

**Wir stottern – und
wir reden darüber**

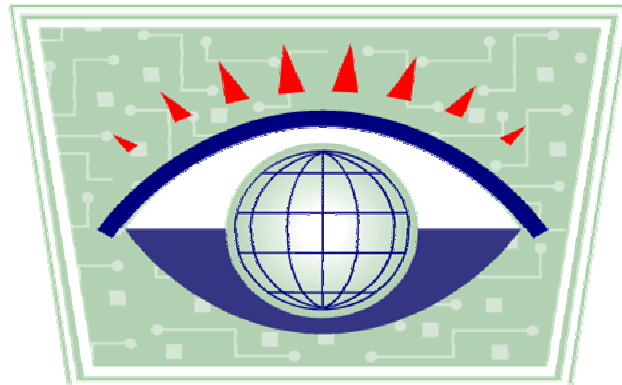
Oktober – November – Dezember
Ausgabe 4/2005



dialog
verbindet Menschen

**MITTEILUNGSBLATT DER ÖSTERREICHISCHEN
SELBSTHILFE INITIATIVE STOTTERN**
www.stotternetz.at

community vision for global action



International Stuttering Awareness Day

Am 22. Oktober ist Weltstottertag!

Tag der offenen Tür
in unserem Büro

6020 Innsbruck, Brixner Straße 3 / 1.Stock
von 8 bis 17 Uhr



**Online-Exemplar des dialog.
Download von www.stotternetz.at.**



	Die Seite 3 – Tag der offenen Tür	3
	Infomappen und Therapie Information	4
	Der Dialog in Ihren Händen – Umfrage	5
	Sommercamp 2005 „Wir sprechen über Europa“	7
	"Stonehenge" von Georg Faber	12
	Ropana Wochenende Oktober 2005	13
	Ropana Erfahrungsberichte	13
	Ropana Leitsätze beim Telefonieren	17
	Seminar-Vorschau für 2006	20
	Bericht vom Begegnungswochenende	21
	Stottern für Nichtstotternde	22
	Eindrücke einer angehenden Lehrerin	23
	Therapieansatz von Anita Bartlweber	24
	Therapieansatz von Katrin Schumann	25
	Buch "Endlich glücklich ohne Stottern"	25
	Hausdörfer Seminar in Passau	26
	Die Naturmethode	27
	Buch "Natürlich sprechen lernen"	28
	Das Lidcombe Programm	29
	Das Valsalva Manöver	30
	Uniability	31
	Bücher - News und Oldies	32
	Die Rätselseite	34
	Selbsthilfegruppen	35
	Nachrichten aus den Gruppen	36
	Kalender	37
	Einladung zur Weihnachtsfeier	37
	Beitrittserklärung	38
	Impressum	39
	Kontaktadressen	40

Oktober – November – Dezember 2005

**ROPANA Wochenend-Seminar
28. – 30. Oktober 2005
in Mondsee/OÖ**



Wir wollen behutsam unsere sprachlichen und emotionalen Anforderungen steigern und lernen, durch mentale Strategien und erreichte Erfolge zuversichtlich in unsere sprachliche Zukunft zu schauen.



Anmeldung bei Andrea Grubitsch
andrea.grubitsch@stotternetz.at
Telefon 0664 2840558

Am 22. Oktober 2005 ist der 8. Weltstotterttag

"International Stuttering Awareness Day"

Weltweit müssen sich Millionen von Erwachsenen und Kindern der täglichen Herausforderung stellen, mit dem Stottern zu leben. Um in der ganzen Welt auf diese Sprechschwierigkeit aufmerksam zu machen, wurde der 22. Oktober zum „Welttag des Stotterns“ erklärt.

Über das Stottern gibt es in allen Bevölkerungsgruppen ein Wissensdefizit. Um diese Situation zu verbessern, wurde vor 15 Jahren die ÖSIS (ÖSTERREICHISCHE SELBSTHILFE-INITIATIVE STOTTERN) gegründet. Hilfesuchende können sich unverbindlich über Entstehung, Verlauf und Therapiemöglichkeiten des Stotterns informieren. Um die Therapiesituation stotternder Menschen zu verbessern, arbeitet die ÖSIS mit Experten aus dem deutschsprachigen Raum zusammen.

Der Verein hat **für Stotternde und deren Angehörige, Lehrer, Eltern und Therapeuten** folgende Angebote:

- Information und Beratung
- Infomappen für mehrere Zielgruppen
- Bücherlisten (Ratgeber und Fachbücher)
- Bibliothek, Buch- und Videoversand
- TIB – Therapie Informations Broschüre
- Erfahrungsaustausch in den Selbsthilfegruppen
- Sommercamp Navis Nachbetreuung
- BEGEGNUNGSWOCHESENDEN
- Vereinszeitschrift *dialog*
- ROPANA-Seminare

Aus Anlass des WELTSTOTTERTAGES

laden wir Sie ein zum

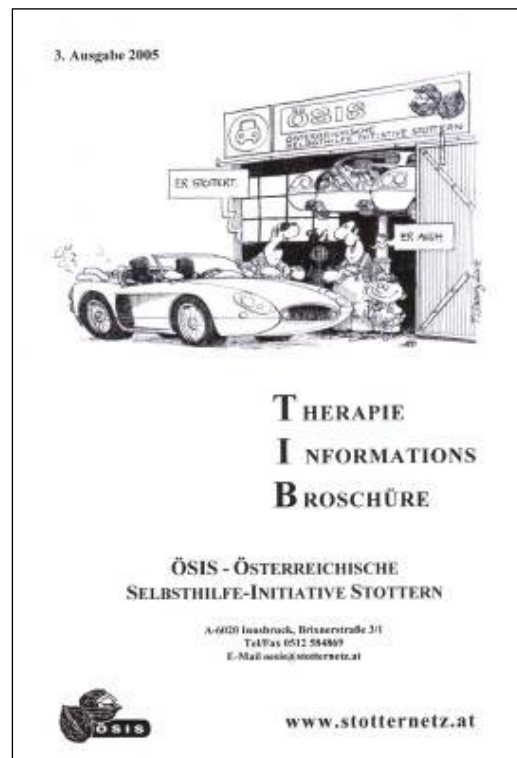
Tag der offenen Tür

am **Samstag, dem 22. Oktober**

von **8 bis 17 Uhr**

im **ÖSIS-Büro in Innsbruck**

Brixner Straße 3/1. Stock (Bahnhofsnähe)



- Unsere Mitarbeiter stehen gerne für Ihre Fragen zur Verfügung.
- Auch unsere **Bibliothek** mit Büchern und Videos steht jedem Interessierten offen.
- Schulklassen sind jederzeit willkommen.

- Wir präsentieren die **Neuaufgabe unserer Therapie Informations Broschüre TIB 2005.**

Für die ÖSIS

Andrea Grubitsch, Obfrau

Wir STOTTERN

Wir bieten unsere **Info-Mappen**

... und wir reden darüber

für folgende Zielgruppen an:

- ⇒ stotternde Erwachsene
- ⇒ Eltern stotternder Vorschulkinder / KindergartenpädagogInnen
- ⇒ Eltern und Erzieher stotternder Schulkinder / Jugendlicher
- ⇒ LehrerInnen und SprachheillehrerInnen
- ⇒ LogopädInnen

Jede der Ringmappen enthält

- eine Therapie Informations Broschüre 2005
- ein Exemplar unserer Zeitschrift „dialog“
- die Bücherliste Teil 1 – zum Einlesen in die Thematik
- die Bücherliste Teil 2 – für näher Interessierte und Therapeuten
- die Bücherübersicht nach Themen
- und **umfangreiches Infomaterial für die jeweilige Zielgruppe**



Wir senden Ihnen diese Mappen zum Selbstkostenpreis von € 10,-- pro Exemplar gerne zu (beinhaltet Versandkosten).



Therapie Informations Broschüre (TIB 2005)

Herausgeber:

ÖSTERREICHISCHE SELBSTHILFE-INITIATIVE STOTTERN (ÖSIS)

Redaktion und Layout: Andrea Grubitsch

3. überarbeitete und erweiterte Ausgabe 2005, 80 Seiten

Kostenbeitrag € 5,00, ein Exemplar ist in den Infomappen enthalten

Wir haben alle uns bekannten Therapierichtungen in Österreich in diese Broschüre aufgenommen. Darüber hinaus auch einige allgemein bekannte bzw. öfter nachgefragte Angebote in Deutschland, wobei wir betonen, dass wir keine Wertung vorgenommen haben.

Bevor Sie sich für eine Therapie entscheiden, kontaktieren Sie uns bitte, wir geben Ihnen dann weitere Informationen bzw. Erfahrungsberichte. Über die Ansprechpartner in den Bundesländern erfahren Sie die Termine der lokalen Selbsthilfetreffen, bei denen ein reger Erfahrungsaustausch über die verschiedenen Therapien stattfindet.



Bestellungen richten Sie bitte an das ÖSIS-Büro, Telefon und Fax (0043) (0) 512 584869.

Bankverbindung:

Allg. SPK OÖ, Kontonummer 10600002108, BLZ 20320
IBAN AT092032010600002108, BIC ASPKAT2L

Der Dialog in Ihren Händen!

von Mario Gusenbauer

<p>Sie finden sowohl positiv als auch negativ formulierte Fragen.</p> <p>Bitte denken Sie nicht lange über die jeweilige Antwort nach - lassen Sie Ihren Bauch sprechen. Seien sie bitte ehrlich - tun sie uns nicht den Gefallen, aus Höflichkeit oder Wohlwollen alle Fragen positiv zu bewerten.</p> <p>Dies ist eine Umfrage, um später auf Ihre Bedürfnisse eingehen zu können.</p>					
	stimme voll zu	stimme eher zu	ist mir egal	stimme eher nicht zu	stimme nicht zu
Gestaltung					
Das Layout finde ich ansprechend und angemessen.					
Die Verwendung von verschiedenen Schriftarten finde ich gut.					
Mit der Qualität der Bilder, Fotos und Grafiken bin ich einverstanden.					
Dass die Grafiken, Fotos und Bilder schwarzweiß sind, finde ich gut.					
Der dialog ist übersichtlich und klar gestaltet, ich finde mich sofort zurecht.					
Der dialog sollte mehr Seiten haben.					
Inhalt					
Die Büchernews finde ich sehr interessant – bitte beibehalten.					
Es sollten mehr Therapie-/Seminarveranstaltungen vorgestellt werden.					
Für stotternde Erwachsene ist ausreichend viel im dialog zu finden.					
Für stotternde Kinder und Jugendliche ist ausreichend viel im dialog zu finden.					
Für Angehörige von Stotternden ist ausreichend viel im dialog zu finden.					
Für Therapeuten ist ausreichend viel im dialog enthalten.					
Die Therapie- und Seminarberichte finde ich sehr interessant.					
Die Berichte zu den Aktivitäten der ÖSIS finde ich völlig uninteressant.					
Therapie-Erfahrungsberichte finde ich sehr interessant.					
Ich weiß gerne über die Aktivitäten der Selbsthilfegruppen Bescheid.					



	stimme voll zu	stimme eher zu	ist mir egal	stimme eher nicht zu	stimme nicht zu
Neue Medien					
Die vermehrten Verweise auf Internetseiten finde ich gut.					
Ich würde den dialog lieber per Email oder als Download erhalten.					
Mir ist wichtig, dass ich den dialog in Papierform erhalte.					
Homepage der ÖSIS					
Ich bin häufig auf der Homepage der ÖSIS.					
Die ÖSIS Homepage ist sehr schlecht.					
Die ÖSIS Homepage ist mit der Detailnavigation gut strukturiert.					
Die Inhalte auf der ÖSIS Homepage sind uninteressant.					
Interesse am Dialog					
Ich lese den dialog so gut wie nie.					
Ich würde auch gerne mal was für den dialog schreiben.					
Ich lese den dialog von vorne bis hinten aufmerksam und interessiert.					
Ich lese nur, was mich interessiert.					
Im dialog steht immer dasselbe.					
Der dialog sollte häufiger erscheinen.					
Der dialog sollte weniger häufig erscheinen.					
Ich habe eigentlich kein Interesse am dialog.					
Zu Ihrer Person					
	Ja	Nein			
weiblich					
zwischen 5 und 15 Jahre					
zwischen 16 und 20 Jahre					
zwischen 21 und 50 Jahre					
älter als 50 Jahre					
vom Stottern selbst betroffen					
Angehörige/r eines stotternden Menschen					
Therapeut/in, Sprachheillehrer/in, LogopädIn					
LehrerIn					
weder Angehöriger, Betroffener noch Therapeut, Sprachheillehrer, Logopäde					
Sie finden diese Umfrage auch in Form einer Excel-Datei auf www.stotternetz.at . Wenn Sie die Möglichkeit haben, so bedienen Sie sich bitte der Excel-Datei und senden Sie diese an umfrage@stotternetz.at . Ansonsten schneiden oder kopieren Sie diese Seite aus dem Dialog und senden oder faxen Sie die Seite an das ÖSIS – Büro, Fax (0043) (0) 512 584869.					

