

EURO-JACKPOT

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	X	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	X	27	28	29	30	
31	32	33	34	35	36	37	38	40	
41	42	43	44	45	46	47	49	50	
1	2	3	4	X	6	X	8	9	10

AKTUELL IM JACKPOT

120 MIO. € +
Gewinnklasse 1 - Chance 1:140 Mio.

17 MIO. €
Gewinnklasse 2 - Chance 1:7 Mio.

LOTTO 24

Scheine abgeben

Ab 18 Jahren · Glücksspielsucht · Hilfe unter buwei.de · Lotterievermittler gem. amd. Whitelist

AUS DER SERIE
Das war mein Wendepunkt

Stottern

"Das Gefühl war wunderbar, wie ein Befreiungsschlag"

Ihre Eltern geben ihr den Namen Karoline, aber den kann sie nicht aussprechen – denn sie stottert. Als sie sich mit Ende 20 offiziell umbenennt, ändert sich für Lene Wichmann weit mehr als nur ihr Vorname.

Protokoll: **Verena Carl**

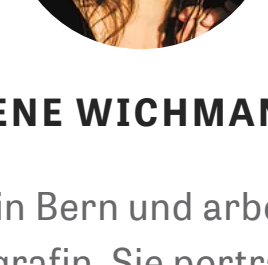
4. Januar 2024, 16:02 Uhr / Erschienen in Christ & Welt / 4 Kommentare / [🔒](#)



"Es war ein gutes Gefühl, mein Leben selbst in die Hand zu nehmen." © Agentur Vollformat

Ich weiß nicht mehr, was schlimmer war: wenn ich mich jemandem vorstellen oder jemanden anrufen musste. Als Stotterin habe ich die längste Zeit meines Lebens beides gefürchtet und gehasst. Manchmal, wenn ich einer Person gegenüberstand und keinen Ton über die Lippen brachte, kam die Bemerkung: Na, hast du deinen Namen vergessen? Witzig gemeint, aber mich traf das tief. Telefonieren war jedes Mal ein Angang, ich wusste nie, ob es mir gelingt, mich zu melden. Klar, dass die andere Seite dann ungeduldig wird, "Hallo!" ruft und schließlich entnervt aufliegt.

Es war eine Kollegin, die irgendwann fragte: Wie wäre es, wenn du deinen Vornamen änderst? Denn der war die größte Hürde in meinem Alltag: Karoline. So hatten meine Eltern mich genannt, aber schon den ersten Konsonanten brachte ich oft kaum heraus. Je häufiger das passierte, desto mehr verkrampte ich. Erst hielt ich den Vorschlag für einen Scherz, dann begann es in mir zu arbeiten: Geht das? Wenn ja, wie? Könnte das ein Ausweg sein?



LENE WICHMANN

38, lebt in Bern und arbeitet dort als Fotografin. Sie porträtiert vor allem Frauen, die sich mit dem Thema Selbstliebe befassen.

Ich stottere, seit ich ein Kind war. Es kommt vor, dass meine Stimme stockt, mal häufiger, mal seltener, und dann brauche ich etwas Zeit, um weitersprechen zu können. In meiner Grundschulzeit habe ich noch gern vor der ganzen Klasse vorgelesen und mich oft gemeldet. Das änderte sich auf dem Gymnasium. Gerade in der Pubertät, wenn es besonders wichtig scheint, was andere über einen denken, kamen verletzende Bemerkungen. Ich habe mich völlig zurückgezogen, bekam Fünfen für mündliche Mitarbeit. Als ich einmal eine Vier bekommen sollte, diskutierte die ganze Klasse, ob ich sie verdient hätte, andere fühlten sich ungerecht behandelt. Das war so verletzend.

EXKLUSIV FÜR ABONNENTEN

DIE ZEIT

Z+

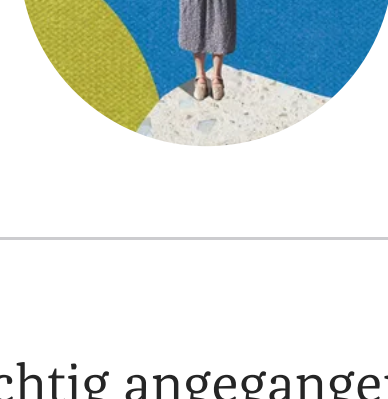
ANZEIGE

Sind 250.000 € ausreichend für Ihren Ruhestand?

Erfahren Sie jetzt mehr dazu in unserer gebührenfreien Studie zum Thema "Vermögenserhalt".

