

Fakta om stammen

- Stammen begynder ofte i 2-5 års alderen
- 4-5 % af alle børn stammer i en periode i forbindelse med udviklingen af tale/sprog
- 80 % holder op med at stamme igen
- Ca. 1 % af befolkningen stammer
- Stammen kan i mange tilfælde være arvelig
- Flere mænd end kvinder stammer - kønsfordelingen er 4:1

Hvor kan man henvende sig?

Vejledning, rådgivning og behandling af stammen er gratis i det offentlige system. Man henvender sig til taleinstituttet eller kommunikationscenteret i den kommune/region man hører til.

Læs mere på www.davs.dk hvis du:

- stammer
- er pårørende til en person, der stammer
- er ven/kollega til en person, der stammer
- er arbejdsformidler/jobkonsulent
- er arbejdsgiver
- vil vide mere om stammen

**En folder om stammen hos
voksne**

“ Søren er 27 år. Han har stammet, siden han var ganske lille. Han kan ikke huske ret meget om stammen fra sin tidlige barndom. Fra skoletiden kan han huske problemerne, når han skulle læse højt i klassen, og drillerierne fra de andre børn. Efter gymnasiet havde Søren egentlig mest lyst til at læse til lærer, socialrådgiver eller et andet job, hvor “man har med mennesker at gøre”. Men han turde ikke tage en uddannelse, hvor han skulle tale med mange mennesker, og uddannede sig i stedet til it-programmør. Som færdiguddannet oplevede Søren, at han ikke blev indkaldt til jobsamtaler, hvis han skrev i ansøgningen, at han stammede. Derfor undlod han at skrive om stammen, når han søgte job, hvilket gav et meget bedre resultat. Han arbejder i dag som it-konsulent i et mindre firma. Han undgår så vidt muligt at tale i telefon og arbejder mest alene eller i små teams. ”

Om stammen

Stammen er en talemådeforring, der kan udvikle sig til et kommunikationshandicap. Stammen begynder oftest i 2-5 års alderen. 4-5 % af alle børn stammer i en kortere eller længere periode. De fleste ophører spontant, men nogle fortsætter med at stamme. Mellem 0,7 og 1 % af den voksne befolkning stammer. Der er flere mænd end kvinder, der stammer. Man kender ikke årsagerne til stammen, men stammebehandlere og -forskere er enige om, at der er både arvelige, biologiske, tale-sproglige og psykosociale faktorer involveret i stammens opståen og udvikling.

Forskellige stammesymptomer

Man kan opdele stammesymptomerne i en ydre stammen og en indre stammen.

Den ydre stammen er:

- hørbare stammesymptomer, f.eks. i form af gentagelser, forlængelser og blokeringer
- synlige stammesymptomer, som f.eks. kamp for at tale og medbevægelser i ansigt og krop

Den indre stammen kan f.eks. være:

- angst for at stamme
- undgåelse af stammeord, bestemte mennesker og/eller bestemte situationer
- forlegenhed, irritation og følelse af mindreværd

Stammesymptomerne fremtræder forskelligt fra person til person, og udvikler sig over tid. Det er endvidere forskelligt, hvordan det enkelte menneske tackler sin stammen, og dermed også, hvilke konsekvenser stammen får for den enkelte.

Stammen hos voksne

Hos voksne stammere er de typiske stammesymptomer gentagelser, forlængelser og blokeringer i forskellige variationer og sværhedsgrader. Stammen er ofte forbundet med megen kamp for at tale. Mange forsøger derfor at undgå kommunikationskrævende situationer. Mange voksne stammere har negative følelser, tanker og forestillinger om sig selv og andre. For manges vedkommende gælder det, at den indre stammen er kommet til at fylde lige så meget eller mere end den ydre stammen. Stammen påvirker derfor i sin udviklede form

både kommunikationen, samværet med andre mennesker og stammerens oplevelse af sig selv og andre. Derfor kommer stammen ofte til at påvirke den enkeltes hverdag og livsudfoldelse i udtalt grad.

Åbenhed om stammen

Når man er voksen, er chancen, for at man holder op med at stamme, lille. Det er derfor nødvendigt at betragte stammen som et livsvilkår, som man skal forholde sig til resten af livet. Nogle vælger at undgå mennesker og situationer, hvor det er svært at stamme åbent. Andre vælger at skjule deres stammen helt, idet de nøje overvejer deres ordvalg eller holder sig fra situationer, som de antager, de ikke kan magte. Det er dog mere hensigtsmæssigt at være åben om stammen. Dette kræver, at man erkender og til en vis grad accepterer, at man stammer, hvilket ikke altid er lige let. Er man åben om stammen, kan man ofte tage brodden af mulige situationer, der ellers kunne være sårbare.

Stammen og nervøsitet

Det er en udbredt misforståelse, at stammen er et udtryk for nervøsitet. Mennesker, der stammer, er hverken mere eller mindre nervøst anlagt end andre mennesker. Alle mennesker kan i visse kommunikationssituationer opleve, at de bliver nervøse – dette gælder også for mennesker, der stammer. Når man stammer, vil denne nervøsitet afspejle sig i den stammen, man har i forvejen, hvilket kan få andre til at tro, at man stammer, fordi man er nervøs.

Stammen og erhvervsvalg

Generelt kan mennesker, der stammer, udføre de samme arbejdsopgaver som mennesker, der ikke stammer. Det er ikke usædvanligt, at mennesker, der stammer, har ledende stillinger og jobs, der kræver megen kommunikation. Der er ikke så få undervisere, foredragsholdere og skuespillere, der stammer. Man skal derfor ikke vælge uddannelse og erhverv ud fra sværhedsgraden af den stammen, man aktuelt har, men ud fra de interesser og jobønsker, man har.

Man kan gøre noget ved stammen

Mennesker, der stammer, kan få hjælp til at arbejde med deres stammeproblemer. Behandling af stammen hos voksne finder sted på de kommunale/regionale taleinstitutter og kommunikationscentre. Det er primært logopæder (talepædagoger), der udfører stammebehandlingen. Enkelte steder er der endvidere mulighed for at inddrage psykolog.

Det er som nævnt ikke sandsynligt, at stammen vil forsvinde helt, når man er voksen og stammer. Men den enkelte kan arbejde med at kunne tackle stammen i forskellige svære situationer, at blive bedre til at kommunikere og til at lære at stamme på en mere flydende og hensigtsmæssig måde. Ofte vil behandlingen bidrage til ændringer i stammerens selvopfattelse, således at begrænsninger, som stammeren tidligere har pålagt sig selv, overvindes.

Mennesker med helt eller delvist skjult stammen kan have stor glæde af at få hjælp og støtte fra både logopæd og psykolog. Behandlingen tager udgangspunkt i den enkeltes problematik, ønsker og behov.