Internationales Sommercamp Navis "Stottercamp" 2005

in Zusammenarbeit mit der Abteilung Außenbeziehungen des Landes Tirol
und mit Unterstützung vom InfoEck, Regionalstelle für das Programm Jugend.
Fachliche Leitung: Sprachheilpädagoge Frank HERZIGER aus Ravensburg
Ehrenschutz: Bundeskanzler Dr. Wolfgang Schüssel

Stotternde sprechen über Europa

"Auffrischungswoche" in Navis als Generalprobe für Straßburg

28 Stotterer trafen sich vor kurzem im Ferienhaus Hubertus zu einer Nachbetreuungswoche. „Die meisten Jugendlichen sind seit 1999 regelmäßig im Stottercamp. Sprachlich gesehen entwickeln sie sich sehr gut, doch die Auffrischung des Gelernten ist wichtig, damit die Kids wieder Kraft tanken können“, weiß **Frank Herziger**, Sprachheilpädagoge aus Ravensburg.

Der Weg vom Stottern weg ist nicht so schwer, mühsam ist vor allem das konsequente Umsetzen im Alltag. Gemeinsam mit dem Projektleiter des Camps, **Herwig Pöhl** aus Schwaz, und mehreren BetreuerInnen widmete man sich diesmal, wie schon im Internationalen Sommercamp, dem Thema „Europa – im Stottern vereint? Wir sprechen über Europa“ (das BEZIRKSBLATT berichtete). Die Situation stotternder Jugendlicher und Erwachsener in den alten und neuen EU-Staaten wurde und wird dabei genau unter die Lupe genommen.

Neben den "üblichen" therapeutischen Maßnahmen arbeiteten die Jugendlichen Projekte aus, übten deren Präsentation und werden die Ergebnisse des Camps im Oktober in Straßburg vortragen. „Die Woche ist viel zu schnell vergangen“, meint Manuel aus Bad Vöslau. Wenn er nach Navis kommt, kann er täglich beobachten, wie er sich mit dem „klangvollen Sprechen“ leichter tut. Auch Armin aus Wien hat sich gefreut, seine "große, geliebte Familie" wieder einmal zu treffen: "Navis ist inzwischen zu meiner zweiten Heimat geworden".

Das Sommercamp 2005 wurde unter anderem vom Land Tirol/Abteilung Soziales sowie den Bundesministerien Soziale Sicherheit, Generationen und Konsumentenschutz sowie Gesundheit und Frauen, als auch Bildung, Wissenschaft und Kultur unterstützt.

Quelle: BEZIRKSBLATT, Lokalausgabe Stubaital/Wipptal vom 17.8.2005, Beitrag von Tamara Kainz

Berichte der Teilnehmer der Auffrischungswoche des Sommercamp Navis

zusammengefasst und übertragen von Projektleiter Herwig Pöhl

Andreas:

Was mir gefallen hat, war insbesondere der heutige Tag (Donnerstag), weil das Üben draußen bei schönem Wetter sehr entspannend ist. Ich finde es auch gut, dass wir an jedem Tag drei Therapieeinheiten haben.

Armin:

Es hat mich sehr gefreut, wieder einmal in meine zweite Heimat Navis am Brenner zu kommen, um meine „große geliebte Familie“ endlich einmal wieder zu sehen. Unser Infostand in Innsbruck war sehr interessant und es hat mich gefreut, dass sich so viele Leute für das Thema Stottern interessiert haben. Leider ist die Zeit wie im Flug vergangen und ich muss schon wieder zurück nach Wien.

Bernhard A.:

Ich fand diese Woche sehr lehrreich, weil ich viele neue Dinge über die EU gelernt habe. Aber auch die Therapie blieb nicht zurück. Wir haben auch jede Menge für unser Sprechen getan.

*Informationsstand
Innsbruck,
Franziskanerplatz,
am 26.7.05*



Bernhard B.:

Mir taugt es, dass der Stoff auf eine Woche verteilt ist. Ich habe daher auch mehr Freizeit. Es wird nicht alles in eine kurze Zeit hineingestopft. Mir taugt es, dass mehrere Stotternde zusammen sind, weil ich weiß, dass es denen gleich geht wie mir selber.

Bettina:

Alle Jahre wieder verbringen wir hier eine Woche am Hubertushof. Wir lachen, blödeln, diskutieren, tragen vor, und unermüdlich lauschen wir dem Klang unserer Stimmen. Ich fühle mich wohl und genieße schlichtweg alles, was mich hier umgibt.

Evelyne:

Die Lage ist sehr optimal, weil man konzentriert arbeiten kann. Auch die Natur beeinflusst die Teilnehmer beruhigend. Es ist eine Gemeinschaft zwischen den Jugendlichen deutlich spürbar, was die optimale Umgebung noch positiv bestärkt.

Fabian:

Wir lernen das klangvolle Sprechen. Es tut gut, unsere Stimme zu spüren und zu erleben. Besser sprechen zu können, gibt mir mehr Lebensqualität. Am ersten Tag kam der Altlandeshauptmann Dr. Wendelin Weingartner zu Besuch, und wir durften Fragen zum Thema EU stellen. Wir übten das klangvolle Sprechen und lernten Lesetexte. Dann befasste sich jeder mit einem Staat aus der EU und schrieb darüber ein Referat, das am letzten Tag vorgetragen wurde.

Florian:

Am besten hat mir der Nachmittag in Innsbruck gefallen, weil ich mir ein paar gute Scherze in den Geschäften erlaubt habe. Ich habe zum Beispiel nach dem besten Handyangebot gefragt und bin dann aus dem Geschäft gegangen. Und wahrscheinlich haben sie geglaubt, dass ich ein solches kaufen möchte, aber ich wollte damit meine Sprache verbessern. Aber es war auch wichtig, wie sie auf die Frage reagiert haben.

Frank:

Es ist faszinierend zu sehen, wie die Jugendlichen sich entwickelt haben in diesen Tagen. Die Zeile: „Trau dich nur zu spinnen, es liegt in deiner Hand...“ aus dem Lied „Abenteuerland“ wird immer wieder von den meisten lauthals mitgesungen und auch im positiven Sinne umgesetzt. Sie legen die „coole“ Art relativ schnell ab, sie sind locker, frei und fröhlich wie Kinder, sie haben sich das Kindsein noch ein Stück bewahrt, das zeugt von Reife.

Faszinierend ist auch, mit welchem Eifer sie üben. Insbesondere auch dann, wenn es ihnen freigestellt ist, ob sie üben oder lieber Freizeit machen. Es ist offensichtlich die Einsicht da, dass ihnen das bewusst klangvolle Sprechen gut tut. Was mir gefällt, ist das selbstverständliche Akzeptieren der Regeln und der respektvolle Umgang miteinander.

Gaudenz:

Die schönen Berge, das gute Wetter, die unvergleichliche Landschaft, die köstliche Speise, die freundschaftliche Atmosphäre, das sind alles Beispiele, die mich im Sommercamp der Stottertherapie von Frank Herziger um wichtige Erfahrungen reicher gemacht haben.

Herbert:

Ich fand es eigentlich fast immer sehr schön. Am schönsten fand ich, dass wir nach Innsbruck gefahren sind. Es war einfach schön, einmal einen Ausflug nach Innsbruck zu machen. Ich fand alles schön, das Essen war gut, das Umweltraining war eigentlich auch lustig. Ich fand auch, dass das Programm dieser Woche gut war. Weiters hat mir das Lagerfeuer gut gefallen.

Herwig:

Ich fand es toll, dass sich 28 Jugendliche wieder im Hubertus eingefunden und sich mit sehr viel Begeisterung, Elan und Willen dem Thema EU im Allgemeinen und den 25 EU-Ländern im besonderen gestellt haben. Das Endprodukt mit den 25 Länderpräsentationen beim bunten Abend am Freitag war einfach Spitze, und jeder/jede gab sprachlich sein/ihr Bestes. Spaß und Freude kamen während der ganzen Woche auch nicht zu kurz.

Das feinfühlig, schön anzusehende Miteinander der Jugendlichen und das gegenseitige Erinnern an ein klangvolles, gebundenes Sprechen mit deutlichen Pausen hat meine ganzjährige Arbeit und Organisation zum Thema "Europa – im Stottern vereint" mit seinen fünf Terminen (einschließlich dem noch einmaligen Straßburgbesuch am 25. und 26. Oktober) und dem Bemühen, die Kosten so niedrig wie möglich zu halten - denn die Jugendlichen kommen ja schon seit mehreren Jahren zur angebotenen Nachbetreuung - sehr gelohnt.

Die vielen Lieder und Hits aus den Sommercamps 1999-2003, die am Beginn unserer Therapieeinheiten von Frank aufgelegt wurden, ließen in mir wieder viele Erinnerungen aus diesen jeweils dreiwöchigen Stottertherapiecampen aufkommen.

Josef:

Ehrlich gesagt, ich verspüre kein schlechtes Gefühl in mir. Wenn es auch beim Sprechen nicht so klappt, wie ich es mir wünsche. Die ganze Umgebung wirkt nicht stressig. Das wichtigste ist selbstverständlich das Üben. Musiker müssen immer wieder üben, dasselbe ist beim Sprechen der Fall.

Lena:

Mir gefällt diese Woche heuer sehr gut, weil viele bekannte Gesichter da sind und ich dabei auch mein flüssiges Sprechen auffrischen kann. Der Hubertushof ist wie immer ganz, ganz toll und ich freue mich schon auf das nächste Jahr.

Lisi:

Was ich ganz toll gefunden habe, war das Standl am Franziskanerplatz in Innsbruck und wie sehr sich die Jugendlichen darum bemüht haben. Und generell gibt es hier oben auf dem Hubertushof eine Atmosphäre, die man sonst nirgends findet.

Lukas:

Ich fand die Auffrischungswoche im Hubertus sehr aufregend, besonders der Besuch im Landhaus in Innsbruck war für mich sehr lehrreich. Das Lagerfeuer fand ich sehr lustig, als die Besucher aus dem Zimmer 8 in ihren Badehosen das Feuer umkreisten. Und ich freue mich auf den bunten Abend, der sicher viel Spaß und gute Laune enthalten wird.

Robert F.:

Ich habe mich gefreut alle wieder zu sehen bzw. neue Bekanntschaften zu schließen. Was mir sehr gefallen hat, war der Tag in Innsbruck mit dem Umweltraining und dem Informationsstand. Darüber hinaus haben mir das alte Landhaus und das Abendessen im Archiv gefallen. Die Übungen mit den Referaten und den verschiedenen Lesetexten haben mir auch etwas gebracht.



*Beatrix aus Wien
und
Martin aus Fulpmes*

*mit EU-Leibchen
und RLB-Käppchen*

Martin K.:

Es war in dieser Woche sehr hilfreich, dass wir Stotternde selbständig gearbeitet haben. Das bringt für das Üben zuhause mehr als immer nur mit den Betreuern zu arbeiten. Das größte Ereignis war das Leute-Ansprechen auf der Straße in Innsbruck. Nach anfänglicher Schüchternheit bin ich immer lockerer geworden und habe mit den Menschen wirklich geredet.

Waltraud:

Ich war heuer das erste Mal im Hubertushof. Ich genoss die Ruhe der Natur und die Herzlichkeit der Wirtsleute. Diese Ruhe übertrug sich heuer auch etwas auf unseren Therapieablauf. Toll finde ich auch, welchen Grad an Selbständigkeit die meisten Jugendlichen erreicht haben. Öfters arbeiteten sie alleine Texte aus, übten miteinander und korrigierten sich gegenseitig.

