

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 69 (2012)  
**Heft:** 3: Vom Glück, zu sprechen

**Artikel:** Vom Glück, zu sprechen  
**Autor:** Horat Gutmann, Petra  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-557687>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 23.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Vom Glück, zu sprechen

Reden mit Steinen im Mund, Medikamente, Operationen, Computermethoden, Spieltherapie ... es gibt wohl nichts, was noch nicht ausprobiert worden wäre, um Stotternden zu helfen. Den Dschungel der Hilfsangebote überragen einzelne Therapien, die ebenso intensiv wie ganzheitlich vorgehen.

Petra Horat Gutmann





«li..ch...hhei..sse... Lll..efff..ke.». So hörte es sich an, wenn die deutsche Schülerin Lefke Blöcker zum Sprechen ansetzte. Heute erzählt die 16-jährige fließend. Kaum ein Wort erinnert mehr an die schwere Stotterstörung, die das Mädchen lange Zeit quälte. «Ich war oft wütend, weil das Sprechen unmöglich war», erinnert sich die Schülerin aus Wattenbek in Deutschland. Doch inzwischen kann Lefke problemlos ausdrücken, was sie bewegt und was sie möchte. Auch Lefkes Mutter Heike ist überglücklich: «Meine Tochter weiss jetzt, wie sie sich selbst helfen kann.» Ermöglicht hat diese Heilung die Logopädin und Erzieherin Sabine Schütz. «Das Leiden der Stotternden hat mich von Anfang an sehr berührt», erinnert sich die 52-jährige, die seit über 20 Jahren mit Stotter-Patienten arbeitet. Ihr Stotterzentrum im deutschen Bad Marienberg steht Hilfesuchenden im Alter zwischen 10 und 25 Jahren offen. Nach der dreiwöchigen Intensivtherapie sind 80 Prozent der Schülerinnen und Schüler in der Lage, fließend zu sprechen. «Die restlichen 20 Prozent fallen wieder in ihre alte Sprechweise zurück, weil sie zu Hause nicht konsequent weiter üben oder von den Eltern nicht ausreichend unterstützt werden», bedauert Sabine Schütz.

### Den «Loslass-Ton» lernen

Grundlage der Therapie von Sabine Schütz ist eine spezielle Sprechtechnik, mit deren Hilfe die jungen Patienten lernen, ihre Stimmlippen zu entkrampfen und Worte flüssig zu sprechen. Der dabei entstehende «Los-Lass-Ton» bildet die Grundlage der neuen Sprechweise.

«Ab der ersten Therapiestunde werden die alten Sprechmuster quasi durchgeschnitten und ein neues Muster erlernt», unterstreicht Logopädin Schütz. Dafür wird die neue Technik acht Stunden täglich eingeübt und im Alltag verankert – u.a. mit Hilfe von Rollenspielen und praktischen Aufgaben wie Telefonieren oder Einkaufen in Geschäften.

«So kann sich die erlernte Methode nach und nach in ein «eigenes Sprechen» verwandeln und bildet dann eine Brücke vom Stottern zum normalen Sprechen», sagt Sabine Schütz.

Dass die Stottertherapie drei Wochen dauert, betrachtet die Mutter von zwei Kindern als grossen Vorteil gegenüber herkömmlichen Therapien: «Es ist wissen-

schaftlich erwiesen, dass das Gehirn etwa 21 Tage braucht, um neue Gewohnheiten zu automatisieren. So lange brauchen auch unsere Patientinnen, um ihre neue Sprechweise zu verankern.» Helfend zur Seite steht ihnen dabei ein mehrköpfiges Team von Profis, zu dem eine Logopädin, eine angehende Logopädin, ein Ergotherapeut, eine Shiatsu-Therapeutin, ein Musiktherapeut, eine Klangschalen-Therapeutin und eine Spezialistin für Progressive Muskelentspannung gehören.

### Zu Hause weiter üben

Wenn die Mädchen und Jungen das Stotterheilzentrum nach drei Wochen verlassen, klingt ihre Sprechweise fließend, aber immer noch etwas eigenartig. Das hat auch Lefke Blöcker erfahren: «Gleich am ersten Tag musste ich in der Schule ein Referat halten. Alles verlief glatt, doch es hörte sich noch komisch an.»

Lehrerin und Mitschüler waren trotzdem begeistert. «Ich hätte nie gedacht, dass Lefke nach drei Wochen schon so gut spricht!», erzählt Pauline, Lefkes beste Freundin.

Mit der Rückkehr in den Alltag geht die Heilung weiter: «Die Patienten müssen auch zu Hause täglich Sprech- und Atemübungen machen», unterstreicht Sabine Schütz. Das sei wichtig, um die neu erlernte Sprechweise beizubehalten und zu vervollkommen. Aus dem gleichen Grund bietet das Stottertherapiezentrum fünf Wochen, drei Monate und ein Jahr nach der Therapie Kontroll- und Auffrischtage in Bad Marienberg an. Das Mädchen Lefke hat auch diese mit Erfolg absolviert, und wird in zwei Jahren ein Logopädie-Studium beginnen: «Ein Traum ist wahr geworden, der zuvor unmöglich schien!»

