

FUNDAMENTELE FEITEN OVER STOTTEREN

1. Stotteren is een neurofysiologische variatie in communicatie, die beïnvloed kan worden door diverse factoren zoals erfelijkheid, taal- en spraakontwikkeling, motoriek, temperament en omgevingsfactoren.
2. Stotteren is een onderbreking in de voorwaartse stroom van de spraak, gekenmerkt door herhalingen van lettergrepen (“ma-ma-maandag”), verlengingen van klanken (“mmmmijn”) of blokkades waarbij geen spraak geproduceerd wordt (“[stille pauze] wat”). Stotteren gaat vaak gepaard met spanning, duwen in de stotter en/of het uitstellen of vermijden van klanken of woorden tijdens het spreken.
3. Bij stotteren ervaart de persoon die stottert een gevoel van controleverlies en/of een gevoel van ‘vastzitten’. Dit is fundamenteel anders dan de typische onvloeiendheden die iedere spreker wel eens ervaart.
4. Stotteren wordt niet veroorzaakt door nervositeit, verlegenheid of enige andere psychologische oorzaak. Mensen die stotteren zijn net als ieder ander wel eens nerveus, opgewonden of verlegen, maar ook rustig, kalm, opgewekt etc. Emoties zijn geen oorzaak van stotteren. Het stotteren kan bij elke emotie voorkomen.
5. De hersenen van mensen die stotteren werken een beetje anders bij het spreken dan de hersenen van mensen die niet stotteren.
6. Stotteren kan erfelijk zijn en in families voorkomen.
7. Stotteren is niet besmettelijk en is niet aangeleerd door imitatie.
8. Jongens stotteren vaker dan meisjes.
9. Minstens één procent van de mensen over de hele wereld stottert, dat zijn meer dan 70 miljoen mensen wereldwijd.
10. Stotteren komt voor binnen elk ras, elke etniciteit en elke cultuur over de hele wereld.
11. Twee-/meertalige mensen die stotteren, stotteren in alle talen die ze spreken. De manier van stotteren kan per taal verschillen (in type en frequentie).
12. Mensen die stotteren weten wat ze willen zeggen.
13. Het is oké om te stotteren. Stotteren is de natuurlijke manier waarop mensen die stotteren praten.
14. Stotteren ontstaat meestal in de vroege kinderjaren, tussen de leeftijd van 2 en 7 jaar, wanneer de spraaktaalontwikkeling op gang komt.
15. Stotteren is van nature variabel.
16. Voor mensen die stotteren, is het stotteren van moment tot moment en van situatie tot situatie anders.

17. Hoe een persoon die stottert het stotteren ervaart, is voor iedereen anders.
18. De impact van stotteren op iemands leven kan veel verder gaan dan wat een luisteraar kan zien of horen.
19. De impact van stotteren op iemands kwaliteit van leven kan van persoon tot persoon verschillen, ongeacht de frequentie van stotteren.
20. Sommige mensen proberen hun stotteren te verbergen in de hoop dat anderen het niet zullen horen of opmerken. Andere personen die stotteren proberen hun stotteren niet te verbergen.
21. Op het stotteren na, verschillen mensen die stotteren niet van mensen die niet stotteren.
22. Effectieve communicatie en stotteren sluiten elkaar niet uit. Je kunt bij elk woord stotteren en zeer effectief communiceren.
23. Mensen die stotteren kunnen elk beroep uitoefenen dat ze willen, inclusief beroepen waarbij veel communicatie nodig is.
24. Als je met iemand praat die stottert, wacht dan tot diegene klaar is met spreken. Mensen (van alle leeftijden) die stotteren willen net zo behandeld worden als mensen die niet stotteren. Maak hun zinnen niet af en onderbreek ze niet. Kijk niet weg en trek je niet terug. Behandel ze zoals je ieder ander zou behandelen door ze de tijd en het respect te geven om hun boodschap over te brengen.

MISVERSTANDEN OVER STOTTEREN

- *Zijn er plekken op de wereld waar geen mensen zijn die stotteren?*

Nee. Stotteren is universeel en komt in elke cultuur, taal en locatie waar mensen wonen voor. Stotteren komt bij meer dan 70 miljoen mensen over de hele wereld voor.

- *Stotteren mensen omdat ze niet weten wat ze willen zeggen?*

Nee. Stotteren is niet het gevolg van het niet weten wat je wilt zeggen. Mensen die stotteren weten precies wat ze willen zeggen en kunnen hun boodschap heel goed overbrengen.