Manuel:

Ich finde, dass diese Woche viel zu kurz war. Es war nicht so viel Therapie wie sonst, aber es hat trotzdem viel Spaß gemacht. Ich hoffe, dass ich zur nächsten Therapie wieder kommen kann. Und jedes Mal wenn ich hier bin, merke ich, dass ich mich verbessere.

Martina:

Es war sehr schön. Mir hat es auch sehr gefallen in Navis. Ich hatte auch viel Spaß. Die Übungen haben mir auch gut getan. Und ich werde weiter an mir arbeiten und ich werde auch jeden Tag daheim meine Übungen machen.

Martin P.:

Ich denke, es war wieder einmal sehr lehrreich für mich. Ich habe wieder einmal gesehen, wo ich stehe und wo ich hin will. Des weiteren möchte ich mich bedanken bei der **Familie Brigitte und Konrad Peer** für die wunderschöne Betreuung und Verpflegung. Und ein ganz spezielles Lob für Herwig Pöhl, dass er sich die Organisation dieser Veranstaltung Jahr für Jahr antut.

Michael:

Ganz gut gefallen hat mir das Essen im Restaurant Archiv in Innsbruck. Was ich noch super gefunden habe, ist, dass wir den Basistext in langer Version gelernt haben.

Miriam:

Für mich war es wie immer sehr schön hier zu sein. Die ganzen Leute wieder zu sehen, zu üben und Spaß zu haben. Ich freue mich jetzt schon auf das Wochenende in Straßburg. Es war echt toll hier zu sein.

Roland:

Also ich fand den Besuch im Landhaus sehr interessant und aufregend. Ich bin stolz darauf, dass ich probiert habe, klangvoll zu sprechen und versucht habe, mich zu konzentrieren. Als wir dann Getränke zum Trinken im Rokokosaal erhalten haben, habe ich Fußweh bekommen und Bettina ist mit mir in die Apotheke gegangen. Am besten hat mir dann gefallen, dass wir mit den Badehosen ums Lagerfeuer gelaufen sind.

*Begrüßung und
Eröffnung des
bunten Abends
mit den großartigen
Länderpräsentationen
am 29.7.05 im Hubertus
durch
NR Maria Grander
aus Wattens*



Oliver:

Nicht gefallen hat mir die Wanderung. Gut finde ich, dass wir den Zimmerwechsel gemacht haben, sodass wir mit den Freunden im Zimmer sind. Sehr gut war heuer das Essen. Gut hat mir auch gefallen, dass wir den langen Basistext gelernt haben, den ich schon immer kennen wollte.

Paul:

Die Woche hat mir sehr gut getan. Wo wir in Innsbruck waren bei unserem Informationsstand, das hat mir auch sehr gut gefallen. Das Üben in Kleingruppen das hat mir viel gebracht.

Max:

Mir hat jedenfalls gefallen, dass der Frank wieder dabei war in dieser Woche, weil es wieder etwas strenger war und wieder mehr auf Disziplin geachtet wurde. Das Wandern hat mir nicht gefallen. Positiv war an und für sich die ganze Woche.

Robert P.:

Mir hat es echt gefallen, dass wir über die Europäische Union Referate zusammengestellt haben und sie im klangvollen, freien Sprechen geübt haben. Ich habe Griechenland gezogen und es hat mich sehr interessiert, welche Sehenswürdigkeiten es dort gibt und dass das Land fast schon 4000 Jahre alt ist.

Stefan:

Es geht lockerer zu als in den letzten Jahren. Wir dürfen uns die Zeit mehr selbst einteilen und diese auch selbständig für Sprachübungen nützen.

Sinisa:

Die Woche war sehr lustig. Ich habe viel Spaß gehabt. Es hat mir einiges gebracht. Es hat mich wieder daran erinnert, mir mehr Mühe zu geben und auf mein Sprechen zu achten. Den heutigen Tag fand ich sehr spaßig, weil wir in verschiedene Gruppen eingeteilt wurden. Ich war in dieser, in der wir frei sprechen mussten. Wir haben hier viel Theatermäßiges gemacht.

Steven:

Es war lustig. Obwohl es auch nicht so lustige Erlebnisse gab. Im Ganzen war das Camp ein Erfolg. Es lief alles locker ab.

Thomas:

Diese Woche war wie immer total super. Als erstes, dass man wieder alle Freunde sieht und natürlich die Stottherapie. Was ich weniger toll fand, dass nur wenige Betreuer beim Geschirr abtrocknen und kein einziger Betreuer beim Holz holen geholfen hat. Aber ansonsten war die Woche wie immer super.

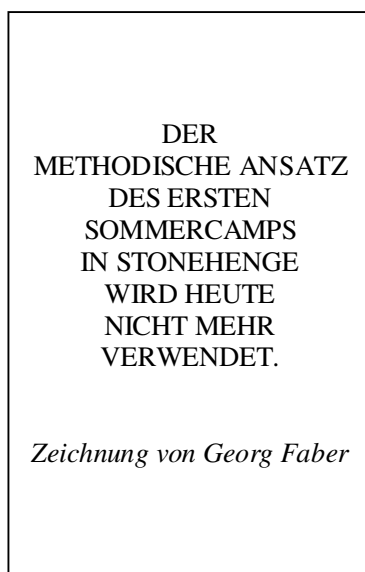
**Sabine:**

Das Euro-Camp ist Vergangenheit
und nun ergreife ich die Gelegenheit,
das Erlebte zu verdauen
und auf die letzte Woche zurück zu schauen.

Vieles war anders als sonst, vieles war gleich.
Zum Beispiel die Gastlichkeit in Österreich.
Diese erlebte ich zuerst bei Manfred und Monika,
doch sie ist auch auf dem Hubertus-Hof da.
Konrad und Brigitte haben sich wirklich gequält,
damit's uns allen an nichts fehlt.

Das was anders war, will ich nun benennen:
Erstens: Ich sah keine Kinder vor Heimweh flennen.
Zweitens: Es waren alles "alte Hasen" dabei,
darum war's für die Betreuer keine Schufterei.
Drittens: Auch der Rhythmus war diesmal moderat,
drum kam ich fast nie zu den Stimmübungen zu spät.
Viertens: Neu war auch das Thema EU,
das ließ uns die ganze Woche keine Ruh.

Der Herwig hat das Thema angeregt und sich wieder viel Arbeit auferlegt.
Dass wir so fleißig waren, stimmt ihn heiter,
und wir sind nach dieser Woche um einiges gescheiter.
Von Sabin' stammen diese Zeilen,
gleich gongt es, darum muss ich mich beeilen.
Das Wichtigste tat ich mit diesen Zeilen sagen.
Willst du mehr wissen, Herwig, musst du mich nochmals fragen!



7. ROPANA®-Wochenend-Seminar der ÖSIS am Mondsee (ROLAND PAULIS NACHBEREITUNGSMETHODE) von Freitag, 28. bis Sonntag, 30. Oktober 2005

Du stotterst und bist mindestens 16 Jahre alt? **Wir** werden uns bemühen, dass dieses verlängerte Wochenende für Dich (und auch für Deinen Partner zu einem ermäßigten Tarif) ein Erlebnis wird. In einer angenehmen Umgebung werden wir es besonders gut zu schaffen, unser Sprechen in flüssige und geordnete Bahnen zu lenken.

Wir wollen behutsam unsere sprachlichen und emotionalen Anforderungen steigern und dabei unser Unterbewusstsein mit flüssigen Sprechmustern füttern. Wir werden unser Stottern nicht mehr zulassen, sondern bei der ersten Wahrnehmung, auch schon innerer Anzeichen, absetzen und mit verbesserter zeitlicher Vorbereitung, Atmungskontrolle und angemessener Sprechgeschwindigkeit so oft neu beginnen, bis wir flüssig und natürlich sprechen. Wir nehmen uns dabei so viel Zeit, wie wir brauchen. Diese Konsequenz wird erfahrungsgemäß zu einer schnellen Symptomarmheit führen, die das Sprechselbstbewusstsein nachhaltig stärken wird. Für einen Geübten sind selbst in kritischen Situationen selten mehr als zwei Neustarts nötig. Anstatt Angst vor dem sprachlichen Versagen zu haben, können **wir lernen, durch mentale Strategien und erreichte Erfolge zuversichtlich in unsere sprachliche Zukunft zu schauen.**

Ort: Jugendgästehaus Mondsee / Oberösterreich
Anreise: wenn möglich am späten Vormittag
Beginn: **Freitag um 12:00 Uhr mit dem Mittagessen**
Ende: Sonntag um 13:00 Uhr nach dem Mittagessen
Teilnehmerzahl: 14 + 4 Begleitpersonen
Teilnahmegebühr: € 205,-- Vollpension
für Mitglieder der ÖSIS: € 150,-- Vollpension bei umgehender Überweisung
für Mitglieder bis 25 Jahre: € 130,-- Vollpension bei umgehender Überweisung
Dieses Seminar wird vom Verein ÖSIS für Nicht-Mitglieder zum Selbstkostenpreis angeboten.

Kosten für nicht stotternde Begleitpersonen: € 95,-- Vollpension

Anmeldung: bei Andrea Grubitsch, Tel. (0043) (0) 7241-28058, Mobil 0664 2840558
E-Mail: andrea.grubitsch@stotternetz.at

Bankverbindung: ÖSIS, Allg. Sparkasse OÖ, BLZ 20320, Konto Nr. 10600-002108
IBAN AT092032010600002108 BIC ASPKAT2L

Deine Anmeldung wird gültig durch umgehende Überweisung. Falls Du kurzfristig stornierst und wir keinen Ersatzteilnehmer finden, wird eine Stornogebühr von € 80,-- fällig.

Rückmeldungen von der Ropana Woche in Mondsee von 27.8 bis 3.9.2005

LogopädInnen-Infotag

Gratulation zum sehr gelungenen Logo Infotag der ÖSIS. In einer überaus informativen und liebenswerten Atmosphäre stellte uns Roland seine ROPANA-METHODE vor. Fasziniert haben mich die Betroffenen, die mit uns Logopädinnen in einer Runde saßen und in "flüssigster" Sprache am Geschehen teilnahmen.

Das gab mir Bestätigung, was man alles mit so einer Behandlungsweise und natürlich auch mit viel Fleiß und Ausdauer erreichen kann. Meinen Kolleginnen kann ich nur empfehlen, ein Seminar wie dieses zu besuchen.

Silvia Tschikof, Neumarkt

Nach achtstündiger Fahrt mit dem Zug von Hermersberg bei Pirmasens in Rheinland-Pfalz kam ich am Samstagnachmittag zu meiner zweiten Ropana-Woche am Mondsee an. Mein erster Weg nach Ankunft im Jugendgästehaus führte mich zum Mondsee, an dem es mir sehr gut gefällt.

Überhaupt fühle ich mich in Mondsee wie zu Hause. Auch dieses Jahr brachte das Seminar für mich wieder Herausforderungen: Das Sprechen von Texten auf der Bühne des Freilichttheaters. Ich verspürte zum ersten Mal eine große Lust am Vortragen von Texten, obwohl ich die ganzen Jahre nicht einmal am Platz hätte vorlesen können. Auch ist es mir gelungen, eine kleine Ansprache an die "Kindergarteneltern" zu improvisieren.

Bei den Freizeitangeboten hatte ich auch viel Spaß: Bei der Wanderung zur Wartenfelsruine, beim Minigolf spielen, bei der Schiffsrundfahrt auf dem Mondsee. Auch die Wasserskishow mit anschließendem Feuerwerk war ein Erlebnis. Unsere Abschiedsfeier war der Höhepunkt des Seminars für mich. Wir saßen in froher Runde. Es wurden Geschichten und Verse vorgelesen, Sketche gespielt und Witze erzählt. Es war sehr lustig.

Ich wünsche mir, dass ich zu Hause die hier gewonnene Sicherheit umsetzen kann.

Marianne Rether



Seminar-Teilnehmer, Logopädinnen und Herr Paulsen von SpeechEasy (Fotos von Roland Pauli)

12 motivierte und glückliche Teilnehmer verbrachten wieder eine ereignisreiche und erholsame Woche am schönen Mondsee. Auch das Wetter spielte gut mit – es regnete nur etwa einen halben Tag.

Vom Jugendgästehaus wurden wir wieder mit hervorragendem, mehrgängigem Essen und etlichen kleinen Serviceleistungen verwöhnt. Als "Highlights" möchte ich die Lesungen auf der Freilichtbühne, eine abendliche Wasserskishow mit anschließendem Feuerwerk am See, eine Wanderung zur Burg-ruine Wartenfels und auch die tägliche Morgenandacht mit Gebet und Vorlesungen erwähnen.

