

## 1. Facts & figures

- Stotteren kenmerkt zich door **onvloeiende spraak** zoals het **frequent herhalen of verlengen van klanken, lettergrepen of woorden**. Ook **blokkades** bij het op gang komen van de stemgeving en tijdens het spreken komen voor.
- Stotteren komt voor bij **0,72% van de totale bevolking**. Stotteren komt drie tot vier keer **meer voor bij mannen** dan bij vrouwen.
- Studenten in het hoger onderwijs die stotteren kunnen **onderling erg verschillen** in de graad van onvloeiendheid en in de mate waarin de student zich belemmerd voelt in zijn activiteiten. Het stottergedrag van een student is **afhankelijk van de situatie**:
  - De symptomen nemen **vaak toe bij sociale beoordeling** zoals een mondeling examen, een presentatie, praten op een drukke plek waar mensen kunnen meeluisteren enz.
  - Ook **tijdsdruk en vermoeidheid** doen de symptomen vaak toenemen.
  - De niet-vloeiende spraak is vaak **afwezig bij lezen, zingen of praten tegen voorwerpen of dieren**.
- Naast problemen met de spreekvloeiendheid, kunnen er ook **secundaire problemen** optreden zoals **negatieve emoties en cognities**.
  - Symptomen van **angst, stress en vermoeidheid** komen frequent voor en verergeren de onvloeiendheden.
  - **Irrationele gedachten** over zichzelf, zijn /haar (verbale) mogelijkheden en over de reacties van de omgeving. Deze gedachten belemmeren de student in zijn /haar functioneren.

- **Spreekangst en vermijdingsgedrag.** De student die stottert kan last hebben van **stotterangst** voor klanken, woorden en/of situatie. Het **vermijdingsgedrag** kan zich uiten door problematische woorden te vermijden en ze te vervangen door synoniemen, of ze te omschrijven, of zinnen te herschikken. Het meest doorgedreven vermijdingsgedrag is zwijgen en spreesituaties niet aangaan.
- **Zelfbeeld.** Het stotteren kan het hele denken en handelen gaan beheersen. Deze negatieve gedachten en gevoelens kunnen uiteindelijk leiden tot het gegeven dat de student zichzelf niet meer ziet als iemand met allerlei mogelijkheden, maar als iemand die niet normaal kan praten en beter niet kan praten.

## 2. Aandachtspunten & tips

### Het volgen van lessen

#### Aandachtspunten

- **Communicatie** met lectoren, docenten en studenten is vaak inspannend en stresserend. Het **beantwoorden van vragen** of een **voorstelronde** in groep verhoogt vaak de stress en onvloeiendheden.

## Tips

- Het op voorhand **doorkrijgen/geven van discussievragen** en een **variatie in werkvormen**, bevordert deelname aan discussie.
- Een **begripvolle houding** tijdens onvloeiendheden (laten uitspreken, niet onderbreken of overnemen, behoud van oogcontact enz.) is ondersteunend

## Opdrachten

### Aandachtspunten

- **Presentaties en groepstaken** vormen vaak een duidelijk struikelblok.
- **Tijdsdruk** kan de symptomen van onvloeiendheden doen toenemen.

### Tips

- Voorzie waar nodig in een **groeipad** voor het **presenteren** (bv. opnames, van docent, naar kleine groep, naar grote groep ...) en **groepsopdrachten** (ondersteun waar nodig bij het samenstellen van groepen, stem duidelijk af in verband met verdeling taken zoals interviews afnemen, telefoongesprekken).
- Een **begripvolle houding** tijdens onvloeiendheden (laten uitspreken, niet onderbreken of overnemen, behoud van oogcontact) is ondersteunend.
- Formuleer de leerpunten via **heldere en constructieve feedback**.
- Een **aangepaste deadline of een alternatieve opdracht** kan soms noodzakelijk zijn.

## Examens

### Aandachtspunten

- Een **mondeling examen** kan de symptomen van onvloeiendheden doen toenemen. Ze veroorzaken ook vaak stress en vermoeidheid.
- Tijdens mondelinge examens kan een student sterk bezig zijn met **gedachten over het spreken** dat dit ten koste gaat van de inhoud.

### Tips

- **Extra tijd** bij de voorbereiding van een mondeling examen en bij het afleggen van het mondeling examen, laten toe om stress voor onvloeiendheden op te vangen.
- Een **begripvolle houding** tijdens onvloeiendheden (laten uitspreken, niet onderbreken of overnemen, behoud van oogcontact enz.) is ondersteunend.
- Voorzie waar nodig in een **vervangend schriftelijk examen**, mits de leerresultaten dit toelaten.

## Stage

### Aandachtspunten

- Tijdens de stageperiode kan de student piekeren voor elk nieuw contact en hoe mensen zullen reageren op het stotteren.
- Tijdens overleg kan de student soms terughoudend zijn, en onterecht overkomen als niet leergierig.

## Tips

- Voorzie waar nodig in een **groeipad** voor mondelinge rapportering (bv. eerst aan de mentor, dan aan collega's uit de bureau, dan op teamvergadering enz).
- Voorzie een **aanspreekpersoon** en spreek af hoe **vragen kunnen worden gesteld**.
- Een **begripvolle houding** tijdens onvloeiendheden (laten uitspreken, niet onderbreken of overnemen, behoud van oogcontact enz.) is ondersteunend.
- Het is zinvol om de vooruitgang op stage **regelmatig te monitoren** en daarbij te voorzien in **heldere feedback**. Leerpunten die concreet geformuleerd worden, bieden grotere leerkansen.
- Het inzetten van **meer oefenmomenten en extra leerkansen** om de leerresultaten te bereiken is aangewezen.

## Studentenleven

### Aandachtspunten


- Het **contact met medestudenten** en het **participeren in activiteiten** in het studentenleven vormen vaak een uitdaging.
- Er kunnen **bijkomende problemen** optreden zoals faalangst, stress, vermoeidheid of een laag zelfbeeld.

### Tips

- Het exploreren van **activiteiten die in het interessegebied** liggen, biedt extra kansen om sociale contacten uit te bouwen.
- Een **vast aanspreekpunt** in de opleiding kan mee de belastbaarheid monitoren en eventuele oplossingen bij moeilijkheden aanbieden.

- Medewerkers van de studentenvoorzieningen bieden workshops en coaching voor psychosociale problemen zoals stress en faalangst.

## Meer weten?

- **MoodSpace.be** is een plek vol betrouwbare info, tips en zelfhulp om emotionele problemen het hoofd te bieden en veerkrachtig te studeren.
- <http://belgische-stottervereniging.be> (Onafhankelijke Belgische stottervereniging) 
- Moerenhout, C. & Reunes, G. (2015). *Komen spreken over stotteren. Verhalen en adviezen*. Gent: Academia Press
- Van De Voorde, S. (2016). *Wijzer in ontwikkelingsstoornissen: een overzicht van theorie en praktijk*. Leuven: Acco.