[Studie herunterladen](#)

Newsletter



Wofür leben wir? - Der Sinn-Newsletter

Jeden Freitag bekommen Sie alle Texte rund um Sinnfragen, Lebensentscheidungen und Wendepunkte.

[ABONNIEREN](#)

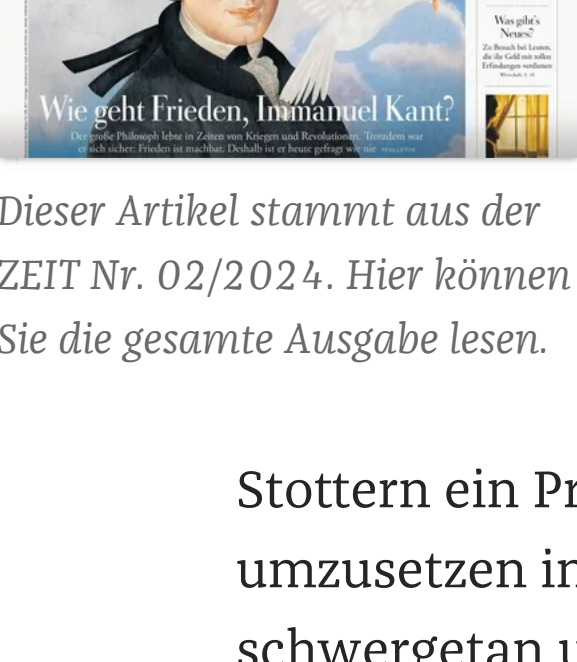
Richtig angegangen ist das Problem dennoch niemand. Meine Eltern haben es nie zum Thema gemacht, wohl, weil sie mir nicht wehtun wollten und weil sie ihre eigenen Herausforderungen hatten, in den Neunzigern in Ostdeutschland, wo ich aufgewachsen bin. Einmal hat eine Lehrerin mich an einen Logopäden verwiesen, aber mit dem kam ich menschlich nicht gut klar. Ich bin dann nach der zehnten Klasse von der Schule abgegangen, um eine Berufsausbildung zur Fotodesignerin zu machen. Auch weil ich dachte: Mündliches Abitur, das packe ich nicht.

WEITERLESEN NACH DER ANZEIGE

„Tag der mentalen Gesundheit“ mit SOS-Kinderdorf

„Die Batterien sind bei einigen einfach leer“

Die psychische Belastung von Kindern und Jugendlichen hat in den letzten Jahren erheblich zugenommen. Pandemie, Krieg, Inflation und Energiekrise tragen dazu bei. Erfahren Sie hier, wie SOS-Kinderdorf hilft. Mehr...



Dieser Artikel stammt aus der ZEIT Nr. 02/2024. Hier können Sie die gesamte Ausgabe lesen.

Es war ein gutes Gefühl, mein Leben selbst in die Hand zu nehmen. Ich habe auch selbstständig nach einer neuen Logopädin gesucht, die mit mir den Umgang mit Situationen unter Menschen trainiert hat: Wie schaffe ich es, im Café etwas zu bestellen? Wie gehe ich offener mit meinem Stottern um? Denn wenn Leute von vornherein Bescheid wissen, sind sie weniger irritiert.

Es ist ein guter Ansatz, offensiv zu sein, sich zu erklären, statt Situationen zu meiden, in denen Stottern ein Problem ist. Allerdings war er nicht immer leicht umzusetzen im Alltag. Weil ich mich auch in Bewerbungsgesprächen schwergetan und zunächst keine Stelle gefunden habe, habe ich noch eine Ausbildung draufgesattelt, als Gestalterin für visuelles Marketing. Danach bekam ich eine Anstellung in einem großen Möbelhaus. Nebenbei begann ich, Hochzeiten zu fotografieren, erst im privaten Umfeld, dann als bezahlter Nebenjob. Den Traum von der Fotografie hatte ich noch immer, aber die wahre Erfüllung war das noch nicht. Doch dann kam, ich war mittlerweile Ende 20, jener Tag, an dem meine Kollegin mir den Vorschlag machte mit der Namensänderung.

Wie will ich heißen, was geht mir über die Lippen?

Es ist nicht so, dass Karoline grundsätzlich für Stotternde nicht auszusprechen wäre. Es können ganz verschiedene Buchstaben sein, bei denen man sich verkrampt, das kann sich auch ändern. Gegen den Namen an sich hatte ich nichts. Aber irgendwie war er für mich immer mehr zu einem Gegner geworden. Klar, ich hatte auch einen Spitznamen wählen können, mit dem ich mich vorstelle. Aber ich hatte das Gefühl, ich brauche das schwarz auf weiß und offiziell, um mir selbst das Recht dazu zu geben. Weil ich mittlerweile in der Schweiz lebe, musste ich eine Namensänderung in meiner Gemeinde über die deutsche Botschaft beantragen und schriftlich begründen.