Für mich war es auch ein Schritt vorwärts. Durch die Einstimmung auf die Seminartage mittels der Musik-CD der Leitsätze, die Roland selber gestaltet hat, kam ich schnell zur inneren Ruhe und konnte meine Sprechflüssigkeit steigern. Ich bin zuversichtlich, diese Ruhe und viele positive Eindrücke ins Alltagsleben mitzunehmen.

Harald Ehrschwentner



Harald, Maurice, Maria und Peter bei der Rast auf der Burgruine Wartenfels

Das Seminar bietet eine gute Grundlage, die Sprache jedes Einzelnen in Bezug auf Rhetorik und Sprechflüssigkeit zu verbessern. Die familiäre Atmosphäre innerhalb der Seminargruppe sowie die schöne Unterkunft und das gute Essen runden das Gesamtbild des Seminars äußerst positiv ab.

Maurice

Erst haben wir Basisarbeit gemacht, d.h. uns mithilfe des Lesens und Vortragen der Leitsätze eingestimmt. Dann haben wir Textstellen auf der Freilichtbühne vorgetragen, womit ich gut meine Sprechangst habe abbauen können. Interessant war auch das Vorstellen des "SpeechEasy"-Geräts, das über die Nutzung des Choreffektes Stotterern zu flüssigem Sprechen verhilft, wenn sie das Chorgherät tragen.

Sabine Blechschmidt

Die Mondseewoche war wieder ein Highlight des Jahres. Dieses Mal durften wir auf der Freilichtbühne Texte rezitieren, Gedichte vorlesen oder Sketche aufführen. Obwohl wir dabei teilweise von Leuten beobachtet wurden, ließen wir uns dadurch nicht aus der Ruhe bringen. Es machte Spaß, auf der Bühne zu stehen, machte richtig süchtig. Allerdings hapert es mit der Lautstärke, da muss ich noch viel üben.

Das Hilfsgerät SpeechEasy wurde von einem Hamburger vorgestellt. Dabei hat man eine Art Hörgerät im Ohr und spricht mit Zeitverzögerung. Es war interessant, das einmal auszuprobieren. Für einen starken Stotterer ist das vielleicht ein neuer Weg.



lichst, Brigitte Friedrich

Für mich war es das fünfte Ropana-Seminar am Mondsee. Es ist immer wieder verblüffend, wie Roland das Seminar gestaltet, es ist jedes Jahr ein bisschen anders. Diesmal hatte er sogar eine CD mit Entspannungsmusik und von ihm gesprochenen positiven Leitsätze dabei. Er spielte sie uns jeden Morgen vor, man konnte sich da wunderbar entspannen. Wir haben sehr viele Übungen gemacht und die Elemente eingesetzt, und wir kamen sehr schnell zu einem flüssigen Sprechen. Am schönsten war es immer auf der Freilicht-Bühne, jeder konnte einen Vortrag halten oder ein Gedicht vorlesen, es wurden auch Sketche aufgeführt. Wir hatten eine Menge Spaß, nicht nur im Seminar, auch in der Freizeit! Wir waren schon eine tolle Gruppe.

Auch im Jugend-Gästehaus wurden wir sehr gut bewirtet, wir waren alle sehr zufrieden, es hat an nichts gefehlt. Ein großes Kompliment noch an Andrea, die dieses Seminar wie jedes Jahr gut organisiert hat. Danke, Andrea!

Albert Hendlmeier

➤ **Einen kritischen Beitrag zu SpeechEasy finden Sie auf der Homepage des Logopäden Andreas Starke: http://www.andreasstarke.de/daf_faf.html**



Umfrageergebnis Ropana-Woche 2005

zusammengestellt von Harald Ehrschwentner

Während des Seminars wurden die Teilnehmer von Roland Pauli befragt, wie sie die einzelnen Aspekte der Ropana-Methode mittels des deutschen Schulnotensystems von 1 bis 6 beurteilen würden.

Nachfolgend die insgesamt 18 Fragestellungen mit dem jeweiligen Notendurchschnitt:

1.	Wie hat sich meine Sprechflüssigkeit verbessert?	2,6
2.	Wie stabil ist mein Sprechen geworden?	2,7
3.	Wie bin ich mit meiner Sprechsituation zufrieden?	2,3
4.	Wie gut kann ich die Ropana-Methode im Alltag umsetzen?	3,3
5.	Wie wohl fühle ich mich mit meinem gewonnenen Sprechen?	2,0
6.	Wie hat sich mein Selbstbewusstsein entwickelt?	2,4
7.	Wie gehe ich mit Rückschlägen um?	2,7
8.	Wie verständlich ist der Aufbau der Ropana-Methode?	1,5
9.	Wie fühle ich mich während des Seminars?	1,6
10.	Wie ist die Methode im Seminar umsetzbar?	2,0
11.	Wie konsequent setze ich die Ropana-Elemente im Alltag ein?	3,7
12.	Wie ist das Verhältnis zwischen körperlicher (=Sprechmotorik) und seelischer (=innere Ruhe) Komponente?	1,9
13.	Wie gut konnte ich Sprechängste ablegen?	2,3
14.	Wie gut konnte ich Schamgefühle ablegen?	2,5
15.	Wie helfen mir die Leitsätze?	1,8
16.	Wie hilft mir die Musik-CD der Leitsätze?	1,3
17.	Wie hat sich mein Leidensdruck verringert?	2,2
18.	Wie hat sich mein Sprechen beim Telefonieren verbessert?	2,2

Fünf Fragen schnitten demzufolge mit einem Schnitt von unter 2,0 herausragend ab – daraus ergibt sich, dass die Ropana-Methode sehr verständlich und im Verhältnis von motorischer und seelischer Komponente ausgewogen aufgebaut ist und Roland Pauli auf das Wohlbefinden seiner Teilnehmer großen Wert legt. Die Leitsätze kommen sehr gut an, vor allem aber als musikalisch unterlegte CD. Diese können die Teilnehmer zuhause morgens und abends hören und damit ihr Unterbewusstsein mit positiver Autosuggestion füttern.

Andererseits fällt aber auf, dass viele mit der Umsetzung der Methode in Alltagssituationen noch Schwierigkeiten haben und dabei auch **die Konsequenz, die erlernten Elemente** (kurze Pause, kühler Atem und langsamer Sprechbeginn) **gezielt einzusetzen, noch zu wünschen übrig lässt.** Harald

Das gute Gefühl der Sicherheit

Neurobiologen haben *Angst und Furcht* gründlich erforscht. Aber ihre Gegenpole, die Gefühle von *Glück und Sicherheit*, wurden bisher vernachlässigt, weil man sie nur negativ als Abwesenheit von Angst und Furcht definierte. Eine Forschergruppe der Columbia University in New York fand heraus, dass mehr dahinter steckt: Mäuse wurden so konditioniert, dass sie sich auf ein akustisches Signal hin in Sicherheit (vor milden Stromstößen) wussten. Dabei wurde in den Gehirnen ein Zentrum weniger aktiv, das bei Furcht die Aktivität steigert – die **Amygdala**. Eine zweite Region schaltete sich ein, die mit Euphorie zu tun hat und auch bei Drogensucht im Spiel ist. Die Forscher hoffen auf Therapien für Menschen, die unter Angst leiden. *Quelle: Die Presse vom 23.4.2005*

Leitsätze beim Telefonieren (ROPANA – Methode)

Mentale Stärke ist die Fähigkeit, in schwierigen Situationen mit positiven Emotionen auf Herausforderungen zu reagieren. Durch gezieltes Lenken meiner inneren Aufmerksamkeit auf das, was ich gerne bald, mittel- oder langfristig erreichen möchte, habe ich gute Chancen, mich auf Telefonate vorzubereiten, die mir Angst bereiten. Indem ich mir regelmäßig diese Leitsätze möglichst laut und mit hoher innerer Beteiligung vortrage, kreisen meine Gedanken und auch Emotionen um das, was ich gerne erreichen oder spüren möchte. Auch wenn der Erfolg sich nicht sofort einstellt, ja einstellen kann, habe ich doch die Chance, das geplante Telefonat mit einer höheren Zuversicht anzugehen. Und wo Zuversicht herrscht, verschwindet bald die Angst wie der Nebel in der Sonne.

Wer trotz der mentalen und durch das laute Vortragen sprechmotorischen Vorbereitung nicht gleich einen akzeptablen Erfolg sieht, hat nach dem Gespräch die Möglichkeit der Nachbereitung. In der werden die gestotterten Passagen noch mehrmals flüssig wiederholt, wobei bewusst Pausen, ruhiges, natürliches Atmen und eine angemessene Sprechgeschwindigkeit eingesetzt werden.

In den *Ropana-Seminaren* wird dazu in einer Wahrnehmungsschulung gespürt, wie der Atem beim Einatmen sich kühler anfühlt als beim Ausatmen. Die Lunge wärmt den Einatem an und so kann ich mir den Unterschied zum Ausatmen bewusst machen. In dem ruhigen Seminarklima oder in Selbsthilfe alleine zu Hause kann ich den wahrgenommenen kühlen Atem mit dem ruhigen Sprechklima koppeln. Wenn ich dann noch bewusst in dem Tempo, das mir für dieses Gespräch gefallen hätte oder auf eine andere Art (wie von Van Riper, der

Kasseler Stottertherapie oder der Hausdörfer Methode usw. bevorzugt) spreche, kann ich das als gesamte Einheit wahrnehmen und mir bewusst machen, dass ich es zumindest jetzt schon einmal unter leichten Bedingungen geschafft habe.

Danach folgt der innere Befehl oder die Selbstverpflichtung, es möglichst genauso beim nächsten Telefonat zu versuchen. Dazu bereite ich mich wieder mit den *Telefonie-Leitsätzen* solange vor, bis die Sprechangst der Sprechzuversicht gewichen ist. Das kann am Anfang ein mehrmaliges Durchsprechen der Sätze erfordern. Bei einem Geübten reicht durch den mentalen Trainingseffekt oft nur noch ein gedachter Leitsatz, wie z.B. Ich spüre eine traumhafte Leichtigkeit in meinem Sprechen, und die Zuversicht ist so stark da, als hätte ich mich eine halbe Stunde intensiv mit den Leitsätzen vorbereitet.

In meinem Werdegang konnte ich folgendes wahrnehmen:

1. Eine gute Vorbereitung bringt mir Zuversicht, und wenn es dann trotzdem nicht gleich wunschgemäß verläuft, brauche ich mich nicht zu ärgern, denn ich hatte mich ja sorgfältig vorbereitet. Evtl. hatte mich der Gesprächspartner mit seinem hektischen oder unfreundlichen Melden aus meinem guten Gefühl geworfen oder bei angstbesetzten Wörtern hatte mich die Panik wieder erfaßt.
2. Durch die gute Vorbereitung bekomme ich die Zuversicht, dass mir der Einsatz der kurzen Pause und das darauf folgende natürliche, kühle Atmen gelingen wird, mit dem ich im Trainingsraum (alleine im Zimmer, bei einem Seminar oder in der Selbsthilfegruppe) schon gutes Sprechen erleben durfte. Diese neue Verschaltung im Gehirn, was man als Konditionierung bezeichnet, wird sich durch konsequentes und regelmäßiges Wiederholen dauerhaft einprägen. Wer sich mit NLP beschäftigt hat, kann das mit der Verankerung gleichsetzen. Auch der Versuch von Pawlow mit der Glocke und dem Futter geht in die gleiche Richtung.
3. Nach der Namensmeldung nehme ich mir wieder eine kurze Pause vor, um den anderen zu Wort kommen zu lassen, falls diesem etwas unter den Nägeln brennt. Erst dann spreche ich ruhig wie



geplant. Wenn ich meine Fragen im Vorfeld schon ausdenken konnte, umso besser. Wenn ich angerufen werde und ich mich gemeldet hatte, wird für mich der Leitsatz wichtig: Ich lasse mir Zeit, meine Formulierungen zu finden.

