

Reden als Therapie

Ein Gespräch mit Fremden

von Julia Lippe

Hagen. Ungewöhnlich waren die Besucher schon, die plötzlich in der wochenkurier-Redaktion standen. Ungewöhnlich deshalb, weil kein Problem sie plagte, sondern sie einfach nur das Sprechen üben wollten: Reden als Therapie!

Maximilian Müller und Sebastian Stein nehmen zurzeit an einer Therapie in Hagen teil, um gegen das Stottern anzugehen. Sie sollen in Gesprächen mit Fremden ihr Selbstbewusstsein stärken und das flüssige Sprechen üben. Da es in der Redaktion gerade relativ ruhig zugeht, werden die beiden Männer freundlich zum Gespräch hereingebeten, und ich darf als Praktikantin mein erstes Interview führen.

Maximilian Müller aus Dresden und Sebastian Stein aus Bochum, die eigens nach Hagen gekommen sind, um gegen ihre Sprachstörung anzugehen, besuchen regelmäßig Seminare in ganz Deutschland und Österreich. Die Kurse werden von Hans Liebelt, einem „Ex-Stotterer“ geleitet, der nun Menschen mit derartigen Sprachstörungen zu helfen versucht. Ein solcher Kurs würde im Durchschnitt von 15 Personen besucht, allerdings seien die Zahlen der Teilnehmer im letzten Jahr rückläufig, berichtet Maximilian Müller, der völlig konzentriert und gleichmäßig atmend ganze Sätze sprechen kann, ohne zu stottern. Beide

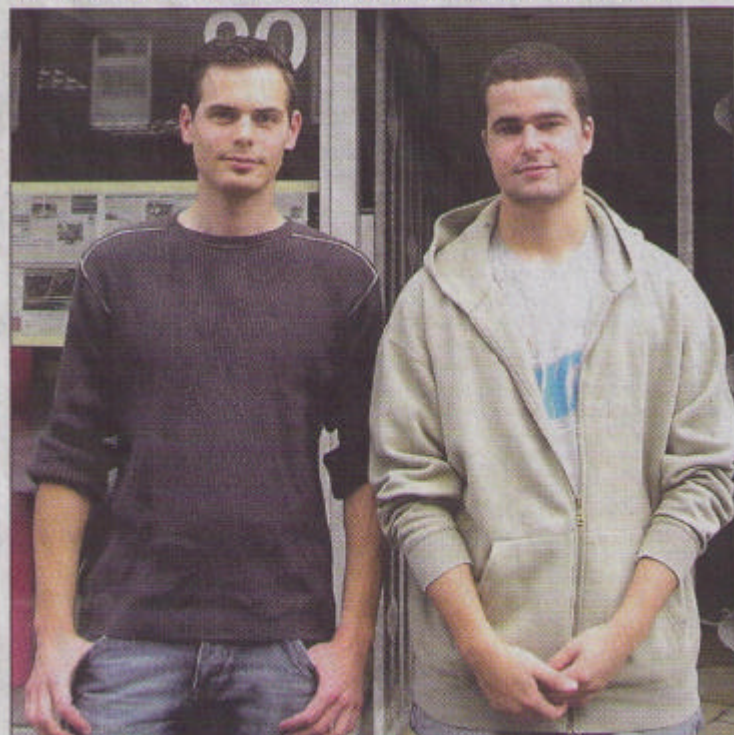
Studenten reden langsam und atmen immer wieder tief ein, bevor sie zum Reden ansetzen.

„Rund 800.000 Menschen in Deutschland stottern,“ weiß der 27-jährige Bochumer, „nur viele wollen sich das nicht eingestehen, auch in unserer Gruppe haben wir Mitglieder, die sich anfangs etwas schwer taten. Aber nach einem kostenlosen Schnupperwochenende wurde den meisten von uns klar, wie effektiv die Therapie ist.“

In den Zusammenkünften lernen die Stotterer, wie es möglich ist flüssig zu Sprechen. „Im Grunde geht es nur um Selbstbewusstsein, Visualisierung und Konzentration.“, sagt Sebastian Stein.

Der Trick bestehe darin, nicht an das Stottern zu denken, sondern bewusst zu atmen und sich auf (beispielsweise) eine imaginäre Linie zu konzentrieren, die sich langsam wölbt und dann wieder glättet. „Man darf keine Angst vor Fehlern haben, man darf nicht an den Weg denken, nur an das Ziel.“, erklärt der 18-jährige Dresdner. Eine andere Möglichkeit gegen das Stottern bietet die Zwerchfellatmung, die das Hängenbleiben an Worten unmöglich mache.

Nach unserem „Gespräch ohne Stottern“ mache ich noch schnell ein Foto von den Beiden, die sich überschwänglich bedanken. Aber auch ich habe von unserem Gesprächstermin profitiert.



Maximilian Müller und Sebastian Stein blicken optimistisch in die Zukunft, schon bald werden sie fast ohne Sprachstörungen reden können. (Foto: Julia Lippe)