WEITERLESEN NACH DER ANZEIGE

Vernachlässigung in Deutschland

SOS-Kinderdorf hilft: Wenn Kinder in Vergessenheit geraten

Überforderung, Krisensituationen und Krankheiten sind häufige Gründe, warum Eltern ihre Kinder vernachlässigen. SOS-Kinderdorf hilft Ihnen dabei, sie besser zu versorgen. Hier erfahren Sie, wie Sie unterstützen können. Mehr...

Doch erst mal stellte ich mir die Frage: Wie will ich heißen, was geht mir über die Lippen? Ich habe für mich getan, was werdende Eltern tun: auf Namensseiten recherchiert, Rankings erstellt. Am Ende blieb Lene übrig. Noch ehe ich die Änderung beantragte, habe ich den Namen auf einer Gruppenreise getestet, auf der mich niemand kannte: Kann ich mich anderen so vorstellen? Wie fühlt es sich an, wenn sie mich so nennen? Das Gefühl war wunderbar, wie ein Befreiungsschlag.

THEMA

Stottern

Stottern
Kleine Sorge, ich bbbbin gleich fertig

Stottern
"Das Stottern sitzt im Gehirn"

In einem Laden habe ich mir ein geschnittes "L" gekauft, wie zum Zeichen: Ja, das ist es jetzt, mein neues Initial. Danach habe ich mich um den Antrag gekümmert. Ich hatte mit einer netten Sachbearbeiterin zu tun, die dafür gesorgt hat, dass er schnell und unkompliziert durchging. Am meisten zitterte ich davor, was meine Eltern sagen würden. Aber die waren sehr liebevoll. Meine Mutter kam mit mir in die Botschaft, mein Vater meinte nur: "Kind, du bist erwachsen, du kannst tun, was du willst." Als Zweitnamen habe ich Karoline behalten, auch das wie ein Zeichen: Ihr habt das für mich ausgesucht, ihr habt mir nichts Böses gewollt, es hat nur nicht gepasst. Ich identifiziere mich aber heute überhaupt nicht mehr mit diesem Namen.

ANZEIGE

Nachhaltiges Bauen für die Zukunft

SOS-Kinderdorf: Hier entsteht das neue Kinderdorfzentrum in Leipzig

SOS-Kinderdorf setzt sich auch im urbanen Raum für Kinder, Jugendliche und Eltern ein. Ein großes Projekt wird aktuell in Leipzig verwirklicht. Wie zeigen, wie Sie als privater Förderer unterstützen können. Mehr...

Das ist jetzt knapp zehn Jahre her, einer der wichtigsten Wendepunkte meines Lebens. Nicht nur, weil mir Lene keine Ausspracheprobleme macht. Auch weil es mir gezeigt hat: Ich kann für mich eintreten, auch ungewöhnliche Wege gehen, mir das Leben leichter machen, ohne Angst, dass Leute mich auslachen. Im Gegenteil: Fast alle in meinem Umfeld haben das respektiert und sich erstaunlich schnell umgewöhnt.

Z

Exklusiv für Abonnenten

Nachhaltige Geldanlage

Vom Liebling-ETF zum Anleger-Albtraum

Libanon

Israels Wette gegen die Hisbollah

Olaf Scholz

Sandsäcke und Buhrufe

Mehr Abotexte >

Vorstellungsrunden oder Anrufe mag ich weiterhin nicht besonders, aber ich drücke mich nicht mehr. Vor allem hilft mir mein neues Selbstbewusstsein, eigene Wege zu gehen statt immer den Weg der Vernunft.

Ich arbeite nicht mehr als Gestalterin, sondern habe mich nach einer Phase als Hochzeitsfotografin fokussiert auf besondere Shootings, vor allem für Frauen, die sich für das Thema Selbstliebe interessieren. Dabei beschäftige ich mich sehr intensiv mit ihnen, um herauszufinden, welches innere Bild sie gerne von sich ausdrücken möchten. Das läuft immer besser. Ich glaube, weil mein eigener Weg steinig war, kann ich mich gut in Menschen einfühen, die selbst ein Päckchen zu tragen haben. Heute würde ich sagen: Ich habe meinen Namen nicht geändert, um eine andere zu sein. Ich habe ihn geändert, um die zu werden, die ich wirklich bin.