4. Am Anfang hatte ich ständig das eine oder andere vergessen, was ich mir vorher vorgenommen hatte, weil durch den empfundenen Stress mein Gehirn in dem Moment wie leer geblasen war.
5. Aber durch konsequente Nachbereitungen fiel es mir immer leichter, das Geplante auch umzusetzen und wurde mit einer höheren Sprechqualität belohnt.
6. Durch die erlebten Erfolge stieg meine Motivation, so weiter zu arbeiten, und ich erreichte ein ausgezeichnetes Niveau.
7. Inzwischen gehe ich ans Telefon oder rufe an, ohne in der Regel etwas für die Vorbereitung zu tun. Die Leitsätze sind verinnerlicht und laufen im Untergrund mit und halten mein Sprechen flüssig und stabil, wobei es in wenigen Ausnahmesituationen schon nötig wird, sich manche Leitsätze wieder bewusst zu machen und danach zu handeln.

Zusammenfassend habe ich meine Entwicklung so empfunden:

Durch verbessertes Sprechen entstand mehr Zuversicht =>
 ich fühlte mich lockerer =>
 mein Sprechen ging flüssiger =>
 ich fühlte mich lockerer und noch zuversichtlicher =>
 mein Sprechen ging noch flüssiger =>
 ich fühlte mich selbstbewusst und sicher =>
 mein Sprechen lief wie von selbst =>
 das was ich fühle und sagen will, spreche ich nun aus =>
 ich sage alles so klar wie ich es sagen will, bin aber durchaus vorbereitet,
 dass es kurzzeitige Einbrüche wieder geben kann.



Aber solange ich im Notfall immer wieder an die Basis zurückgehen kann und im Schnell-Lauf die bisherigen Schritte wiederholen kann, bin ich sehr zuversichtlich. Vor allem, weil mein Telefonieren inzwischen seit 4 Jahren sehr zuverlässig ist. Die paar Mal, bei denen ich zurück zur Basis ging, waren bald vergessen, weil die Sprechfreude schnell die Überhand gewann.

Hier zur Selbsthilfe die Telefonie-Leitsätze der Ropana-Methode, Version 3:

1. Ich lasse mir zur Vorbereitung so viel Zeit wie ich brauche.
2. Ich erinnere mich an positiv verlaufene Gespräche und lächle.
3. Ich sitze aufrecht und locker und freue mich auf das Telefonat.
4. Ich stelle mir meinen wohlwollenden Gesprächspartner vor.
5. Nach einer kleinen Pause lasse ich meinen kühlen Atem angemessen kommen und melde mich freundlich.
6. Ich spreche ruhig, langsam und besonnen.
7. Ich lasse mir Zeit, meine Formulierungen zu finden.
8. Ich nutze die Pausen, um anschließend ruhig Atem zu schöpfen.
9. Ich gehe auf meinen Gesprächspartner ein.
10. Beim Sprechen genieße ich meine lockeren Gesten.
11. Ich fühle meinen natürlichen Atemzyklus und spüre die Kühle meines Atems.
12. Ich freue mich auf dieses Telefonat.

13. Ich spüre eine traumhafte Leichtigkeit in meinem Sprechen.
14. Die Zeit zum Denken und Sprechen ist überreich vorhanden.
15. Meine Gefühle und mein Sprechen befinden sich in vollendetem Einklang.
16. Jetzt werde ich mit Freude telefonieren.

Wenn du sie alleine im Zimmer sprichst, wirst du sie auf Anhieb oder sehr bald völlig flüssig sprechen können, und so können diese Inhalte auch wirklich wahr werden. Wenn du diese Sätze einem Menschen deines Vertrauens vorliest und sie nach entsprechenden Nachbereitungen flüssig vortragen kannst, sind auch in dieser Situation die Aussagen verifizierbar. Im Alltag unter erhöhten Stressanforderungen allerdings noch nicht. Aber wenn du konsequent nachbereitest, kannst du vielleicht auch erleben, dass immer mehr der enthaltenen Aussagen auch im Alltag zutreffen werden und sich der erste Erfolg einstellen wird.

Durch diese Autosuggestion lenkst du durch tägliches Üben, morgens und abends, dein Unterbewusstsein in die gewünschte positive Richtung. Immer mehr dieser Sätze werden auch im Alltag an Gültigkeit gewinnen. Die ersten Verbesserungen kann man nach Aussagen meiner Seminarteilnehmer in behüteten Situationen schon nach einigen Tagen feststellen. Für anspruchsvolle Alltagssituationen sind Wochen und Monate notwendig.

Diese Autosuggestion kann noch wirksamer werden, wenn du sie durch eigene Sätze ergänzt, die aber nur positiv formulierte Aussagen beinhalten dürfen, weil das Unterbewusstsein Verneinungen nicht aufrufen kann. Aus: "Wenn ich ruhig atme und langsam spreche, kann ich nicht mehr stottern", würde

aufgerufen und allmählich verwirklicht werden: "Wenn ich ruhig atme und langsam spreche, kann ich *mehr* stottern." Richtig wäre z.B. die Formulierung: "Wenn ich ruhig atme und langsam spreche, kann ich flüssig sprechen."

Diese Sätze beschleunigen den Überlernprozess der gestotterten Strukturen, weil ich während des Alltags Assoziationen dieser Sätze bekomme. Mir fällt z.B. einer dieser Sätze ein und ich denke: "Genau - ich beginne jedes Gespräch besonnen." So hat die Erinnerung an frühere Stottererlebnisse nicht mehr so viel Macht über mich. Wenn ich geübt bin, denke ich nur überwiegend an das Positive und kaum mehr an das Negative und werde im Verhältnis häufiger flüssig sprechen als stottern.

Das ist aber ein Prozess, der über Monate geht. Mit dieser Autosuggestion stärke ich meine Motivation, mein sprachliches und damit auch allgemeines Selbstvertrauen und mein Durchhaltevermögen. Außerdem steuere ich mein kommunikatives und soziales Verhalten in die gewünschte Richtung. Die Sprechparameter kann ich so einstellen, wie ich in der Zielvorstellung letztlich sprechen will.

Ich habe neben der Verflüssigung meines Sprechens inzwischen einiges von meinem Dialekt abgelegt, meine Aussprache verbessert, meine Sprechmelodie und Betonungen optimiert, usw.

Das intensive laut Lesen der 16 positiven Sätze dauert nur wenige Minuten, aber es lohnt sich.

Wie oft lässt ein Theaterregisseur einen Darsteller eine Satz, eine Passage oder eine Szene wiederholen und verbessern bis er zufrieden ist? 3 Mal, 5 Mal oder 10 Mal? Oder im Film? Wie oft wird da eine Szene neu gedreht bis sie im Kasten ist? Bei hochwertigen Werbespots bis zu 50 mal. Ich bin mein eigener Regisseur und bereite solange nach, bis ich mein Optimum erreicht habe. Sehr oft hat aber zweimal Nachbereiten schon genügt.

Fazit: Durch konsequentes Training lässt sich der Erfolg überhaupt nicht mehr aufhalten. Oder besser positiv formuliert:

Durch konsequentes Training komme ich meinem Ziel immer näher.

Roland Pauli, Erlangen, Tel. 0049 9131 60 15 61, www.ropana.de



Seminarvorschau für 2006

Mitglieder-Wochenende

von Samstag 18. bis Sonntag 19.3. in Salzburg
mit **Mitgliederversammlung** am Samstag
und Vortrag bzw. Ausflug am Sonntag
(für Mitglieder übernimmt die ÖSIS die Kosten der Vollpension)

Ropana-Wochenende

von Freitag 23.6. bis Sonntag 25.6. in Mondsee
(Seminar und Vollpension ca. Euro 150 für Mitglieder)

Begegnungswochenende

von Freitag 9.6. bis Sonntag 11.6. in Litzlberg am Attersee
(Vollpension ca. Euro 80 für Mitglieder)

Ropana Woche

von Samstag 26.8. bis Samstag 2.9. in Mondsee
(Seminar und Vollpension ca. Euro 410 für Mitglieder)

LogopädInnen-Infotag

am Donnerstag 31.8. in Mondsee
(Seminargebühr Euro 15 inklusive Essen und Getränke)

Ropana Wochenende

im Herbst, Termin steht noch nicht fest
(Vollpension ca. Euro 150 für Mitglieder)

Die Preise sind nur vorläufige Angaben,
bitte beachten Sie die Ausschreibung im dialog Nr. 1/2006
und ab Jänner auch auf unserer Homepage www.stotternetz.at.



Kurzfristig organisieren die einzelnen Selbsthilfegruppen
verschiedene Aktivitäten wie **Wanderungen und Ausflüge**,
die genauen Termine erfahren Sie von den Gruppenleitern.



Sehr geehrte dialog-Leser!

Sie finden den *dialog* zu wenig abwechslungsreich? Sie möchten gern über ein bestimmtes Thema (mehr) lesen? Dann senden Sie uns Ihren Beitrag!

Gern veröffentlichen wir allgemeine Infos, Berichte über Ihre Therapie-Erfahrungen oder die Beschreibung Ihres Therapie-Angebotes. Für alle Beiträge gilt: **Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Ansichten der Autoren wieder und müssen sich nicht mit der Meinung der Redaktion bzw. des Herausgebers decken.**

Andrea Grubitsch, Obfrau

Litzlberg am Attersee

17 von 22
Teilnehmern
am Begegnungs-
Woche

Foto von
Manfred Praher



Zum diesjährigen **Begegnungswochenende** fuhr ich nicht mehr ganz so neugierig wie im Jahr davor, da es ja schon das zweite Mal war, dass ich dabei sein konnte. Dennoch war es am Freitag spannend, wer alles kommen würde, wie die Stimmung sein würde und ob sich wieder so eindrucksvolle Gesprächssituationen ergeben würden. Am Nachmittag tauchten wir ein in die Atmosphäre des Jugend-Rotkreuz-Hauses und für mich war es schon das zweite Mal eine schöne und reiche Erfahrung. Das Lagerfeuer am ersten Abend, wo man im Schein der Glut ganz private Gespräche führen konnte, die sonnenüberflutete Terrasse, wo in großem Kreis diskutiert oder einfach nur "Kaffeekränzchen" abgehalten wurden und die vielen Möglichkeiten, sich sportlich auszutoben waren alles Bestandteile, die mir besonders gut gefallen haben.

Und ich hoffe, dass es auch im nächsten Jahr so locker sein kann, dass jeder das mitmacht, was ihm Freude bereitet und sich ansonsten mit den Anderen Alternativen zum "offiziellen Programm" suchen kann. Es war schön, neuen Menschen zu begegnen, schon bekannte Gesichter wieder zu sehen und diese Tage unter Freunden verbringen zu können. Natürlich war der krönende Abschluss ein Badetag am Attersee auf dem exquisiten Privatstrand unserer Unterkunft, wo mit viel Sonne, vielen Scherzen und herzlichen Abschiedsszenen und -bildern der Tag ausklang. Ich freu mich, dass ich dabei war und auch aufs nächste Mal in Litzlberg.

Gabi Wiedemann, die nicht stotternde "Begleitperson" von Mario Gusenbauer



*Spiele-Nachmittag und der Abend am Lagerfeuer
Fotos von Ewald Dorninger*





Stottern für Nicht-Stotternde

zusammengestellt von Herwig Pöhl (Teil 2)

Studentinnen der *Pädagogischen Akademie* besuchten im Fach *Pädagogische Soziologie* auf Initiative von Herrn **Professor Schlichtherle** das ÖSIS-Büro (Teil 3 auf der nächsten Seite).

Am **8. November 2004** besuchten wir mit unserer **Soziologie-Seminargruppe** die ÖSIS. Dort empfingen uns Frau Schuster und Herr Pöhl sehr freundlich. Die beiden informierten uns ausführlich über die Institution der ÖSIS, über laufende Projekte und allgemein über das Stottern. Dabei hatten wir sogar die Möglichkeit, das Stottern auszuprobieren und damit einen Einblick in das Leben eines Betroffenen zu erhalten. Weiters führte Herr Pöhl einige Sprachübungen, die in der Stottertherapie angewendet werden, mit uns durch. Alles in allem war der Besuch bei der ÖSIS sehr interessant und sicherlich informativ im Hinblick auf unsere spätere Lehrtätigkeit.

Ines Jünger, David Berger, Sabine Baumgartner

Herr Pöhl gab uns einen Überblick über den Vereinszweck und die Aktivitäten der ÖSIS. **Hauptzweck ist die Enttabuisierung des Stotterns und zugleich Öffentlichkeitsarbeit.** Eltern, Betroffene und Pädagogen erhalten bei der ÖSIS Erstinformationen über Therapiemöglichkeiten, Selbsthilfegruppen und speziell angebotene Sommerveranstaltungen (z.B. Sommercamps), sowie ausführliche Literatur.

