

‘In één woord: GOUD. Eindelijk is daar het persoonlijke verhaal van iemand die broddelt. Toegankelijk, leerzaam en inspirerend. Hoogste tijd om het maatschappelijke beeld van stotteren te herzien. *There is a new kid in town!*’
– Jasper S., ervaringsdeskundige in broddelen.

*Aan mijn ouders, aan wie ik enorm veel te danken heb,
en aan Margot, van wie ik zielsveel hou*

Te snel voor woorden

Hoe de ontdekking dat ik niet stotterde
maar *broddelde* mijn leven veranderde

Rutger Wilhelm

© 2020 Rutger Wilhelm
© 2020 Big Time Publishers, Nijmegen

Vormgeving binnenwerk en omslag: Bert Holtkamp
Foto auteur: Marieke Wijntjes

ISBN: 978 94 638 6495 4
Trefwoorden: broddelen, stotteren
Eerste druk, januari 2020
www.toofastforwords.com/nl

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veele-
voudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar
gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch,
door printouts, kopieën, of op welke andere manier dan ook, zonder voor-
afgaande schriftelijke toestemming.

“The hurrier you go, the behinder you get.”

- *Alice in Wonderland*, Lewis Carroll

Woord vooraf

Zeer regelmatig ontvang ik in mijn logopediepraktijk cliënten die zelf aangeven dat ze stotteren en daar nu ‘eindelijk’ iets aan willen gaan doen. Of cliënten die door hun ouders, partner of werkgever naar mijn praktijk worden verwezen om uit te zoeken waarom ze niet vloeiend of verstaanbaar op anderen overkomen. Hoewel de meesten zich er wel van bewust zijn dat er regelmatig ‘iets’ in hun communicatie spaak loopt, is hen vaak niet duidelijk wat dat *precies* is. Aan mij als stottertherapeut dan de dankbare taak een onderzoek naar het spreken in te stellen. En te bepalen of er daadwerkelijk sprake is van stotteren, of dat er misschien toch wat anders aan de hand is.

In een aanzienlijk aantal gevallen blijkt de diagnose stotteren niet op z'n plek en lijken alle signalen te wijzen op de aanwezigheid van broddelen. Dit heeft overduidelijk gevolgen voor de behandeling van deze cliënten: een therapie voor broddelen verschilt namelijk nogal van die voor stotteren. Wanneer mensen die broddelen niet de juiste behandeling krijgen – hetgeen helaas nog vaak voorkomt – geeft dit teleurstellende resultaten en kan het zelfs schadelijke effecten in het spreken veroorzaken.

Wanneer ik mijn cliënten met de diagnose broddelen (of broddel-stotteren, een mengvorm van broddelen en stotte-

ren) confronteer, zijn ze in eerste instantie sterk verrast. Maar al gauw valt voor hen alles op z'n plek en begrijpen ze waarom eerdere therapieën niet voldoende hebben gewerkt.

Het verhaal van Rutger Wilhelm laat eens te meer zien dat het krijgen van een juiste diagnose cruciaal is. Zijn verhaal staat daarbij niet op zichzelf: mensen die broddelen of broddel-stotteren zullen zich zonder enige twijfel in verschillende voorbeelden uit dit boek herkennen en beter gaan begrijpen wat er in hun manier van spreken verkeerd gaat. De talrijke in dit boek opgenomen tips helpen hen bovendien het eigen spreken, en alles wat daarmee samenhangt, beter te 'managen'. Rutger geeft daarbij terecht aan dat kennis over het eigen spreekgedrag onontbeerlijk is voor een verandering hiervan.

Ook (stotter)therapeuten en studenten Logopedie zullen na het lezen van *Te snel voor woorden* het belang inzien van een nauwkeurige diagnostiek en een accurater beeld krijgen van waar mensen die broddelen in het dagelijks leven tegenaan lopen.

Voor u ligt dan ook een zeer interessant en uniek werk, dat zowel eigen ervaringen van mensen die broddelen als de theorie uitlicht. Een boek dat hen hopelijk de hulp biedt waar ze soms jarenlang op hebben gewacht.

Manon Spruit, MSc.