- *Zorgt langzaam spreken en diep ademhalen ervoor dat iemand stopt met stotteren?*

Nee. Stotteren wordt niet veroorzaakt door te snel praten of door niet diep genoeg inademen. Stoters komen voor in het spreken van mensen die stotteren.

- *Kunnen mensen die stotteren stoppen met stotteren als ze maar hard genoeg hun best doen? Kan stotteren genezen worden?*

Nee. Stoters komen van nature voor in het spreken van mensen die stotteren. Hoewel er geen remedie bekend is, zijn er veel dingen die mensen die stotteren kunnen doen om de negatieve impact van stotteren op hun leven te verminderen en om effectief en zelfverzekerd te communiceren.

- *Is nervositeit of angst de oorzaak van stotteren?*

Nee. Mensen die stotteren kunnen volkomen ontspannen zijn en toch op elk woord stotteren. Mensen die stotteren zijn niet abnormaal nerveus of angstig. Stotteren wordt ook niet veroorzaakt door nervositeit of angst. Nervositeit en angst kunnen wel voortkomen uit negatieve reacties of vooroordelen over stotteren van anderen.

- *Zijn mensen die stotteren minder intelligent dan mensen die niet stotteren?*

Absoluut niet. Stotteren, met welke frequentie dan ook, is niet het gevolg van een gebrek aan intelligentie. Daarnaast weten mensen die stotteren precies wat ze willen zeggen.

- *Hebben mensen die stotteren minder zelfvertrouwen dan mensen die niet stotteren?*

Absoluut niet. Stotteren, met welke frequentie dan ook, wordt niet veroorzaakt door verlegenheid of een gebrek aan zelfvertrouwen. Mensen die stotteren kunnen het volledige scala aan eigenschappen en emoties hebben die mensen die niet stotteren ook hebben. Verminderd zelfvertrouwen kan wel voortkomen uit negatieve reacties of vooroordelen over stotteren van anderen.

- *Is het waar dat we niet weten wat de oorzaak van stotteren is?*

Nee, we weten dat stotteren een multifactoriële oorsprong heeft. We hebben al veel geleerd over stotteren. Stotteren is een neurofysiologische variatie in communicatie, die beïnvloed kan worden door diverse factoren zoals erfelijkheid, taal- en spraakontwikkeling, motoriek, temperament en omgevingsfactoren. Er wordt nog steeds veel onderzoek gedaan naar deze factoren.

- *Iedereen stottert toch wel eens?*

Nee, stotteren is fundamenteel anders dan een typische 'onvloeiendheid', zoals zinnen opnieuw beginnen, stopwoordjes gebruiken, af en toe een klank, woord of zin herhalen. Een persoon die stottert heeft een neurofysiologisch verschil en ervaart daarnaast een onderliggend controleverlies of een gevoel van 'vastzitten' tijdens het spreken.

- *Zullen kinderen die stotteren er niet overheen groeien?*

Soms. Niet ieder kind stottert in de loop van zijn ontwikkeling. Er wordt geschat dat ongeveer 5% van de kinderen stottert tijdens de vroege kinderjaren. Bij 60-80% van die kinderen zal het stotteren uitdoven, terwijl ongeveer 20-40% van die kinderen zal blijven stotteren.

Deze informatie is vertaald door Stotterconnect en komt uit:

BLANK CENTER CARE MODEL™ Application for School-Age Children Who Stutter (2023)
Arthur M. Blank Center for Stuttering Education and Research, Moody College of Communication
The University of Texas at Austin



**stotter
connect**

- *Zorgen zorgverleners of ouders ervoor dat stotteren ontstaat door negatief te reageren op de spraak van hun kind?*

Nee. De reactie van een verzorger op de spraak van zijn kind zal er niet voor zorgen dat het kind gaat stotteren, maar kan er wel toe bijdragen dat het kind een positieve of mogelijk negatieve houding ontwikkelt ten opzichte van zijn/haar spreken.

