

Stotteren

Spreken is een ingewikkelde vaardigheid. Bij spreken zet je gedachten, wensen of gevoelens om in taal: in woorden en zinnen. De woorden worden omgezet in bewegingen van de stembanden, het gehemelte, de tong en de lippen. Alle spieren die nodig zijn om woorden te zeggen, moeten op het juiste moment actief worden of juiste ontspannen. Een goede samenwerking van de spieren, met precies de juiste snelheid en kracht is erg belangrijk (dit noemen we ook wel 'timing').

Het is eigenlijk niet zo vreemd, dat dit soms bij kinderen niet helemaal goed verloopt. Je hoort dan dat ze een klank of een stukje van een woord herhalen. Dit noemen we dan onvloeiend spreken, haperen of stotteren. Bij ongeveer 5% van de kinderen in de leeftijd van twee tot zes jaar zijn stotterverschijnselen te horen. Bij ruim de helft hiervan (50-80%) verdwijnt het stotteren voor het 10^e jaar.

Stotterverschijnselen

Iedereen weet wel wat stotteren is. Maar bedoelen we er allemaal hetzelfde mee? Er zijn veel manieren van stotteren:

- woorden herhalen: **maar maar maar mag ik dan...**
- delen van een zin herhalen: **en toen en toen en toen**
- delen van een woord herhalen: **de pa pa pa paraplu**
- klanken (letters) herhalen: **t t t toen**
- klanken langer aanhouden: **mmmmmmag ik...**
- op een klank vastzitten: **p oes**
- stopwoorden gebruiken: **maar...nou.....ik kon....nou.... er niks aan doen**
- een ander woord gebruiken voor een 'lastig' woord: **poes** wordt **zo'n beest**

Wanneer een kind merkt dat het anders spreekt dan anderen, zal het extra zijn/haar best gaan doen goed (=vloeiend) te spreken. Het kind probeert om niet te stotteren door meer kracht te zetten of extra geluiden of bewegingen te maken om uit zijn/haar woorden te komen. Of het kind camoufleert het stotteren door andere woorden te gebruiken.

Wanneer ontstaat stotteren

Sommige kinderen hebben een zekere aanleg voor stotteren, bijvoorbeeld als er een zwak gevoel is voor timing van de spraak of als stotteren in de familie voorkomt. Zij kunnen stotteren gaan ontwikkelen, maar dit hoeft niet!

Er zijn situaties die het onvloeiend spreken / stotteren kunnen 'uitlokken' of versterken. Deze situaties hebben te maken met spanning, bijvoorbeeld: een verjaardag, een ziekenhuisopname, de geboorte van een broertje of zusje, Sinterklaas, enz. Ook het 'eisen' van een bepaalde snelheid van spreken kan stotteren uitlokken. Daarbij kan het 'tempo' van het gezin waarin het kind leeft hoog zijn. Ook kan het kind zelf een bepaalde spreeknelheid willen halen, die veel vraagt van de timing. Daarnaast spelen andere belemmeringen soms een rol: uitspraakproblemen, motorische problemen, minder goed gehoor, enz.

Ongerust

Stotteren ontwikkelt zich vaak heel geleidelijk en kan ook veranderlijk zijn. Soms lijkt het verdwenen en plotseling duikt het weer op. Om uit te vinden of een kind normale onvloeiendheden heeft of dat er een echt risico is op stotteren is de Screenings Lijst Stotteren (SLS) ontwikkeld (zie: www.stotteren.nl). Door de vragen in te vullen kunt u als ouder zelf nagaan of u rustig kunt afwachten of toch alert moet blijven en eventueel hulp moet inschakelen.

In ieder geval is het belangrijk geen negatieve sfeer rond het stotteren te creëren. Als het kind er geen probleem van maakt, moeten ouders dat ook niet doen. Luister naar wat een kind vertelt en niet naar hoe het vertelt. Adviezen als 'zeg het nog eens, praat eens rustig, haal eerst adem enz.' zijn vaak goed bedoeld, maar helpen uiteindelijk niet. Een jong kind heeft geen idee wat het dan anders moet doen en krijgt bovendien het gevoel dat het iets fout doet, wat de spanning weer kan verhogen.

Andere tips:

- laat het kind uitpraten: maak het woord of de zin niet af
- dwing het kind niet op te praten, als het dat echt niet wil, vooral niet in het bijzijn van anderen
- houd oogcontact met het kind als het stottert
- praat zelf in een rustig tempo en gebruik niet te ingewikkelde zinnen
- prijs het kind om de dingen die het goed doet, daarmee wordt het zelfvertrouwen vergroot
- lach het kind niet uit en doe het niet na
- plaats het kind niet in een uitzonderingspositie door stotteren te “belonen” met extra aandacht
- als het kind over het stotteren wil praten, ga er dan op in
- praat niet in het bijzijn van anderen over het stotteren van het kind
- probeer uw eigen ongerustheid of spanning niet te laten merken aan het kind
- bereid belangrijke gebeurtenissen goed voor: praat er van te voren over

Hulp zoeken

Wanneer u ongerust, gespannen of geïrriteerd bent over het spreken van uw kind is het belangrijk om hulp te zoeken: hoe jong uw kind ook is. Hoe eerder u hulp inroept, hoe groter de kans is dat uw kind weer vloeiend gaat spreken. Op de site www.stotteren.nl vindt u veel informatie en adressen.

Wilt u meer informatie? Kijk op www.ggdnog.nl/jeugdgezondheid

Als u meer informatie of advies wilt hebben over stotteren, dan kunt u contact opnemen met de logopedist die de school van uw kind bezoekt. De logopedist is bereikbaar via GGD Noord- en Oost-Gelderland: (T 088 – 443 32 00).

De folder 'Stotteren' is een uitgave van GGD Noord- en Oost-Gelderland (januari 2013).



Noord- en Oost-Gelderland



Stotteren

Centraal Postadres

Postbus 51
7300 AB Apeldoorn
T 088 - 443 30 69
F 088 - 443 30 01
W www.ggdnog.nl

Vestigingen

Apeldoorn
Doetinchem
Groenlo
Harderwijk
Zutphen



Informatie

over de privacy- en
klachtenregeling
vindt u op
www.ggdnog.nl