Gespecialiseerd stottertherapeut, auteur

Januari 2020

Inhoud

Het waarom van dit boek	11
Is er (n)iemand die mij begrijpt?	17
Zie je wel, ik stotter niet!	33
Spaghetti in mijn hoofd	53
Ehm, wát zeg je...?	75
Langzamer is (toch echt) sneller	89
Mis ik soms wat?	101
Hoe je de teugels strak houdt	119
Een nieuwe bril doet wonderen	137
Maar niet te vroeg gejuicht	155
Durf jý het aan?	171
Een boek schrijf je nooit alleen	175
Bronnen	177

Het waarom van dit boek

Soms, heel soms, doe je een ontdekking in je leven die je wereld op haar grondvesten doet schudden. Zo een als dat de aarde niet plat maar rond is. Een ontdekking die een bepaalde vooronderstelling, een overtuiging die je sinds jaar en dag aanhangt, in één klap overhoop haalt. En die laat zien dat niet altijd alles is zoals mensen zeggen dat het is.

Zelf ondervond ik dit aan den lijve toen ik nog maar enkele jaren geleden het nieuws te verwerken kreeg dat mijn manier van spreken niet stotteren maar broddelen genoemd moest worden. Het was een term die mij nooit eerder ter ore was gekomen. Maar waarvan ik al snel begreep dat het iets heel anders moest zijn dan stotteren.

Op dat moment stond mijn wereld even stil. En flitste alles wat ik in de jaren daarvoor geprobeerd had om het 'stotteren' onder controle te krijgen – de verschillende stottertherapieën, spreektechnieken en zelfhulpgroepjes – als een film aan mij voorbij.

De diagnose broddelen markeerde het beginpunt van een enerverende ontdekkingsreis naar dit voor mij nog onbekende fenomeen. Uit pure nieuwsgierigheid las ik er een reeks aan boeken en artikelen over en woonde ik verschillende internationale congressen over stotteren en broddelen bij. Zodoende kwam ik in contact met diverse vooraanstaande

wetenschappers en stottertherapeuten, met wie ik uitgebreid over broddelen van gedachten wisselde. Ook ontmoette ik andere broddelende sprekers met wie ik veelvuldig ervaringen deelde. Hun belevingen heb ik deels verwerkt in dit boek. Hoe meer ik me in het onderwerp verdiepte, hoe gefascineerder ik erdoor raakte en hoe beter ik begon te begrijpen wat broddelen inhield.

Dat ik nog nooit van broddelen had gehoord, was niet zo vreemd: voor veel mensen is het een nog onbekend verschijnsel. Als ik aan anderen vertel dat ik broddel, reageren ze dan ook steevast verbaasd. Zoals: ‘Ehm... wát doe je?’, ‘Zeg dat nog eens, hóe heet dat?’, of: ‘Wat zei je? Brabbelen?’

Niet zelden gaan hun antwoorden gepaard met fronsende wenkbrauwen, verwarde blikken, of glazig voor zich uit sturende ogen. Pas als ik hen uitleg dat broddelen zoiets is als heel snel, onsamenvattend of slordig spreken – waarbij ik meestal enkele namen noem van bekende Nederlanders die op z'n minst enige kenmerken van ‘broddelachtig spreekgedrag’ vertonen (zoals cabaretier Dolf Jansen, oud-schaatser Erben Wennemars, presentator Paul de Leeuw, oud-premier Jan Peter Balkenende, of tv-bekendheid ‘Jokertje’ van *Oh oh Cherso*) – gaat bij hen meestal wel een lampje branden.

Niet alleen leken beschouwen broddelen overigens als een vage term: ook veel stottertherapeuten en logopedisten kunnen met dit begrip nog maar moeizaam uit de voeten. De meeste van hen weten wel zo ongeveer wat er onder verstaan wordt, maar wat broddelen *precies* is en waarin het verschilt van stotteren, is voor veel professionals nog altijd betrekkelijk ongewis.

Belangrijke oorzaak hiervoor is dat broddelen lange tijd geen eenduidige en internationaal geaccepteerde definitieve kende. Laat staan methoden om het van stotteren te on-

derscheiden. Dit laatste werd nog eens extra bemoeilijkt doordat broddelen relatief vaak in combinatie met stotteren voorkomt. Hierdoor was het voor behandelaars praktisch onmogelijk om met zekerheid de diagnose broddelen te kunnen stellen. Zo kon het gebeuren dat broddelen decennialang beschouwd werd als de ‘wees’ in de wereld van spraak- en taalstoornissen en dat het niet de erkenning kreeg waar het recht op had.

