



Vad är stamning?

Stamning kännetecknas av svårigheter att komma framåt i talet, trots att personen vet vad hon eller han skall säga. Vanliga symtom är repetitioner av ljud eller ord, eller problem att starta talet. I vissa fall uppstår muskelspänning eller onormala rörelser, särskilt i hals, mun och ansikte. Det är typiskt för stamning att symtomen försvinner vid sång, körläsning eller vid tal i takt med metronom.

Talet hakar upp sig

Känner du en person som stammar har du säkert lagt märke till att stamning inte är något kontinuerligt tillstånd. Plötsligt kan talet haka upp sig och lika plötsligt kan talet flyta. Detta växlande mellan flyt och oflyt har skapat många myter om vad stamning kan bero på.

Nyckfullheten blir också en central faktor för den stammande personen att hantera. Men det finns också olika personliga mönster. Många upplever att de stammar mer när de är trötta. För många hakas talet upp vid vissa bokstäver, olika för olika personer.

Telefonen

Många tycker stamningen ökar i vissa situationer, som t.ex. att tala i telefon eller att börja tala när det är ens tur, t.ex. vid kösituationer. Allt detta i kombination gör att talsituationer i allmänhet kan upplevas som osäkra.

Talet i fokus

Talproblemet kan leda till att personen börjar undvika vissa situationer som känns jobbiga, exempelvis muntliga redovisningar och högläsning. Det kan också nämnas att lättare stamning kan leda till att personen undviker att prata och kan uppfattas som blyg och tystlåten. Det finns många som gått igenom hela skolan utan att någon märkt problemet.

Erfarenheten och den obehagliga känslan av att tappa kontrollen över sitt tal kan vara svår att beskriva.

Eftersom den stammande aldrig vet när hon tappar kontrollen över talet skapas också ett ständigt fokus på talet. För många finns det ständigt i tankarna.

En förklaringsmodell

Det finns ännu ingen enighet bland forskarna om vad stamning beror på och hur stamning fungerar. En modell som nyligen föreslagits innebär att hjärnan har två parallella system för styrning av talet: "mittsystemet" och "sidosystemet". Enligt modellen dominerar mittsystemet vid spontant "automatiskt" tal, medan sidosystemet kopplas in t.ex. vid körläsning eller tal i takt med metronom, men också vid icke-automatiskt tal, som imitation av främmande dialekt och vid sång. Vid stamning skulle då problemet ligga i mittsystemet. Talet flyter alltså bättre vid talsituationer då sidosystemet kopplas in.

Stamningen börjar ofta runt 3-årsåldern. Forskning tyder på att symtomen är övergående hos ungefär $\frac{3}{4}$ av de barn som börjar stamma. Och hos många av de andra minskar stamningen efter hand. När det gäller skolbarn är det också många som får minskade problem med åren. Om barnet har problem och/eller föräldrarna är oroliga så kontakta gärna en logoped för att diskutera situationen.

Arbetsmarknads-
projektet

Nationellt arbetsmarknadsprojekt med medel från Alimännen Arvsfonden

Projektägare
Sveriges Stamningsföreningars Riksförbund
Box 1386 172 27 Sundbyberg
www.stamning.se

Projektledare
Marianne Österlind Tel 08 97 60 90 Email ssf@algonet.se