Wir bekamen einen sehr guten Einblick in die Problematik des Stotterns und der Stotternden und bedanken uns, dass wir diese Erfahrung machen durften.

Patricia Binder, Sylvia Brunner, Julia Motz, Verena Sieber

Als wir erfuhren, dass wir im Rahmen des Unterrichtsfaches „Pädagogische Soziologie“ an der Pädagogischen Akademie Tirol an einem Vortrag bei der ÖSIS teilnehmen sollten, wussten wir zuerst nicht, was uns erwarten würde. Wir gingen unvorbereitet hin und waren gespannt, was uns dargeboten würde.

Empfangen wurden wir von drei stotternden Menschen, und wir wurden selber zum Stottern aufgefordert. Diese Selbsterfahrung eröffnete uns einen Einblick in die Gefühlswelt eines Stotternden.

Weiters wurde uns viel Wissenswertes zum Thema Stottern präsentiert: Camps, Therapiemöglichkeiten, Methoden zum richtigen Umgang mit Stotternden und vieles mehr. Es war ein informations- und erlebnisreicher Nachmittag, und wir konnten unsere Perspektiven erweitern. Es freute uns, mit so viel Herzlichkeit aufgenommen zu werden, und wir konnten uns viel mitnehmen.

Griseldis Sturm, Lisa-Maria Wachter, Magdalena Rainer

Am 8. November hatten wir bei der ÖSIS einen Vortrag über Stottern. Wir wurden sehr freundlich von Herrn Pöhl begrüßt und empfangen. Herr Pöhl hat uns sofort mit dem Problem Stottern konfrontiert. Wir haben viele Informationen über Stottern erhalten. Vor allem war es sehr interessant zu hören, wie sich Menschen fühlen, die Betroffene sind. Nicht selten tritt Stottern verstärkt bei Anwesenheit bestimmter Personen oder unter Stress auf. Wir hatten einen kleinen Einblick in die Welt der verschiedenen Therapiemethoden. Vor allem interessant war, als wir die verschiedenen Übungen selbst ausprobiert haben, auf unseren Sprechfluss, auf Pausen und die richtige Atmung achten mussten. Sehr gut hat uns auch das Projekt "Sommercamp" gefallen.

Nicole Linecker

Für uns als angehende Lehrer war es sehr interessant zu erfahren, wie wir mit stotternden Schülern umgehen sollen: *nicht unterbrechen, keine gut gemeinten Ratschläge (z.B. Atme tief durch! Sprich langsamer! Konzentriere dich!) erteilen, nicht anstarren.*

Weiters erfuhren wir von verschiedenen Therapiemöglichkeiten, wobei jedem Stotternden eine andere Therapie hilft! Komplette Heilungen sind nicht möglich – nur Verbesserungen. Es ist gut zu wissen, dass man sich an die ÖSIS wenden kann, wenn man ein stotterndes Kind in der Klasse hat. Die Sommercamps für Stotternde sind sicher eine tolle Einrichtung.

Melanie Luschin, Annemarie Eder, Christina Rollter

Eindrücke einer angehenden Lehrerin

zusammengestellt von Herwig Pöhl (Teil 3)

Am **8. November 2004** besuchten wir (Studentinnen der *Pädagogischen Akademie* im Fach *Pädagogische Soziologie*) das Büro der Österreichischen Selbsthilfe-Initiative Stottern.

Die Mitarbeiter dieser Selbsthilfegruppe sind oder waren selbst vom Stottern Betroffene. Wir wurden über die Lebenssituation stotternder Menschen sowie über Aktivitäten und Therapiemöglichkeiten der Selbsthilfegruppe informiert:

Stottern ist nach wie vor ein TABU-Thema. Durch Öffentlichkeitsarbeit sollen die Gründe für das Entstehen des Stotterns, das Problem der Sprachbehinderung selbst, sowie die Möglichkeit der Vorbeugung, Behebung und Nachsorge bei dieser Behinderung bekannt werden. Gleichzeitig setzt sich die Selbsthilfegruppe für die Enttabuisierung und Entdiskriminierung des Stotterns ein.

Der Verein setzt sich zum Ziel, Stotternde (oder bei Kindern deren Eltern und Lehrer) zu informieren und durch geeignete Veranstaltungen den Erfolg therapeutischer Maßnahmen zu fördern, dabei soll der Selbsthilfegedanke möglichst vielen Betroffenen nahe gebracht werden. Die Kontakte und der Erfahrungsaustausch unter Betroffenen sollen gefördert werden. Auch ist es ein großes Anliegen des Vereins, die Zusammenarbeit mit Ärzten, Therapeuten sowie mit Organisationen des Sozial- und Gesundheitswesens zu suchen und zu pflegen.

Meine persönliche Erfahrung mit Menschen, die mit Stottern konfrontiert sind:

Ich kenne einen jungen Tischlermeister, ein sehr tüchtiger Mensch, der stottert. Für mich auffällig ist, dass er bei Telefongesprächen eigentlich sehr gut, fast flüssig "ohne zu stottern" spricht, bei Augenkontaktgesprächen wird seine Sprechbehinderung deutlich, ja umso mehr man ihn ansieht, desto größere Sprechprobleme hat er. Sobald ich nun bemerke, dass Sprachschwierigkeiten auftreten, wende ich meinen Blick vom Sprechenden ab, warte aber geduldig auf die weiteren Aussagen.

Ich glaube, es ist wichtig, dass man stotternden Menschen "nicht ins Wort" fällt, dass man nicht versucht "zu helfen", indem man ihnen das zu sagende Wort vorspricht, sondern dass man sich einfach die Zeit nimmt, auf das nächste Wort zu warten. Durch das gut gemeinte "Worte vorsprechen" könnte man den stotternden Menschen noch mehr verunsichern, da man durch das "Wort aus dem Mund" nehmen den Stotternden die Gelegenheit nimmt, dass er es doch schafft, selbst zu sprechen. Der stotternde Mensch wird entmutigt, überhaupt zu sprechen, und der ganze Kreis beginnt von neuem und verstärkt die Sprechangst.

Ein Beispiel, wie ein stotternder Mensch, welcher im Lehrberuf tätig ist, seine Behinderung meistert, möchte ich hier noch anführen: Meine Zwillinge (16 Jahre alt) besuchen die Oberstufe eines Gymnasiums. Ihr Professor für Geographie, welchen sie sehr schätzen, stottert. Die Kinder erzählten mir, er hätte immer einen Bleistift in der Hand, und sobald er mit einem Wort Schwierigkeiten hat, wirft er diesen kurz in die Luft – fängt ihn. Nach diesem Akt hat er keine Mühe mehr, das Wort, an dem er „hing“, auszusprechen.

Ich fragte, ob keiner der Schüler dabei lachen oder Witze darüber machen würde. Dies wurde von meinen Kindern verneint. Dieser Geographieprofessor ist sehr geschätzt und wegen seines netten Unterrichts sowie aufgrund seiner Reiseerlebniserzählungen (trotz seines Sprachproblems) bei den Schülern beliebt. Dies ist, glaube ich, ein gutes Beispiel, wie ein Mensch trotz dieser Sprachbehinderung einen Beruf ausübt, bei welchem die Sprache eine grundlegende Voraussetzung ist.

Johanna Di Luca-Hauser

➤ **Teil 1 der Erfahrungsberichte von Pädagogik-StudentInnen stand im dialog 02/2005.**



Therapiekonzept bei Erwachsenen und Kindern

Text zur Verfügung gestellt von der Therapeutin

Die Logopädin Anita Bartlweber hat im September eine Praxis in Passau eröffnet. Für weitere Informationen zu den in der nachstehenden Beschreibung angesprochenen Therapieansätzen lesen Sie bitte in unserer **Therapie Informations Broschüre TIB 2005** weiter.

Logopädische Praxis **Anita Bartlweber**

D-94034 Passau, Lindau 18

Tel: 0049 851 7566744, Fax: 0049 851 7564560

Therapieziele und Schwerpunkte bei Erwachsenen

1. Therapiekonzept:
Non-avoidance Therapie nach **Van-Riper, Wendlandt, Starke**
2. Therapieziele:
Modifikationstherapie:
Stottern verändern. Lockerer, weicher, unauffälliger, weniger belastend stottern können.
3. Therapieschwerpunkte:
 - Wahrnehmung und Entspannung (stotter- und körperbezogen)
 - Angst und Vermeidung (Handlungsfähigkeit erreichen; Desensibilisierung und Konfrontation)
 - Modifikation (Symptome modifizieren; Stottern verändern können)
 - Sprechmustervariationen (stotterfördernde Parameter abbauen, flüssigkeitsfördernde Parameter verstärken)
 - Soziale Kompetenz (Kommunikationsverhalten, Selbstsicherheit, Verantwortung)
 - Angehörigenberatung

Im Therapieschwerpunkt soziale Kompetenz fließen auch eigene Erfahrungen und Fachwissen aus meiner zehnjährigen Banktätigkeit als Wertpapierberaterin und Personalratsvorsitzende (einer Bank mit 900 Mitarbeitern) zu den Themen Problemlösestrategien, Führung und Verantwortung, Selbstmanagement und Gesprächsführung sowie Ansätze aus dem Therapiekonzept von **Theo Schoenaker** ein.

Als alternatives bzw. ergänzendes Therapiekonzept biete ich auch **fluency shaping Ansätze** an. Einen besonderen Methodenschwerpunkt bildet in allen Bausteinen die IN-VIVO Arbeit.

Therapieziele und Schwerpunkte bei kindlichem Stottern

1. Therapiekonzept:
Indirekter Ansatz nach N. **Katz-Bernstein**.
Direkter Ansatz in Anlehnung an **Van-Riper, Dell, KIDS, P. Sandrieser** und P. **Schneider**.
Beide Ansätze isoliert bzw. flexibel kombiniert je nach Fall.
2. Therapieziele:
Indirekter Ansatz:
Reichtum der Sprache neu erleben. Sprechfreudigkeit fördern. Sprachliche Mitteilungsfähigkeit fördern. Das Kind anregen eigene Gefühle und Regungen zu spüren und zu verbalisieren. Sprachliche Eigeninitiative fördern. Angstbringende Situationen bewältigen.
Direkter Ansatz:
Modifikationstherapie:
Stottern verändern. Lockerer, weicher, unauffälliger, weniger belastend stottern können.

3. Therapieschwerpunkte:

Indirekter Ansatz:

- Identitätsentwicklung nach E. **Erikson** (Die emotionale Entwicklung)
- Primäre Kommunikation nach N. **Katz-Bernstein** (in ihren einzelnen Stufen; Kontaktaufbau)
- Sprechleistungsstufen nach N. **Katz-Bernstein** (hierarchisch die Sprechleistungsstufen erarbeiten und in ihnen kommunizieren können)

Direkter Ansatz:

- Desensibilisierung (Unflüssigkeiten konkret und offen ansprechen)
- Identifikation (Differenzierte Wahrnehmung der Stottersymptome)
- Modifikation (Willentliche Veränderung der Symptome)
- Generalisierung/ Stabilisierung/ Transfer (Automatisierung von Stottersymptomlösestrategien)

Forum für freies Sprechen

Text zur Verfügung gestellt von der Therapeutin

Kathrin Schumann

D-80805 München, Schwedenstraße 56
Telefon: 0049 89 36102363, Fax: 0049 3609 2936
E-Mail: info@stottern-help.com
Homepage: www.stottern-help.com

Kathrin Schumann arbeitet seit über 15 Jahren mit Stotternern.

Ihre Arbeit basiert auf drei Grundsäulen:

1. **Atmung**
2. **Konzentration**
3. **Phonetik**

Ein wesentlicher Bestandteil ihrer Seminare ist das Training der Zwerchfellatmung. Um die Konzentration zu steigern, vor allem aber Stressfaktoren abzubauen, zeigt Kathrin Schumann in ihren Seminaren Übungen aus der Kinesiologie.

Die Phonetik wird auf einer von Kathrin Schumann selbst entwickelten Ebene verdeutlicht und transparent gemacht, damit sie für den Klienten leicht anwendbar ist.

Die Seminare dauern zehn Tage. Kinder, Jugendliche und Erwachsene haben täglich vier Vollstunden Unterricht. Kindern unter zehn Jahren empfiehlt Kathrin Schumann ebenfalls ein zehntägiges Seminar, allerdings nur mit drei Vollstunden Unterricht täglich. Die Teilnehmerzahl pro Seminar beschränkt sich auf zwei, maximal drei Klienten. So kann optimales Arbeiten erreicht werden.