Gelukkig is aan dat probleem inmiddels een einde gekomen: dankzij onder meer de opkomst van hersenscancetechnologie zijn wetenschappers er nog niet zo lang geleden in geslaagd de fundamentele verschillen tussen stotteren en broddelen op overtuigende wijze bloot te leggen. Het heeft ertoe geleid dat broddelen in 2007 is opgenomen als een op zichzelf staande aandoening in de classificatie van de World Health Organization (WHO).

Sindsdien is de bekendheid van broddelen aan een duidelijke opmars bezig. Over de hele wereld wordt in toenemende mate onderzoek naar broddelen gedaan en worden steeds meer (aankomende) stottertherapeuten opgeleid in hoe ze broddelen van stotteren kunnen onderscheiden. Goed nieuws voor mensen die broddelen, die nu beter dan ooit kunnen worden geholpen.

Toch dient hierbij een belangrijke kanttekening te worden geplaatst: vandaag de dag lopen er namelijk nog steeds vele broddelende sprekers rond die niet van zichzelf weten dat ze broddelen en er nog altijd van uitgaan dat ze stotteren. Of, zoals iemand die broddelt eens tegen mij zei: ‘Vroeger wist ik nooit goed uit te leggen wat er in mijn spraak verkeerd ging. Echt stotteren kon ik het niet noemen, maar wat het dan wel was... Ik dacht dat ik gewoon vaak wat onhandig zat te spartelen met mijn woorden. Dat er daadwerkelijk een naam bestaat voor wat ik doe, had ik nooit kunnen bevroeden.’

Het is dan ook de hoogste tijd om de bekendheid van broddelen een zetje in de rug te geven. *Te snel voor woorden* is geschreven om daaraan bij te dragen.

Voor wie?

Ben je al gediagnosticeerd met broddelen? Dan is dit boek zeker voor jou bedoeld. In dat geval zul je je vast in vele hierin beschreven kenmerken herkennen. Toch zullen niet alle kenmerken je bekend hoeven voorkomen: niet alle symptomen die aan broddelen worden toegedicht treden namelijk per definitie bij iedere broddelende spreker op. Ook bestaan er verschillende vormen van broddelen, die ieder specifieke karakteristieken met zich meebrengen. En zal de frequentie van de vertoonde symptomen van persoon tot persoon verschillen. Iedere broddelende spreker is, kortom, uniek. Daarnaast zijn broddelende sprekers zich vaak onvoldoende bewust van de slordigheden in hun eigen spraak, wat een adequate herkenning door henzelf bemoeilijkt.

Het is ook mogelijk dat je je slechts ten dele in dit boek herkent omdat je een mengvorm van broddelen en stotteren hebt. Of omdat je simpelweg te weinig verschijnselen van broddelen vertoont om van broddelen te mogen spreken. In dat laatste geval is er mogelijk sprake van ‘broddelachtig spreekgedrag’: je wordt dan niet aangemerkt als iemand die broddelt, maar doet er desondanks verstandig aan goed te letten op hoe je spreekt.

Tevens zullen diegenen in de directe omgeving van mensen die broddelen (zoals familieleden, partners en vrienden) en zij die beroepsmatig met broddelende sprekers omgaan (zoals stottertherapeuten, leerkrachten en huisartsen) interessante inzichten en herkenningspunten aan dit boek kunnen ontlenen.

Heb je (na het lezen van dit boek) vermoedens dat je mogelijk broddelt? Houd er dan rekening mee dat de inhoud van dit boek nooit en te nimmer een professionele diagnose kan vervangen. Raadpleeg daarom altijd een professional.

Om je vermoedens van broddelen bevestigd te krijgen, zul je op de *Checklist Broddelkenmerken* – die stottertherapeuten in hun diagnostisch onderzoek gebruiken – op een bepaalde minimumscore moeten uitkomen. De inhoud van dit boek is dan ook in lijn met de punten die op deze lijst vermeld staan en volgt de internationale consensus over broddelen zoals vastgesteld door de *International Cluttering Association* ('cluttering' is de Engelstalige benaming voor broddelen).

