

Im Rhythmus, ohne Hemmungen

Wenn Tim (17) in der Schule Referate hält, fühlt er sich manchmal richtig unwohl. Denn er stottert. Wie er damit umgeht, was ihm hilft und wie sein Vater Thomas mit Musik kleine Wunder vollbringt.



FOTOS: PRIVAT
Tim Gartmayer mit seinen Geschwistern im Wald

von Anna von Stefanelli

SÜDTIROL/WIEN Wenn Tim Gartmayer (17) aus Wien stottert, setzt ihn das manchmal gehörig unter Stress. Das Gefühl, andere dadurch warten zu lassen und nicht weiter zu kommen mit dem Sprechen, ist nicht leicht für einen Jungen im Schulalter. Seit elf Jahren stottert Tim. Als es anfang, war er erst sechs Jahre alt. Zwar hatte Tim nie wirklich mit Ausgrenzung zu kämpfen. Seine Mitschüler und Freunde haben immer gewartet, bis er fertig gesprochen hatte. Trotzdem gibt es unschöne Momente, wie Tim erzählt: „Wenn ich hängen bleibe beim Reden und mich andere so ansehen, dann stresst mich das.“

Besonders, wenn er Referate hält und die Aufmerksamkeit vieler auf ihm liegt, können sich unangenehme Gefühle einstellen. Doch es gab auch Zeiten, in denen er sich nicht anders als die anderen fühlte. Momente, in denen er selbst sein konnte. Die Stottercamps in Österreich und Südtirol waren solche Orte, wo die positiven Gefühle überwogen. Tims Vater, Thomas Gartmayer, ist selbst oft als Sozialpädagoge mit dabei, in Südtirol wird er dieses Jahr wieder Musik mit den Kindern und Jugendlichen beim Stottercamp „Stottern macht keine Sommerferien“ (siehe Infobox unten) machen. „Tombo“ alias Thomas Gartmayer bereichert seit mehr als 20 Jahren die

deutschsprachige Reggae- und Dancehall-Szene.

Als zwei seine Kinder zu stottern begannen, wandte sich **Thomas Gartmayer** (i.B.) zusätzlich dem sozialen Bereich zu. Denn das gemeinsame Singen und Musizieren löst bei den stotternden jungen Menschen mehr aus als man meinen möchte. Beim Singen ist das „Hängenbleiben“ bei den meisten Kindern nämlich wie durch ein Wunder verschwunden. Zwar ist die Wirkung von Musik auf das Stottern nicht vollends wissenschaftlich nachgewiesen, die Wirkung aber

ist für viele Betroffene deutlich zu spüren. So auch für Tim: „Die Musik ist cool, vor allem weil man dann nicht mehr ans Stottern denkt. Außerdem sind die Ergebnisse beim Musizieren im Stottercamp immer lustig.“

Freudvoll in die Zukunft

Dort geht es aber nicht nur um Musik, sondern auch um den sozialen Faktor. „Das Camp ist klasse. Die Musik, die sportlichen Aktivitäten und Spiele und auch die Logopäden im Camp sind echt nett. Aber das Beste ist, andere junge Leute kennenzulernen, die ähnliche Probleme haben wie ich“, sagt der 17-Jährige. In der Tat ist das wohl das Be-



Stottern macht keine Sommerferien – Das Camp

Bald findet wieder eine Woche Stotter-Camp statt. Teilnehmer können gemeinsam mit anderen Stotternden das Sprechen erforschen. Dabei werden verschiedene Möglichkeiten kennengelernt, um schwierige Sprechsituationen zu meistern. Gemeinsame Freude über Erfolge stärken das Selbstbewusstsein. Auch Spaß und Action kommen im vielfältigen erlebnispädagogischen Angebot nicht zu kurz. Dazu gehören in

erster Linie Sport, Kreativwerkstatt, eine Aufnahmesession im mobilen Tonstudio, Schnitzeljagd, Lagerfeuer und vieles mehr. Alle stotternden Kinder und Jugendlichen von 9 bis 16 Jahren sind herzlich willkommen. Unter therapeutischer Leitung von Evi Pohl, Logopädin und Stotterspezialistin mit therapeutischer Praxis (Sprechblase.it), sowie von anderen spezialisierten Betreuern sollen Therapie, Spaß und soziales

Lernen vereint werden.

Termin: Sonntag, 29. Juli, bis Samstag, 4. August. Anmeldeschluss ist der 15. Juni 2018. Fragen und Informationen zum Stottercamp sowie zu den Therapiemöglichkeiten erhalten Sie unter info@sprechblase.it oder 377/ 2335736. Allgemeine Informationen erhalten Sie beim Bildungshaus Kloster Neustift unter regina.d@kloster-neustift.it oder 0472/835588.



Tim beim Basteln im Stottercamp, als er noch kleiner war.

Stottern

Stottern ist eine multikausale Kommunikationsstörung. Es kommt dabei zur unwillkürlichen Unterbrechung des Redeflusses durch auffällige Blockaden, Wiederholungen oder Dehnungen. Häufig entwickeln die Betroffenen ein An kämpfverhalten gegen das Stottern, welches das Sprechen übermäßig anstrengend macht und zu großer Hilflosigkeit, Scham, Ärger, Traurigkeit und Frust führen kann. So kann Stottern zu einem Vermeidungsverhalten von Sprechsituationen und in weiterer Folge zu sozialer Rückzugstendenz führen.

freundste: Betroffene junge Leute sind unter sich und verstehen sich, besonders was das Stottern angeht. Was sie vereint, ist vor allem die Angst vor der Zukunft. Berichten Betroffene doch immer wieder von Problemen bei der Arbeitsplatzsuche oder im täglichen Berufsleben. So kommt es häufig zu der Fehleinschätzung, dass Stotternde nicht dem Arbeitsalltag mit vielen Telefonaten, Präsentationen und Besprechungen gewachsen seien. Doch mithilfe wissenschaftlich anerkannter Therapien können Stotternde lernen, ihr Sprechen zu beeinflussen und ihren Redefluss zu kontrollieren – und dabei gleichzeitig ihr Selbstbewusstsein stärken.