BUCHTITEL	Endlich glücklich ohne Stottern
AUTOR	Kathrin Schumann
VERLAG	Forum für freies Sprechen
ISBN	3-9810124-0-2
JAHR	2005
PREIS	€ 19,30



Eine Mutter erzählt die Geschichte ihres Sohnes, der mit zehn Jahren lernte, fließend und frei zu sprechen.



Seminar des bayrischen Landesverbandes:

Mit tönendem Sprechen zum sicheren Auftreten

Die Buchstaben sind zum Schreiben da, die Töne zum Sprechen. Wir sollen nicht versuchen, Buchstaben durch bestimmte Mundstellungen bewusst zu formen, sondern wir wollen (wie beim Singen) uns auf den Ton und das Mithören der eigenen Stimme konzentrieren. Richtet der Stotternde seine Aufmerksamkeit auf für ihn schwer auszusprechende Buchstaben, so wird er unsicher. Bekümmert er sich hingegen um das Mithören seiner – möglichst klangvollen – Stimme, so kann er ruhiger und fließender sprechen. Sein Auftreten wird sicherer.

Bei diesem Seminar wollen wir uns nicht mit unangenehmen Buchstaben herumärgern, sondern wir wollen uns wohl fühlen im "Reich der Töne". Auch Neu-Töner sind herzlich willkommen. Wir wollen uns die tönende Sprechweise vom Eintönen an erarbeiten und sehr viele Übungen machen: Weicher Stimmeinsatz, klangvolle und fließende Stimme, den Klang im Ohr festhalten, Sprechen in Abschnitten, bewusste Atmung, Restluft ablassen, Pausen planen, um die Ruhe kümmern.

Den Ängsten soll's mit "In-Vivo" an den Kragen gehen: Wir wollen nach tönender Vorbereitung mutig Sprechaufgaben suchen und meistern. Dabei wollen wir die schöne Altstadt von Passau kennen lernen (mehrere laut tönende "Stadtführer" werden noch gesucht!). Im Laufe des Wochenendes wird unser Auftreten immer sicherer. Wir werden Freude am Sprechen bekommen.

Am Samstag wollen wir auf der Donau eine Abendschiffahrt mit Musik und Tanz unternehmen und auch ein bisschen **das 10-jährige Bestehen der Selbsthilfegruppe Passau feiern**.

Veranstalter:	Selbsthilfegruppe Passau
Referent:	Hans Brinninger
Termin und Ort:	26. – 28. Mai 2006, Passau „Haus der Jugend“
Teilnahmegebühr:	€ 70,00 für Mitglieder des bayrischen LV bzw. der BV € 90,00 für Nichtmitglieder + Schiffahrt: € 14,50
Teilnehmerzahl:	10 Personen
Anmeldung bei:	Hans Brinninger, Hitzing 20 A, D-94575 Otterskirchen Tel. 0049 / 85 46 / 91 11 35, Hans.Brinninger@t-online.de
Bankverbindung:	LV Bayern, Postbank München, Konto-Nr. 489 777 806, BLZ 700 100 80, IBAN: DE66 7001 0080 0489 7778 06, BIC: PBNKDEFF Stichwort: Tönen 2006 Bitte die Teilnehmergebühr vor Beginn des Seminars überweisen. Erst danach ist die Anmeldung gültig.

- **ÖSIS-Mitgliedern aus Österreich**, die keine Mitglieder der BV sind, finanziert die ÖSIS nach erfolgter Teilnahme die Differenz von Euro 20,00.
- Bitte setzen Sie sich mit Andrea Grubitsch in Verbindung.

Die Naturmethode

Andrea Grubitsch

Zu allen Zeiten hat es Menschen gegeben, die sich von ihrer Sprechstörung „Stottern“ befreien konnten. **Oskar Hausdörfer** hat um 1920 ein Buch über seine Selbstheilung vom Stottern geschrieben:

BUCHTITEL	Durch Nacht zum Licht
AUTOR	Oskar Hausdörfer
VERLAG	Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V.
ISBN	3-921897-03-3
JAHR	Nachdruck der vierten Auflage von 1933
PREIS	€ 14,00 / für Mitglieder € 12,00
ZIELGRUPPE	Therapeuten und stotternde Erwachsene
THEMA	die Hausdörfermethode, auf der die Naturmethode aufbaut



Oskar Hausdörfer, der als selbst Betroffener sein Schicksal durch Ausdauer und eisernen Willen in die eigenen Hände genommen hat, hat mit diesem Buch versucht, seinen ehemaligen Leidensgenossen einen Leitfaden zur Bewältigung ihrer Probleme mit auf den Lebensweg zu geben.

*"Ich WILL, das Wort ist mächtig, spricht's einer ernst und still,
die Sterne reißt vom Himmel das eine Wort **ich will**!"*

Erwin Richter, im Jahr 2002 im 91. Lebensjahr verstorben, war ein Schüler von Hausdörfer und hat das Sprechen weiter erforscht. Mit 42 Jahren begann er ein Studium an der Universität Berlin, das er als Sprachtherapeut beendete. Er entdeckte, dass das natürliche Sprechen nicht nur leicht, sondern auch wohlklingend ist. Er nennt es "Schönsprechen". Darin trifft er sich mit dem, was in Rednerschulen für Normalsprechende gelehrt wird. Seine wissenschaftliche Arbeit auf dem Gebiet der Stottertherapie fand ihren Niederschlag in mehreren Publikationen, die auch internationale Anerkennung fanden. Erwin Richters Wissen, durch Selbststudium, Studium, Lehre und wissenschaftliche Veröffentlichungen fundiert, dient heute vielen Therapeuten als Grundlage für die Arbeit mit stotternden Menschen. 1997 wurde er mit dem Verdienstkreuz 1. Klasse des Verdienstordens der deutschen Bundesrepublik ausgezeichnet.

Auch der Engländer **Ronald Muir** hat gestottert und sich selbst helfen können. Er wurde Sprachlehrer für Stotternde in London und verfasste um 1970 das Buch "Statt Stottern einfach richtig sprechen", das 2003 unter dem Titel "*Natürlich sprechen lernen*" neu aufgelegt wurde. Der Schweizer **Norman Bush** (verstorben im Mai 2001) hat die Prinzipien dieses Buches im deutschen Sprachraum verbreitet. Hier ist diese Art der Therapie als *Naturmethode* bekannt. Es ist ein Verfahren, das auf natürlichem Wege zu einem natürlichen Ziel führt: Auf den Sprechvorgang bezogen heißt das, dass der Übergang vom Stottern zum fließenden Sprechen ohne das Zwischenschalten einer künstlichen Sprache bewerkstelligt wird.

Oskar Hausdörfer hatte die folgenden Schwerpunkte:

- Statt Buchstaben bewusst TÖNE bilden
- Jede sich bietende Sprechsituation ergreifen
- Stottern zulassen und gelassen sein
- Mit positiven Gedanken in Sprechsituationen gehen

Bei Erwin Richter kommen noch folgende Elemente hinzu:

- Klangvolle Stimme
- Weiche Konsonanten
- Kontrolliertes Sprechtempo



Ziel der Therapie nach Richter ist das Erreichen eines klangvollen, weichen und langsamen Sprechens, nicht aber die Eliminierung eines negativen Tatbestandes, des Stotterns. Stottern wird als ein Symptom betrachtet, welches auf gesundem Boden (d.h. positive Lebenseinstellung und richtiges Sprechen) nicht gedeihen kann.

In Deutschland und der Schweiz ist die Naturmethode weit verbreitet, die Selbsthilfegruppen organisieren laufend Seminare zu diesem Thema. Auch **Jan Heuvel** arbeitet in seinen Seminaren "Natürlich Sprechen nach Oscar Hausdörfer®" nach dieser Methode (siehe *dialog* 03/2005).

Wer sich näher mit der Naturmethode beschäftigen möchte, kann in den unten angeführten Büchern weiterlesen. Nähere Beschreibungen der Bücher entnehmen Sie bitte unserer Bücherliste (auch online auf unserer Homepage www.stotternetz.at).

Literatur: **Die erweiterte Naturmethode** / Richter, Meichtry
Natürliches Sprechen befreit vom Stottern / Erwin Richter / Übungen
Natürlich sprechen lernen / Ronald Muirden / Übungen für Atmung und Stimme
Durch Nacht zum Licht / Oskar Hausdörfer
Die Sprachübungsbehandlung des Stotterns / Richter, Wertenbroch
 Überblick über die physischen und psychischen Auslöser des Stotterns
Übungsbuch zur Behandlung des Stotterns nach Erwin Richter / Wertenbroch
 Behandlungshilfe für Therapeuten, aber auch für stotternde Jugendliche und Eltern
Das praktische Übungsbuch für jugendliche und erwachsene Stotterer / Richter
 mit Lebenslauf des Autors

Video: **Stotternde entdecken Sprechfreude**
 Tönen nach Hausdörfer und Richters Naturmethode

Quelle: Die Naturmethode wurde bereits im dialog Nr. 4/2001 vorgestellt.

BUCHTITEL	Natürlich sprechen lernen
AUTOR	Ronald Muirden
VERLAG	Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V.
ISBN	3-921897-44-0
JAHR	3. überarbeitete Auflage 2003
PREIS	€ 14,00 / für Mitglieder € 12,00
THEMA	Selbsttherapie



Der Autor **Ronald Muirden** (richtig ausgesprochen „mjurden“) lebte von 1900 bis 1981 in England. Er betrieb eine Fremdenpension, schrieb als Hobby-Schriftsteller Cowboy-Romane und Kriegsgeschichten. Von Kindheit an stotterte er, und es wurde immer schlimmer, je mehr er dagegen unternahm. Er besuchte Spezialisten in ganz England und machte auch eine Psychotherapie. In seinem 1971 erschienenen Buch benennt er als Grundfehler beim Stottern, dass man mit ungenügender Stimme spricht. Es seien freilich noch andere Dinge mitbeteiligt, aber: **Wenn die Stimmgebung gut ist, kann man nicht stottern.**

Stottern sitzt nach Meinung des Autors in der Stimme, im Klang der Selbstlaute. Auch die Atmung ist falsch eingelehrt, richtig zu atmen sei aber leicht zu lernen, wichtig sei hier Bauchatmung statt Brustatmung. Auch ist das "Sprechen in Abschnitten" wichtig, d.h. man soll nur soviel sagen, wie man mit dem vorhandenen Atem sicher wird sagen können.

Eine große Rolle spielt auch die Gewohnheit:

Die neue Sprechweise muss eine Zeit lang durch das Bewusstsein gelenkt und kontrolliert werden, ehe sie zur neuen Gewohnheit wird, das erfordert Konsequenz.

Das Lidcombe Programm

Andrea Grubitsch

Das Lidcombe Programm ist ein verhaltenstherapeutischer Ansatz für Stottern im Vorschulalter (ca. drei bis sieben Jahre). Die Therapie wird von einer Bezugsperson (z.B. der Mutter) unter Anleitung des Therapeuten durchgeführt. Dem Kind wird weder ein neues Sprechmuster beigebracht, noch werden die Eltern dazu angehalten, die Umgebung oder den Umgang mit ihrem Kind zu verändern.

Die Mutter lernt, den Schweregrad des Stotterns mit einer 10-Punkte-Skala zu messen. Der Therapeut nimmt zu Beginn der Therapiesitzungen eine objektive Messung der Stottersymptomatik vor, indem er den Prozentsatz der gestotterten Silben mit einem elektronischen Zähler kalkuliert. Diese Messungen steuern den Verlauf der Therapie.

Der Therapeut überwacht die Therapie und passt sie den Fähigkeiten und Eigenschaften des Kindes an. Es wird fortwährend sichergestellt, dass es ein positives und erfreuliches Erlebnis für das Kind ist. Es hat sich gezeigt, dass die Lidcombe-Art der offenen, positiven Arbeit mit der Sprache das kindliche Selbstbewusstsein und das Eltern-Kind-Verhältnis positiv beeinflusst.