Broddel je, dan hoop ik van harte dat *Te snel voor woorden* jou de bezieling geeft om er op een succesvolle manier mee om te gaan. En dat het je helpt de last die het broddelen in jouw leven met zich meebrengt te verminderen. Uit eigen ervaring weet ik dat er veel aan te doen is.

Wie weet sta je aan de vooravond van een belangrijke doorbraak in jouw leven en een verandering in de wijze waarop je spreekt. Vanuit de grond van mijn hart wens ik je daarbij veel succes, groei, plezier en inspiratie toe!

Rutger Wilhelm
Januari 2020

Is er (n) iemand die mij begrijpt?

Het was een tafereel dat zich geregeld bij mijn ouders thuis afspeelde. Twaalf of dertien jaar moet ik zijn geweest. De verbeterde blik in mijn vaders ogen, die zwijgend doch vastberaden zijn maaltijd zat te verorberen, herkende ik uit duizenden.

Naast hem mijn broer, die angstvallig naar zijn bord zat te turen, alsof zijn wereld uit niets meer bestond dan het geringe tafeloppervlak voor hem. Ook mijn moeder, normaliter veel aan het woord, hield zich stil. Het enige geluid dat de ruimte vulde was dat van snerpend bestek op het witte porselein; een onheilspellende aankondiging van wat mij hoogstwaarschijnlijk weer te wachten stond. Dat wil zeggen, als ik op dat moment mijn mond zou opentrekken en wederom flink over mijn woorden struikelde. Dan proestte mijn vader, in een ultieme poging om tot mij door te dringen, het uit: 'Potverdorie, Rutger, ik versta werkelijk niets van wat je zegt! Je praat alsof de duivel je op de hielen zit. Waarom spreek je niet gewoon wat langzamer? Dóe het nou, je kunt het best! Kijk eens naar je beste vriend, die praat toch óók heel rustig? Je moet jezelf er gewoon toe dwingen. Anders wordt het niets met jou, hoor!'

Zijn felle reacties maakten tegenstrijdige gevoelens in mij los. Aan de ene kant begreep ik zijn zorgen maar al te goed. Zoals mijn vader reageerde had ik mezelf ook al veelvuldig vermanend toegesproken. Maar aan de andere kant had ik na zo'n scène altijd het gevoel nóg verder van huis te zijn en zat ik met mijn handen in het haar, niet wetende waarom het me wéér niet was gelukt mijn spreeknelheid te beteugelen.

Niemand, inclusief mijzelf, leek dan ook te begrijpen wat er precies met mij aan de hand was. Goed, ik stotterde, zo werd gesteld; ik sprak tenslotte lang niet altijd vloeiend. En toch voelde ik me bij die benaming nooit helemaal senang. Écht stotteren deed ik naar mijn idee namelijk niet. Niet zoals de stotterende personen die ik uit de media, of vanuit mijn directe omgeving, kende. Nee, ik stotterde *anders*. Hoe anders ik precies sprak, was echter nog niet zo eenvoudig uit te leggen.

Volgens mijn moeder viel mijn spraak het beste te omschrijven als een soms overweldigende woordenstroom die maar moeilijk te volgen was. Ik hoor het haar nog zo zeggen: 'Rutger, jij stottert niet echt, het is vooral hakkelen wat jij doet. Die buurjongen op de hoek, die stottert pas. Jij praat gewoon te snel en struikelt daarbij over je woorden, dat is het hele eieren eten. Het is ook een beetje de aard van het beestje: als je wat rustiger aan doet, is er niets aan de hand met jou. Je zult zien dat het vanzelf over gaat als je ouder wordt.'

Enig recht van spreken had mijn moeder met deze analyse wel: doordat stotteren veel in haar familie voorkwam, was het voor haar niet moeilijk vast te stellen dat mijn spraak duidelijk verschilde van hoe haar broers en zussen vroeger spraken. In tegenstelling tot hen, zo zei ze, liep ik echter 'lang niet zo bruut in mijn woorden vast.' En aangezien mijn ooms en tantes grotendeels over het stotteren heen waren gegroeid,