- *Ons werd verteld dat het beter is om niet over stotteren te praten. Is dit waar?*

Nee. Dat is een hardnekkig misverstand. Niet praten over stotteren is iets dat vroeger werd geadviseerd maar waarvan we inmiddels weten dat het niet helpend is. Praten over stotteren zorgt er niet voor dat het stotteren blijvend wordt. Sterker nog, praten over stotteren is juist helpend, zowel voor het kind dat stottert als voor de familie. Door op een open, niet-verontschuldigende, directe en informatieve manier over stotteren te praten, kunnen gezinnen (samen met zorgverleners, hulpverleners, leraren en anderen) het kind laten zien dat stotteren iets is waar over gepraat mag worden en dat het oké is om te stotteren. Hierdoor helpen zij om vooroordelen te bestrijden. Zo ontwikkelt het kind een positieve houding ten opzichte van stotteren, communicatie als geheel en zichzelf.

- *Kun je gaan stotteren door vaak in de buurt te zijn van andere personen die stotteren?*

Nee, stotteren is niet besmettelijk, geen ziekte of aangeleerd gedrag. Een persoon kan stotteren imiteren, maar dat zorgt er niet voor dat hij een persoon wordt die stottert.

- *Stotteren mensen die stotteren allemaal evenveel?*

Nee, iedere persoon stottert anders en de frequentie van het stotteren verschilt van persoon tot persoon. Daarnaast zijn er ook individuele verschillen in hoeveel iemand dagelijks, maandelijks en op jaarbasis stottert.

- *Is het waar dat hoe meer je stottert, hoe meer dit je dagelijks leven beïnvloedt?*

Nee. De impact van stotteren op de kwaliteit van leven kan van persoon tot persoon verschillen, ongeacht de frequentie van stotteren. Elke persoon die stottert, ervaart het stotteren op zijn/haar eigen manier, of de stotterfrequentie nu hoog of laag is. Bij sommige mensen die stotteren heeft het stotteren ernstige impact op hun dagelijks leven, zelfs als de frequentie laag is, waardoor ze niet zeggen wat ze willen zeggen uit angst om te stotteren. Evenzo kan een ander persoon bijna op elk woord stotteren, maar de impact van het stotteren op zijn/haar leven als minimaal ervaren. Soms is het zelfs zo dat een hogere frequentie van het stotteren een positieve verandering is voor de persoon die stottert, omdat hij/zij zich dan door het stotteren niet meer laat weerhouden om te zeggen wat hij/zij wil zeggen. Hij/zij durft dan openlijk te stotteren.

- *Als iemand zijn stotteren 'overwint', betekent dat dan dat hij/zij niet langer zal stotteren?*

Nee. Hoewel dit vaak anders wordt weergegeven in media of in de samenleving, betekent het overwinnen van stotteren niet dat je niet langer zult stotteren. Het betekent dat stotteren je er niet langer van weerhoudt dromen na te streven, vanuit je hart te spreken en voluit te leven.

- *Zal stotteren iemands vermogen om effectief te communiceren beperken?*

Nee. Effectieve communicatie en stotteren sluiten elkaar niet uit. Je kunt bij elk woord stotteren en een verbazingwekkend effectief en goed communiceren.

- *Zal leren spreken zonder stotterers het primaire doel moeten zijn voor stottertherapie?*

Nee, dat hoeft niet. Lange tijd was het vergroten van de vloeiendheid van spreken het primaire doel van stottertherapie. Dit doel kwam echter voort uit de wijdverbreide misvatting dat het voor goed communiceren nodig is om vloeiend te spreken en de aanname dat vloeiend leren spreken noodzakelijk is om de kwaliteit van leven te verbeteren. De afgelopen 20 jaar heeft het Blank Center nooit vloeiendheid als therapiedoel gehad. Zij hebben gestaag bewijsmateriaal opgebouwd voor een alternatief waarbij doelen liggen op het vlak van Communicatie, Ambassadeurschap, veeRkracht en Educatie (CARE). Mensen die stotteren met diverse culturele en talige achtergronden en van alle leeftijden worden in staat gesteld om effectief te communiceren, zelfverzekerd te spreken en voor zichzelf op te komen zodat hun dagelijks leven niet wordt bepaald door het feit of ze al dan niet stotteren als ze spreken.

- *Zijn er beroepen die mensen die stotteren niet kunnen uitoefenen?*

Nee. Mensen die stotteren kunnen elk beroep uitoefenen, inclusief banen die veel communicatie vereisen.

- *Is er een groter risico op stotteren als iemand meer dan één taal spreekt of tweetalig is?*

Nee, tweetaligheid zorgt er niet voor dat iemand meer kans heeft om te gaan stotteren. Veel meertalige personen hebben wel van nature meer onvloeiendheden in hun spraak. Dit zijn echter geen stotterers.