

Lieber Bruder, liebe Schwester von \_\_\_\_\_ !

Ich habe ein Buch für \_\_\_\_\_ geschrieben. Und in diesem Buch steht dieser Brief, den dir \_\_\_\_\_ gegeben hat. Du weißt natürlich schon lange, dass \_\_\_\_\_ stottert. Du hast bestimmt schon oft versucht, beim Sprechen zu helfen. Manchmal ging es dann besser, aber manchmal auch nicht. Woran liegt das? \_\_\_\_\_ spricht am besten, wenn er/sie sich innerlich ruhig fühlt. Das kommt dir gewiss nicht so ganz fremd vor: Wenn du in einer großen Gruppe Menschen etwas sagen musst, bist du auch angespannt und weißt dann meistens nicht genau, was du sagen sollst. Zum Glück stotterst du dann nicht. \_\_\_\_\_ hat etwas mehr Mühe beim Sprechen und stottert schon, wenn er/sie aufgeregt ist. Man kann durch alles Mögliche angespannt sein. Weil man bald Geburtstag hat. Weil man gleich ein Zeugnis bekommt. Weil man in die Ferien fährt. Oder weil man Angst hat, Dinge nicht gut zu machen. Weil man ein bisschen krank ist oder sehr große Eile hat. Weil man denkt, dass andere Kinder einen dumm finden könnten. Oder weil man Angst hat, etwas falsch zu machen. Solche Sachen sind für uns alle sehr aufregend. Jeder kennt diese Spannungen, aber nicht jeder lässt sie sich anmerken. Wenn du stotterst, wird das etwas schwieriger. Dann kann jeder dir anhören, wenn du angespannt bist. Deshalb wird \_\_\_\_\_ sich immer sehr anstrengen, das Stottern zu verbergen. Weißt du, was dann passiert? Dann wird der innere Druck noch größer und ... man stottert noch mehr. Aufgeregt sein ist ganz normal. Das kennst du, und das kenne ich auch. Wir denken nur sehr oft, dass wir das nicht sein dürfen. Wir denken oft, dass wir alles gut machen müssen. Aber niemand kann alles gut. Du kennst sicher auch Probleme, die du schwierig findest. Probleme, bei denen du angespannt bist. Das darf auch so sein. Genauso wie \_\_\_\_\_ das Sprechen schwierig finden darf. Es hilft eine ganze Menge, wenn \_\_\_\_\_ das Gefühl bekommt, dass Stottern nicht verboten ist und dass ruhig gestottert werden darf. Das ist der erste Schritt, um weniger zu stottern. Es hilft auch sehr, wenn \_\_\_\_\_ einen Bruder oder eine Schwester hat, der/die ein bisschen versteht, was Stottern ist.

Danke fürs Helfen!

Eelco de Geuss (*Stottertherapeut*)