Auch Tim ist es nicht immer leicht gefallen. „Mittlerweile habe ich mir aber mehrere Techniken zugelegt, mit denen ich gut zurecht komme“, erzählt der 17-Jährige. Durch die Unterstützung seiner Familie und den offenen Umgang mit dem Thema Stottern hat er auch sein Selbstbewusstsein gestärkt. Nicht zuletzt wegen des Stottercamps, der Therapien und der Musik, die sein Vater dort und Zuhause mit ihm macht. Angst vor der Zukunft hat der Wiener keine bzw. wie jeder andere Jugendliche auch. Vielleicht deshalb, weil er selbst einmal Musiklehrer werden will – und damit möglicherweise auch anderen Stotternden helfen kann.

Die Medizin muss rosa werden

Sie fragen, Dr. Christian Thuile antwortet; im Monat Mai zum Thema „Die gesunde Frau“. Ein Herzinfarkt bleibt immer ein Herzinfarkt, aber es ist ein großer Unterschied, ob ihn eine Frau oder ein Mann erleidet.

von Christine Rabanser

SÜDTIROL Die kleinen und großen Unterschiede zwischen Frau und Mann werden in der Medizin immer noch viel zu wenig beachtet, zumindest laut Komplementärmediziner Dr. Christian Thuile. „Nicht nur, dass wir körperlich recht unterschiedliche Voraussetzungen mitbringen, Frauen etwa meist kleiner sind und eine andere Fettverteilung haben“, sagt der Arzt: „Frauen werden außerdem auch durchschnittlich acht Jahre älter als Männer.“ Abgesehen davon würden Frauen und Männer einfach unterschiedlich „ticken“. Die Gehirne seien ganz anders aufgebaut, ganz abgesehen vom Einfluss der Hormone.

Geschlechtsspezifische Unterschiede erkennen

In der so genannten Gendermedizin geht es darum, geschlechtsspezifische Unterschiede zwischen Mann und Frau zu erkennen und bei der Diagnostik und Therapie besser zu berücksichtigen. „Frauen und Männer reagieren nämlich oft ganz unterschiedlich auf dieselben Krankheiten und zeigen unterschiedliche Anzeichen“, erläutert Dr. Thuile: „Beim gefürchteten Herzinfarkt beispielsweise klagten Männer typischerweise über ein Druckgefühl auf der Brust – und sofort gehen alle Alarmglocken an. Bei der Frau sind es hingegen eher ein ausstrahlendes Ziehen sowie Schmerzen im Kiefer- und Halsbereich.“ Solche unspezifischen Symptome werden laut dem Arzt oft nicht direkt mit einem Herzinfarkt in Verbindung gebracht, wodurch unter Umständen wertvolle Zeit verstreichen könne, bis die richtigen Maßnahmen eingeleitet werden. Laut Thuile gilt es beispielsweise auch zu berücksichtigen, „dass die Leber der Frau bestimmte Medikamente schneller abbaut, andere viel langsamer.“ Das habe zur Folge, dass beispielsweise ein Schmerzmittel

Die meisten Studien für die Zulassung von Medikamenten werden an Männern durchgeführt. Dies kann unter Umständen negative Folgen für die Art und Weise der Wirkung bei Frauen haben.



weniger lang oder gar nicht wirken könne. Auch der weibliche Darm nehme Medikamente anders auf, was Auswirkungen auf die Konzentration des Medikaments im Blut und so auf seine Wirkung haben könne. Dr. Thuile fordert daher: „Die Medizin der Zukunft muss für Frauen andere Medikamente zur Ver-

fügung stellen oder zumindest angepasste Dosierungen vorsehen! Man muss sich vorstellen, dass die meisten Studien für die Zulassung von Medikamenten hauptsächlich an Männern durchgeführt werden. Ein Umstand, der dramatische Folgen für Frauen haben kann, die ebenfalls mit diesen Präparaten behandelt werden.“

Die „Zett“-Leserfrage der Woche

Sind Frauen wirklich weniger schmerzempfindlich als Männer?

Das kann auf einen zeitlich beschränkten Zeitraum zutreffen, vor allem auf die Schwangerschaft und die Stillzeit. Ansonsten hat es die Natur so eingerichtet, dass Männer tendenziell mehr Schmerz aushalten, wohl weil sie in Urzeiten jagen mussten. Laut meiner persönlichen Erfahrung geht die Schmerzempfindlichkeit vieler Männer beim Anblick einer Spritze allerdings wieder gegen Null.

Da sind Frauen oftmals viel tapferer.



Dr. Christian Thuile ist Komplementärmediziner, Ernährungs- und Buchautor. Thuile beantwortet die Fragen auch dienstags auf „Radio Tirol“ (ab 10.30 Uhr) und auf „Südtirol 1“ (ab 11 Uhr) – in der Sendung „G'sundes Südtirol“. Fragen bitte per E-Mail an zett@athesia.it.