

# **Tipps für Eltern bei kindlicher Stimmstörung (Dysphonie)**

## **Was ist eine kindliche Stimmstörung?**

- Kind ist über einen längeren Zeitraum ständig heiser
- Dabei liegt keine akute oder chronische Atemwegserkrankung vor (z.B. Erkältung, Asthma)
- Die Stimme ist brüchig und/oder rau.
- Der Stimmumfang ist stark eingeschränkt, d.h. Das Kind kann nicht gezielt lauter oder leiser sprechen/singen, bzw. höher oder tiefer. Singen ist stark erschwert.
- Das Kind muss sich häufig räuspern.
- Bei starken Stimmproblemen kann es sogar zu Verständigungsschwierigkeiten kommen.

## **Woher können kindliche Stimmstörungen kommen?**

Viele Kinder mit einer Stimmstörung sprechen gewohnheitsmäßig zu laut. In Gruppen versuchen sie sich durch Schreien oder Geräusche, die die Kehlkopfmuskulatur belasten (Quietschen, Kreischen, ...) bemerkbar zu machen.

Diese Belastung wirkt sich auf Dauer negativ aus: Es entwickelt sich eine permanente Verspannung. Dadurch kann die Muskulatur nicht mehr richtig arbeiten: Sie ist zu starr geworden.

Nicht immer kann man genau sagen, warum das Kind sich so verhält. Mögliche Gründe sind

- Folgeerscheinung eines veränderten Stimmgebrauchs nach einer

Atemwegserkrankung, durch den die Muskulatur besonders belastet wurde, um noch sprechen zu können

- die Wahrnehmung der eigenen Stimme ist sehr eingeschränkt, d.h. Das Kind kann seine eigene Stimme nicht beurteilen
- ein lebhaftes Temperament
- psychische Ursachen (z.B. benachteiligt fühlen, ...)
- zu hohe Erwartungen (z.B. Umgebungslärm, Dauerstress, Leistungsdruck, ...)
- Schwierigkeiten beim Regulieren der Körperspannung

## **Was können Sie tun?**

- Dauerlärm reduzieren, z.B. kein Radio/TV bei Unterhaltungen, Gespräche mit mehreren Teilnehmern 'moderieren' („Jetzt erzählt erst mal Max, und dann Susanne.“)
- Gehen Sie zu ihrem Kind hin, wenn Sie etwas von ihm wollen, so dass es nicht lauter sprechen oder schreien muss, um gehört zu werden.
- Gehen Sie mit gutem Beispiel voran: Sprechen Sie möglichst viel mit 'normaler' Lautstärke statt zu rufen.
- Unterstützen Sie ihr Kind beim Abbau ungünstiger Stimmgewohnheiten: Zuckerfreie, milde Hustenbonbons gegen das Räuspern, viel trinken, Erinnerungsschilder an besonderen Stellen in der Wohnung, Lob für günstiges Sprechverhalten
- Reagieren Sie auf das, WAS ihr Kind sagt, nicht darauf, WIE es etwas sagt. Fragen Sie konkret nach, wenn Sie etwas nicht verstanden haben, anstatt alles einfach wiederholen zu lassen.