

Wie kann ich mit meinem Kind über Stottern sprechen?

Egal ob Ihr Kind erst kürzlich angefangen hat zu stottern oder schon länger stottert, Sie fragen sich womöglich, ob es in Ordnung ist, mit ihm über das Stottern zu sprechen. Für manche mag das Stottern ein Tabuthema sein, obwohl es alle bemerken. Was Sie überraschen könnte, ist, dass es nicht nur in Ordnung ist, über das Stottern zu sprechen, sondern dass es auch Vorteile mit sich bringt. Das Wissen über Vermeidungsverhalten und das Validieren der Gefühle kann sehr hilfreich sein. Das Sprechen über das Stottern schafft eine Kultur der Offenheit und Akzeptanz, die selbstbewusste und freudige Kommunikation unterstützt, ob mit oder ohne Stottern.

Nachfolgend finden Sie einige Vorschläge, wie Sie diesen Prozess unterstützen können.

EMPFEHLUNG:	BEISPIELSÄTZE:
Benennen Sie die Gefühle ihres Kindes, damit es die Bezeichnungen dafür lernen kann. Schon etwas so Einfaches wie das laute Ausdrücken von Gefühlen kann für Kinder hilfreich sein.	„Ich sehe, du bist traurig“ oder „Du scheinst frustriert zu sein.“
Helfen Sie ihrem kleinen Kind Gefühle zu verstehen. Benennen Sie sie, zeichnen Sie diese, lesen Sie Geschichten über Menschen, die Gefühle erleben, und zeigen Sie ihre eigenen Gefühle und Bewältigungsstrategien.	„Mama ist wütend, also geht sie in ein anderes Zimmer und bleibt kurz allein, um sich zu beruhigen, dann können wir darüber sprechen.“ oder „Das Mädchen in der Geschichte war so aufgeregt wegen ihres Geburtstags, dass sie kaum stillsitzen konnte! Und sie war so traurig, als die Geburtstagsfeier vorbei war.“
Sobald Ihr Kind alt genug ist, bei starken Gefühlsausbrüchen zu Ihnen zu kommen, welche es verarbeiten muss, schaffen Sie Möglichkeiten diese auszudrücken. Kinder müssen lernen, dass ihre Gefühle nicht bedrohlich sind und dass Sie ihnen helfen können, damit umzugehen.	Anstelle von „Ich bin mir sicher, das Mädchen wollte deine Gefühle nicht verletzen“ oder „Du musst darüber nicht weinen“, versuchen Sie es mit „Wow, das klingt, als hätte dich das wirklich verletzt, das tut mir leid. Erzähl mir mehr.“
Schaffen Sie eine Atmosphäre, wo jeder mit seiner Einzigartigkeit Platz hat. Sie könnten gemeinsam ein Buch gestalten, in dem jedes Familienmitglied seine Unterschiede beschreibt und eine Seite dazu gestaltet. Ein solches Buch kann Ihrem Kind helfen, das Stottern als nur einen weiteren Unterschied zu sehen, ähnlich wie die Augenfarbe.	„Mama hat einen Akzent in Englisch, Sonia stottert, Papa ist groß, Emily hat viele Sommersprossen. Mama ist gut in Mathematik, aber Papa ist gut im Kochen. Sonia ist eine tolle Tänzerin und Emily liebt Turnen. Sonia ist freundlich und lädt immer neue Kinder ein, mit ihr zu spielen.“
Bemerken Sie gelegentlich Momente des Stotterns, oder dann, wenn Ihr Kind sie auch selbst bemerkt.	„Gut gemacht, dass du mich während des holprigen Wortes noch angesehen hast.“ oder „Das war ein bisschen schwierig für Dich, aber du hast weitergeredet, gut gemacht!“
Sagen Sie Ihrem Kind, dass es in Ordnung ist, zu stottern. Das ist eines der Dinge, das uns anders sein lässt, und das ist in Ordnung.	„Es ist in Ordnung, zu stottern. Was du zu sagen hast, ist immer wert, gesagt zu werden.“
Wenn andere Sie nach dem Stottern Ihres Kindes fragen, seien Sie ein Modell für ihr Kind, wie man es erklären kann: • Benennen Sie es (Stottern) • Normalisieren Sie es • Erklären Sie Zuhörern, was zu tun ist	„Ja, es stottert, also hört man vielleicht ein paar Momente der Pause oder Wiederholungen, aber es weiß genau, was es sagen will, also geben Sie ihm einfach einen Moment Zeit, um fertig zu sprechen. Stottern ist nur eines der Dinge, welches es einzigartig macht.“
Wenn Ihr Kind bereit ist, stellen Sie es einer Gemeinschaft von stotternden Menschen vor. Einige Organisationen mit lokalen Niederlassungen in den USA sind: National Stuttering Association, FRIENDS, Stuttering Association for the Young.	„Kommst du mit mir zu diesem Familienabend, wo auch andere Menschen mit Stottern teilnehmen? Ich möchte gemeinsam mit Dir mehr über das Stottern erfahren, denn es ist etwas, das einen einzigartig macht.“

WAS TUN, WENN MEIN KIND GEMOBBT WIRD?



- Erklären Sie, dass es nichts falsch gemacht hat
 - Mobbingtäter tun, was sie tun, weil sie selbst nur wenig Selbstwertgefühl haben und nicht verstehen, dass andere anders sein könnten.
- Erinnern Sie es daran, dass das, was es zu sagen hat, wichtig ist – seine Stimme zählt.
- Spielen Sie mit Ihrem Kind durch, wie es reagieren könnte (auch Rollenspiele)
 - Wechseln Sie sich dabei ab, indem Sie abwechselnd Ihr Kind und den Täter spielen und verschiedene Reaktionen ausprobieren. Dies kann beinhalten, wegzugehen oder zu versuchen, die Situation zu entschärfen, indem man so etwas sagt wie „und?“ usw.
 - Machen Sie es unterhaltsam und überlegen Sie sich viele Möglichkeiten, die Ihr Kind in dieser Situation hat. Wenn es eine Idee hat, die möglicherweise nicht so produktiv ist, setzen Sie diese trotzdem auf die Liste, aber besprechen Sie später die Vor- und Nachteile jeder Option, um seine Lieblingsoption auszuwählen.
- Sprechen Sie mit einem Lehrer oder Elternteil, der in der Nähe ist, wenn der Mobbingtäter anwesend ist, damit er die Situation im Auge behalten kann.
- Widerstehen Sie dem Drang, Mobbing zu verhindern, indem Sie das „Kontrollieren“ oder Verbergen des Stotterns betonen. Dies kann den Eindruck erwecken, dass es seine Verantwortung ist, nicht gemobbt zu werden, anstatt die Verantwortung des Mobbers, nicht zu mobben.
 - Die Aufgabe der Eltern besteht darin, ihrem Kind in dieser unangenehmen Situation beizustehen und nicht darin, diese völlig zu verhindern.

