een eenduidige oorzaak voor stotteren is ook nu nog niet gevonden. Sommige wetenschappers wijten het aan erfelijkheid. Wanneer de vader stottert (of heeft gestotterd) heeft een zoon 23 procent kans om te gaan stotteren en een dochter 10 procent. Bij een moeder heeft een zoon 39 procent kans op stotteren en een dochter 16 procent. Stotteren komt dus vaker voor bij mannen. Anderen vinden dat de reactie van de omgeving en psychische problemen een grote rol spelen bij stotteren. In 2002 kwam een groep Duitse onderzoekers met een hele nieuwe theorie. Volgens hen stottert iemand vanwege een weeffout in de hersenen.