### Hilfe aus dem Stotter-Internat

In Deutschland sind Therapieangebote wie dasjenige von Sabine Schütz rar, und auch in der Schweiz sind mehrwöchige Intensivtrainings, die das Sprechen verflüssigen, eine Seltenheit. Eine Ausnahme bildet die Sprachheilschule St. Gallen: Sie bietet stotternden Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, während eines halben Jahres ein «Stotter-Internat» zu besuchen.

Die jungen Gäste lernen, wie man fließend spricht, und büffeln parallel dazu zwei Stunden täglich Ma-



thematik, Deutsch und eine Fremdsprache, um auf dem Wissensstand ihrer Heimatschulen zu bleiben. Auch in St. Gallen gehören Atem-, Sprech- und Stimmübungen zum Tagesprogramm. Sie werden durch Entspannungsübungen, Rollenspiele und «in-vivo»-Übungen ergänzt.

Letzteres bedeutet beispielsweise, dass die Therapeutin und ihre Schülerinnen und Schüler wöchentlich einmal gemeinsam in die Stadt fahren, wo die Lernenden auf fremde Leute zugehen, ihnen Fragen stellen oder sich in Geschäften nach etwas erkundigen müssen.

«Das sind wichtige Übungen», erklärt Divina Suarez, Logopädin und Leiterin des Therapieangebotes an der Sprachheilschule St. Gallen. «Stotternde wählen bei Schwierigkeiten meistens den Weg des geringsten Widerstandes. Wir helfen ihnen, ihre Ängste zu

Ungehindert mitreden, vielleicht sogar bei der Schulaufführung mitspielen – ein Traum, der wahr werden kann.

überwinden und sich in Alltagssituationen zurecht zu finden.» Dazu gehöre auch das Besprechen und Nachdenken über die gemachten Erfahrungen sowie die Möglichkeit, neue Erfahrungen zu sammeln.

### Ein «neues» Kind begrüßen

Anders als in Bad Marienberg dürfen die St. Galler Schüler in den ersten zwei Wochen in ihrer alten Weise sprechen. «Das ermöglicht ihnen, das Stottern der anderen wahrzunehmen, die eigenen Reaktionen darauf zu beobachten und die Reaktionen der nicht-stotternden Umwelt besser zu verstehen», erklärt Divina Suarez. Es folgt ein gemeinsames Schweigewochenende, an dem die Stotternden erfahren, was es bedeutet, wenn man überhaupt nicht sprechen kann. Auch fördere das Schweige-Weekend das Zusammengehörigkeitsgefühl der Gruppe, hat Divina Suarez beobachtet.

Ob Bad Marienberg oder St. Gallen: In beiden Stotterheilzentren wird grosser Wert auf die Zusammenarbeit mit den Eltern gelegt. Die Lehrer und Pädagoginnen stehen in wöchentlichem Kontakt mit den Eltern, längere Gespräche und individuelle Beratungen sind wichtig. Zumal die Eltern nach sechs Monaten ein «neues» Kind zurückbekommen: «Die Kinder lernen in der Stottertherapie nicht nur, wie man fliessend spricht», freut sich Divina Suarez. «Sie werden auch selbstbewusster, können sich besser behaupten, ihre Gefühle positiv beeinflussen und sich selbst und andere feiner wahrnehmen. Und sie entdecken, dass Reden richtig Spass machen kann!»

### Zur Freude finden

Freude und Spass – das war auch für Beat Meichtry aus Zürich eine wichtige «Arznei». Der 57-Jährige, der als Kind, Teenager und junger Erwachsener stotterte, hat einen langen Therapieweg hinter sich. Er wurde zu vielen Therapien motiviert und probierte alles Mögliche aus – darunter Logopädie, Handauflegen, Atemschulung, Stimmübungen, Magnetopathie, Progressive Muskelentspannung und vieles mehr. Heute spricht der gebürtige Zürcher beim Interview am Telefon ausdrucksvoll und fliessend. Nur gelegentlich dehnt er einen Vokal kaum hörbar.

«Aus jeder Therapie habe ich etwas mitgenommen», erinnert sich der Vater von drei Kindern. «So ist meine innere Sicherheit gewachsen, und ich habe





angefangen, die komplexen Zusammenhänge des Stotterns zu verstehen.» Ganz wichtig sei die Entdeckung gewesen, dass man mit gesprochenen Worten lustvoll spielen und experimentieren könne: «Meine Aufmerksamkeit verlagerte sich immer mehr von der Angst zur Freude. Parallel dazu veränderte sich meine innere Welt.»