STARTSEITE

[f](#) [t](#) [v](#) [h](#) [e](#)

Artikel drucken

Schlagwörter: Selbstbewusstsein | Kommunikation | Alltag | Sprache | Eltern | Alle Themen

Weitere Artikel Empfohlen von @utbrain

<p>Krankenhausbrand: Vier Menschen sterben bei Brand in Uelzen</p> <p>Im niedersächsischen Uelzen hat es in einer Klinik gebrannt. Vier Patienten...</p>	<p>7 Wege, um Einkommen zu generieren, sobald Ihr Portfolio 250.000 € erreicht hat</p> <p>Grüner Fisher</p>	<p>Japan: Menschliches Flugzeugkollisions verunsichert...</p> <p>Laut einem Medienbericht hatte die Küstenwachenmaschine keine Erlaubni...</p>
---	--	---

ZEIT ONLINE

<p>Krankenhausbrand: Vier Menschen sterben bei Brand in Uelzen</p> <p>Im niedersächsischen Uelzen hat es in einer Klinik gebrannt. Vier Patienten...</p>	<p>Z Gérard Depardieu</p> <p>"Ich bin einfach nur ein Mann ... aber ich bin auch eine Frau"</p> <p>Vergewaltigung? Sexuelle Nötigung? Aus den Vorwürfen gegen den...</p>	<p>Japan</p> <p>Menschliches Flugzeugkollisions verunsichert...</p> <p>Laut einem Medienbericht hatte die Küstenwachenmaschine keine Erlaubni...</p>
---	--	--

<p>VERLAGSANGEBOT</p> <p>Verwandeln Sie Ihren Garten in eine Wohlfühloase</p> <p>Entdecken Sie das Garten-Sortiment im ZEIT SHOP.</p>	<p>VERLAGSANGEBOT</p> <p>Diese Bücher sollten Sie gelesen haben!</p> <p>ZEIT Buch-Editionen</p>	<p>VERLAGSANGEBOT</p> <p>Was verdienen Informatiker:innen?</p> <p>Gehaltsvergleich je Fachgebiet in der Informatik.</p>
---	---	---

<p>Z Tradwives' auf TikTok</p> <p>Yasmine M'Barek entdeckt: die Hausfrau</p> <p>Statt zu schufden, wäre es doch schön, zu Hause zu bleiben und die Kinder...</p>	<p>Kältewelle in Skandinavien</p> <p>Leben auf Eis gelegt</p> <p>In Skandinavien ist es ungewöhnlich kalt. Die Temperaturen fielen teilweise unter...</p>	<p>Z Russische Drohnenangriffe</p> <p>Das russische Kalkül hinter den Angriffen Wollin</p> <p>Russlands Streitkräfte feuern scheinbar wahllos Raketen auf ukrainische Städte...</p>
--	---	---

<p>VERLAGSANGEBOT</p> <p>Promovieren oder nicht? Finden Sie im Test heraus, ob...</p> <p>Jetzt Test durchführen & Ihre Zukunft gestalten.</p>	<p>VERLAGSANGEBOT</p> <p>Diese Klassiker der Weltliteratur. Die Autoren haben...</p> <p>Jetzt E-Book kostenlos herunterladen!</p>	<p>VERLAGSANGEBOT</p> <p>Wie ist Gemüse gesünder? Roh oder gegart?</p> <p>Machen Sie unser Quiz, um es herauszufinden.</p>
---	---	--

4 Kommentare Meine Kommentare Highlights Neuste / Älteste

- Was denken Sie?
- Water Lily**
vor 8 Stunden

Wow, bin sehr beeindruckt! Alles Gute, Lene!

Und tolle Idee: Wenn das Vertrauensverhältnis zwischen Fotografierender und Fotografin stimmt, Isteehen bestimmt tolle Bilder.

[↩](#) Antwort schreiben [👍](#)
- Sarah_A**
vor 12 Stunden

Vielen Dank für diesen tollen Artikel!

[↩](#) Antwort schreiben [👍](#) [👍](#) [👍](#) [👍](#)
- axejustus**
vor 16 Stunden

[🗑](#) Entfernt. Bitte bleiben Sie beim Thema. Danke, die Redaktion/tba
- SvenBr**
vor 18 Stunden

Danke für die schöne Geschichte! Tut gut solche Dinge zu lesen, sei es auch nur im Leben eines einzelnen Menschen :)

[↩](#) Antwort schreiben [👍](#) [👍](#) [👍](#) [👍](#)

Aktuelle Nachrichten / Sinn / Stottern: "Das Gefühl war wunderbar, wie ein Befreiungsschlag"