

Matthias Hämmer

Junge Stotternde sind im „Flow“



Der Generationenwechsel in der Stotterer-Selbsthilfe und innerhalb der Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe (BVSS) wird nicht nur diskutiert und angedacht, vielmehr ist er bereits in vollem Gange.

2011 startete die Bundesvereinigung das Projekt „Generationenwechsel“. Ziel dabei war es, ein Konzept für eine Junge Stotterer-Selbsthilfe zu entwickeln. Die Gruppe von zehn jungen Stotternden aus ganz Deutschland, die dieses Ziel verwirklichen wollten, nannte sich das Youth-Team. In mehreren Wochenendworkshops wurde an dem Konzept gefeilt und Ideen ausgetüfelt. Es entstand ein Text, der interessierten jungen Stotternden dabei hilft, eine eigene „Sprechgruppe“ zu gründen. Der Begriff „Selbsthilfe“ wurde dabei bewusst vermieden. 2012 wurden die ersten Gruppen nach dem Konzept unter dem Namen „Flow – Die junge Sprechgruppe der BVSS“ gegründet. Ende 2015 wurde das Projekt abgeschlossen. Heute gibt es elf Sprechgruppen in ganz Deutschland plus eine virtuelle Gruppe, die sich in Form eines Videochats online trifft.

Innerhalb der BVSS hat sich Flow – anfangs durchaus kritisch beäugt und zum Teil als Konkurrenz zu den etablierten Selbsthilfegruppen angesehen – inzwischen zu einer festen Größe entwickelt. Einzelne Flow-Teilnehmer/innen gestalten auch die Vereinsarbeit auf Landes- und Bundesebene aktiv mit und in den einzelnen

lokalen Gruppen haben viele junge Betroffene durch Flow den Weg zur Selbsthilfe gefunden.

Freiheit, ein eigenes Konzept zu gestalten

Zeitlich parallel zu dem Projekt „Generationenwechsel“ habe ich meinen persönlichen Weg in der Stotterer-Selbsthilfe gemacht. Zu Beginn des Projekts direkt nach dem Abitur für Neues offen, war mein Bild der Selbsthilfe ein negativ geprägtes, das sich am besten – man verzeihe mir die flapsige Formulierung – in der Vorstellung alter Männer, die sich beim Bier selbst bemitleiden, darstellen lässt. Nachdem ich zuvor noch nie mit anderen Stotternden zu tun gehabt hatte, wirkte die Aussicht darauf, neun andere Stotternde aus ganz Deutschland kennenzulernen, auf mich verlockend. Ich freute mich auf den ersten Workshop. In Würzburg angekommen, war die Atmosphäre innerhalb des Teams außerordentlich gut. Jede/r Teilnehmer/in konnte Ideen einbringen und es entstand schnell ein Konsens, wie wir uns eine gute Selbsthilfegruppe vorstellen und was wir auf jeden Fall nicht haben wollten. Ich fühlte mich gut in der Gruppe. Hier war ich Spezialist in einem Thema, mit dem ich mich vorher eher weniger auseinandersetzen wollte. Besonders gefiel mir auch die Freiheit, mit der wir das Konzept gestalten konnten. Die Workshops wurden zwar von der BVSS organisiert

und angeleitet, thematisch hatten wir jedoch komplett freie Hand.

Im Herbst 2012 gründete ich dann kurzerhand meine erste Flow-Gruppe in Augsburg. Für mich war es selbstverständlich, dass ich das Konzept, das ich mitentwickelt hatte, hinter dem ich stand und immer noch stehe, auch praktisch umsetzen würde. So habe ich die Selbsthilfe kennen und schätzen gelernt. Ich bin durch die Organisation und Moderation der Gruppentreffen und die verständnisvollen Gespräche in der Sprechgruppe persönlich unglaublich gewachsen und habe auch mit meinem Sprechen große Fortschritte gemacht. Dass ich ohne größere Probleme im Sommer 2015 das Projekt „Flow“ mehr als 100 Zuhörern in Form eines Vortrags vorstellen konnte, wäre ohne diese Entwicklung undenkbar gewesen.

Auch die alten Hasen sind nicht mehr skeptisch

Durch den jährlichen Kongress „Stottern & Selbsthilfe“, an dem wir als Youth-Team teilgenommen und die Entwicklung von Flow präsentiert haben, konnte ich die Verbandsarbeit und den schier unermesslichen Erfahrungsschatz derer, die schon seit Jahrzehnten in der Selbsthilfe aktiv sind, kennenlernen. Inzwischen ist der Begriff „Selbsthilfe“ für mich eindeutig positiv konnotiert. Die Selbsthilfe hat mich in den letzten fünf Jahren geprägt und zum Teil zu dem gemacht, der ich bin. Heute genieße ich es, in „meiner“ zweiten Flow-Sprechgruppe in Mainz kleine Inseln im Alltag zu

haben, wo ich ganz einfach stottern darf und ohne jeglichen Druck sprechen kann. Darin tanke ich sehr viel Energie und Ruhe für meinen Umgang mit dem Stottern im Alltag.

Zurückblickend war für diese Erfolgsgeschichte der jungen Selbsthilfe vor allem die Unterstützung vonseiten der BVSS unglaublich wichtig. Die Herangehensweise, junge Betroffene ihre Idee von Selbsthilfe frei von Vorgaben selbst erarbeiten zu lassen, hatte meiner Meinung nach großen Einfluss auf den Erfolg. Nach der anfänglichen Skepsis gegenüber unserem Vorhaben gibt es inzwischen auch von den „alten Hasen“ aus der Selbsthilfe viele positive und bestärkende Rückmeldungen. Das und die Erkenntnis, dass da noch so viel mehr Betroffene sind, hatte eine sehr motivierende Wirkung auf das ganze Team hinter Flow – und bestärkt uns „junge Hüpfen“ darin, weiter unseren Weg der Selbsthilfe zu gehen. |

Matthias Hämmer hat als Mitglied des Youth-Teams der Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe e.V. (BVSS) das Konzept „Flow – Die junge Sprechgruppe der BVSS“ mitentwickelt und bereits zwei „Flow-Gruppen“ gegründet.

Kontakt:
Flow – Die junge Sprechgruppe der BVSS
Matthias Hämmer
E-Mail: mainz@flow-sprechgruppe.de
Internet: www.flow-sprechgruppe.de