Seine reichen Erfahrungen gibt Beat Meichtry heute unter dem Dach der «VERSTA» an Stotternde und ihre Angehörigen weiter. Die Selbsthilfevereinigung, die einen Leistungsvertrag mit dem Bundesamt für Sozialversicherungen hat, bietet individuelle Beratungen an und organisiert Intensivseminare für Stotternde und ihre Eltern oder Partner. Dazu gehören einwöchige, modulare Intensivkurse, die über ein halbes Jahr verteilt sind und durch Auffrischtage ergänzt werden. Beat Meichtry hält Intensivprogramme wie diejenigen von Sabine Schütz, der Sprachheilschule St. Gallen und der VERSTA für wertvoll. Ablehnend dagegen beurteilt er Angebote, die eine sofortige «Wunderheilung» versprechen. «Es ist zwar möglich, mit Hilfe von Sprechtechniken rasche Fortschritte zu erzielen», sagt er. «Doch wenn die neuen Redegewohnheiten nicht nachhaltig im Unterbewusstsein verankert werden, ist der Absturz vorprogrammiert. Besser, man setzt auf Geduld und ein stetiges Wachsen.»

### Wie man mit Stotternden umgeht

Wie soll man sich verhalten, wenn man merkt, dass das Gegenüber einen Kloss im Hals und einen Knoten in der Zunge hat? «Das Beste ist, man verhält sich so wie bei einem Normalsprechenden», rät Wolfgang Braun, Logopäde an der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik in Zürich. «Man hört ruhig und freundlich zu, schaut dem Stotternden in die Augen und vermeidet, den Satz an seiner Stelle fertig zu sprechen.»

Ähnliche Verhaltensregeln empfehlen sich auch im Umgang mit Kleinkindern. Bei den meisten von ihnen erweitert sich die Wahrnehmungsfähigkeit um das dritte Altersjahr herum explosionsartig, was dazu führt, dass die Kinder mehr und rascher sprechen möchten, aber aufgrund der unausgereiften Mundmotorik dazu nicht in der Lage sind. «Am besten man geht ruhig und locker mit diesem Entwicklungsstottern um, behält es aber trotzdem im Auge. Wenn das Stottern länger als ein halbes Jahr andauert oder das

Kind Anstrengungstendenzen zeigt, sollte eine logopädische Abklärung stattfinden», empfiehlt die St. Galler Logopädin Divina Suarez. «Die Eltern sollten dem Kind ein Gefühl der Sicherheit geben und sich auf den Inhalt des Gesprochenen konzentrieren statt auf die Art und Weise des Sprechens. Sie sollten dem Kind signalisieren, dass sie seine Schwierigkeit bemerken, dass es aber in Ordnung ist.» ■

#### INFO

#### Adressen und Kontakte

**Schweiz: Sprachheilschule St. Gallen**, Höhenweg 64, 9000 St. Gallen, Tel. 071 274 11 11, E-Mail: [info@sprachheilschule.ch](mailto:info@sprachheilschule.ch); [www.sprachheilschule.ch](http://www.sprachheilschule.ch)

Das «Stotter-Internat» der Sprachheilschule steht Kindern und Jugendlichen zwischen 11 und 18 Jahren aus der ganzen Deutschschweiz offen. Die Kosten werden von den Schulgemeinden getragen, der Selbstkostenbeitrag ist mit CHF 15.- pro Tag moderat.

**Schweiz: VERSTA, VEReinigung für Stotternde und Angehörige**, Beat Meichtry (Geschäftsstelle), 3775 Lenk im Simmental/Bern, Tel. 033 733 07 31, E-Mail: [info@versta.ch](mailto:info@versta.ch); [www.versta.ch](http://www.versta.ch)

Die VERSTA bietet Beratungen an, organisiert Intensivseminare für Stotternde und ihre Eltern oder Partner und publiziert dreimal jährlich eine Mitgliederzeitung. Sie berät Selbsthilfegruppen in Basel, Bern, Luzern, St. Gallen, Zürich, im Rheintal und im Tessin.

**Deutschland: Praxis für Logopädie, Stottertherapiezentrum**, Sabine Schütz, Bornwiese 1, 56470 Bad Marienberg, Tel. 02661 91 77 607, E-Mail: [delphin@therapie-fuer-stotternde.de](mailto:delphin@therapie-fuer-stotternde.de); [www.therapie-fuer-stotternde.de](http://www.therapie-fuer-stotternde.de)

Die Nachfrage nach Therapieplätzen aus dem In- und Ausland ist gross. Sabine Schütz führt regelmässig Diagnostik-Tage in Bad Marienberg durch, bei denen sie ihre Therapie vorstellt und zusammen mit Eltern und Betroffenen klärt, ob das Konzept für sie geeignet ist. Die dreiwöchige Therapie kostet rund 2000 Euro. In Deutschland wird dieser Betrag überwiegend von den Krankenkassen übernommen.