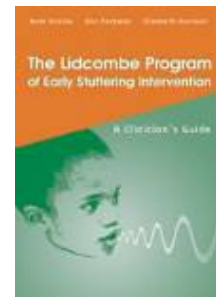
Das Programm besteht aus zwei Phasen:

In der ersten Phase kommen Mutter und Kind wöchentlich in die Praxis, zu Hause werden täglich Therapieeinheiten durchgeführt. Die Mutter gibt nach stotterfreien Äußerungen und nach eindeutigen Stottereignissen verbale Rückmeldung. (entweder z.B. „Das war ein bisschen holprig.“ oder „Kannst du das noch mal sagen?“, wobei das Verhältnis zwischen Rückmeldungen für stotterfreie und gestotterte Sprache 1:5 sein soll. Am Anfang der Therapie werden diese Rückmeldungen ausschließlich in strukturierten Gesprächen von 10 – 15 Min. Dauer angewendet. Strukturiert bedeutet, dass sich Mutter und Kind in einer ruhigen Umgebung mit Dingen beschäftigen, sodass während des Gesprächs eine ordnungsgemäße Anwendung der verbalen Rückmeldungen ermöglicht wird.

Wenn das Kind nur mehr selten oder gar nicht mehr stottert, beginnt *die zweite Phase*. Jetzt wird zu Hause weniger Therapie gemacht, auch die Praxisbesuche werden seltener. Die zweite Phase dient dazu, den Therapieerfolg aufrecht zu erhalten, und erstreckt sich über einen Zeitraum von mehreren Monaten oder gar Jahren. Bei jedem dieser Praxisbesuche muss die geringe Stotterrate, die am Ende der ersten Phase erreicht wurde, eingehalten werden.

Das Lidcombe Programm wurde im Laufe der letzten zehn Jahre im Australian Stuttering Research Center (Faculty of Health Sciences, University of Sydney) entwickelt. Das Australian Stuttering Research Center bietet auf seiner Homepage ein Handbuch für Therapeuten an, unter anderem auch in deutscher Übersetzung.

Quellen: www.dbs-ev.de/~bayern/lidcombe.htm
www3.fhs.usyd.edu.au/asrcwww/downloads/LP_Manual_German_Oct2004.pdf



Literatur:

Intervention bei frühem Stottern: das Lidcombe Programm / Huber Anne und Onslow Mark:

In: Die Sprachheilarbeit, Vol 5, 2001, S. 219 - 223.

Handbuch für Therapeuten / <http://www3.fhs.usyd.edu.au/asrcwww/treatment/lidcombe.htm>

Das Lidcombe-Programm - ein Therapieverfahren zur Behandlung frühkindlichen Stotterns

Christina Lattermann in Forum Logopädie 2/2003, S. 20ff



Das VALSALVA-Manöver

Andrea Grubitsch

Im Buch „**Die globale Therapie des Stotterns**“ (Besprechung siehe *dialog* 1/2004) habe ich das erste Mal vom „Valsalva-Manöver“ gelesen. Hier ist nun eine Zusammenfassung der von William D. Parry vermuteten Zusammenhänge zwischen Stottern und diesem Muskelreflex. *Das oben erwähnte Buch ist übrigens nicht unbedingt empfehlenswert: schlecht übersetzt aus dem Englischen, teuer (€ 50 in der gedruckten Version, die digitale Version ist etwas billiger), eine Aufzählung verschiedenster Strategien, die durchaus nachvollziehbar sind, wenn – ja wenn es mit dem Stottern so einfach wäre (z.B. „Vergessen Sie, dass Sie Stotterer sind“).*

Das Valsalva-Manöver ist ein Muskelreflex, der auftritt, wenn wir einen schweren Gegenstand hochheben: Wir halten den Atem an und spannen verschiedene Muskeln: die Kehlkopf-, Brust- Bauch und Aftermuskeln. Durch die Anspannung des Kehlkopfes wird der Luftausstoß blockiert, die Stimmbänder können nicht mehr schwingen, Zunge und Lippen verhärten sich. Der Zweck des Valsalva-Manövers ist die Erhöhung des Luftdrucks in der Lunge, sodass man mehr Körperkraft entfalten oder etwas aus dem Körper heraus befördern kann.

In der Medizin wird es das "**Valsalva-Phänomen**" genannt - nach seinem Entdecker, dem italienischen Arzt Antonio Valsalva, der dieses Phänomen vor mehr als dreihundert Jahren erstmals beschrieb. **Antonio Maria Valsalva** lebte von 1666 bis 1723 in Italien und war Professor für Anatomie in Bologna; er hat als erster ein Verfahren für den Druckausgleich im Mittelohr beschrieben. Das Valsalva Manöver ist auch bei Tauchern als eine Methode des Druckausgleichs bekannt.

Eine Funktion des Kehlkopfs ist die die Laut- und Stimmbildung: Wenn die Stimmbänder über dem Luftstrom sanft zusammengebracht werden, entsteht der Klang unserer Stimme. Wenn aber der Kehlkopf während eines Valsalva-Manövers den Anstrengungsverschluss ausführt, schließt sich der gesamte Innenbereich des Kehlkopfs wie eine Faust, um den Luftweg vollständig zu blockieren. Auch die Lippen und die Zunge können sich ebenso verhalten. Wenn diese zu Beginn eines Valsalva-Manövers den Luftweg blockieren, werden diese Anstrengungen automatisch fortgesetzt, um den Verschluss zu verstärken, sodass die Luft nicht entweichen kann.

Inzwischen hat sich der Kehlkopf entsprechend seiner neurologischen Programmierung fest um den oberen Luftweg geschlossen, damit die Luft aus der Lunge nicht entweichen kann. Je mehr die Bauchmuskulatur drückt, desto größer wird der Luftdruck in der Lunge, und umso fester schließt sich der Kehlkopf. Der Kehlkopf erfüllt damit eine seiner Hauptfunktionen: den Anstrengungsverschluss.

Der durch das Valsalva-Manöver in der Lunge erhöhte Luftdruck hilft uns, Körperkraft effizienter auszuüben. Wenn wir etwas hochheben wollen, hält der Luftdruck in der Lunge den Brustkasten und die Schultern fest und steif, sodass unsere Arme eine kräftigende Unterstützung haben. Auf diese Weise können wir unsere gesamte Energie auf das Heben eines Gewichts konzentrieren. Denn wenn Brustkasten und Schultern nachgeben würden, ginge ein Teil der Kraft verloren.

Das Valsalva-Manöver hilft uns auch, Dinge aus dem Körper zu befördern. Die bekanntesten Beispiele sind Stuhlgang, Urinieren und der Geburtsvorgang. Hierbei hilft der Luftdruck und stabilisiert das Zwerchfell, sodass die Bauchmuskulatur Dinge aus der Bauchhöhle besser herausdrücken kann. Zu Beginn des Stuhlgangs entspannen sich die Rektal- und Analmuskeln und die Stuhlausscheidung kann erfolgen. Wenn jedoch z.B. beim Heben von Gewichten der Stuhlgang nicht erwünscht ist, spannen sich diese Muskeln an, um zufälligen Stuhlabgang zu verhindern.

Eine paradoxe Seite des Stotterns ist der übermäßige Aufwand an Kraft und Anstrengung, den wir beim Versuch zu sprechen brauchen. Flüssiges Sprechen benötigt aber eigentlich sehr wenig körperlichen Einsatz. Die deutliche Aussprache von Worten wird durch sanfte Bewegungen der Lippen und der Zunge erreicht, die leicht berühren und sich dann schnell wieder entspannen. Im Gegensatz dazu pressen die Lippen, Zunge oder der Kehlkopf viel stärker und länger, als es zum Sprechen nötig ist. Paradoxe Weise wird unsere Anstrengung, die Worte herauszubringen zu dem Hindernis, das wir eigentlich überwinden wollen.

Stotter-Blocks sind womöglich eine neurologische Verwirrung zwischen Sprechvorgang und Valsalva-Mechanismus. Diese Verwirrung würde demnach bevorzugt dann eintreten, wenn wir besonders gut sprechen oder Wörter herauspressen wollen. In seinem Buch „*Understanding and Controlling Stuttering: A Comprehensive New Approach Based on the Valsalva Hypothesis*“ beschreibt William D. Parry die Methode zur Valsalva-Kontrolle im Detail.

William D. Parry, von Beruf Rechtsanwalt, Bezirksleiter in Philadelphia des *National Stuttering Project*, hat seine Erkenntnisse auf dem Welttreffen 1995 in Linköping / Schweden, präsentiert. Sein Aufsatz über den VALSALVA-Mechanismus ist in englischer Sprache abrufbar unter <http://members.aol.com/wdparry/valsalva.htm>, Übersetzung erhältlich bei Roland Pauli, www.ropana.de.

Es gibt ein **Valsalva Stuttering Network**, zu finden unter www.valsalva.org. Dort wird von "Valsalva-Stuttering" gesprochen, also das Pressen und der Verschluss des Kehlkopfs beim Stottern, was nach Meinung des Autors William D. Parry die Mehrheit der Stotternden macht.

Die gemeinsame Plattform UNIABILITY

Uniability ist eine Interessensgemeinschaft von Behindertenbeauftragten, Betroffenen und anderen Personen, deren Ziel es ist, die Studienbedingungen an allen österreichischen Universitäten zu verbessern und die Interessen der Betroffenen in der Öffentlichkeit zu vertreten.

Die Tätigkeitsfelder von UNIABILITY:

- Information und Beratung zum Studium und Studenumfeld
- Studienbegleitung
- Erfahrungsaustausch
- Interessensvertretung
- fachliche Beratung bei baulicher Gestaltung und technischer Ausstattung
- Forschung zur Situation behinderter und chronisch kranker Menschen
- Öffentlichkeitsarbeit etc.

Unter <http://info.tuwien.ac.at/uniability/sowieso> ist die Info-Broschüre "*sowieso – Ratgeber für behinderte und chronisch kranke Studierende*" verfügbar. Diese Broschüre wendet sich an Studierende und InteressentInnen mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen. Hier wird motiviert und Mut gemacht, ein Studium zu beginnen. Es werden aber auch die Schwierigkeiten und Grenzen aufgezeigt, mit denen behinderte und chronisch kranke Studierende konfrontiert sind, und damit gleichzeitig jene Bereiche, in denen in Zukunft Veränderungen notwendig sind.

UNIABILITY

Verein zur Förderung von Studierenden mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen an österreichischen Universitäten

Zentrum *integriert-studieren*

Universitätsplatz 3, 8010 Graz

"Wir laden alle Interessierten ein, sich mit allen Fragen, Wünschen und Problemen in Zusammenhang mit Ihrem Studium an uns zu wenden" betonen die Behindertenbeauftragten der österreichischen Universitäten.

Quellen: www.rolemodels.at/index.php?id=66
<http://info.tuwien.ac.at/uniability/sowieso>



Bücher - News und Oldies

zusammengestellt von Andrea Grubitsch

BUCHTITEL	Mimmo und die geheimnisvolle Lupe
VERLAG	Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V.
ISBN	3-921897-46-7
JAHR	2005
PREIS	€ 10,00 / für Mitglieder € 8,50
THEMA	Ein Bilderbuch für Kinder ab 6 Jahren



Mimmo findet eine Lupe, mit der er sich Dinge, die ihm Angst machen, vergrößert ganz genau anschaut. Bis er entdeckt, dass er mit seinem Mund mehr machen kann als nur stottern.

BUCHTITEL	Aufbau der Sprach- und Kommunikationsfähigkeit bei redeflussgestörten Kindern
AUTOR	Nitza Katz-Bernstein
VERLAG	Edition SZH (Schweizer Zentralstelle für Heilpädagogik)
ISBN	3-908264-45-6
JAHR	2003, achte Auflage
PREIS	€ 23,30
ZIELGRUPPE	Therapeuten
THEMA	"Ein sprachtherapeutisches Übungskonzept"



Die hier vorgestellte Therapie setzt bei einem gezielten Aufbau von qualitativ neuen Sprech- und Spracherfahrungen an. Es soll dem Angstpotential und dem Vermeidungsverhalten vor kommunikativen Situationen entgegen gewirkt werden. Auch die Bedeutung der nicht-verbalen Kommunikation für den Sprechakt und seinen Fluss ist ein wichtiges Thema. Ebenso der Aufbau der Erzählkompetenz, denn manchen stotternden oder polternden Kindern mangelt es an einer normalerweise bis zum sechsten Lebensjahr erworbenen Kompetenz der linguistischen Aufbereitung ihrer Erlebnisse. Die Autorin möchte eine therapeutische Haltung vermitteln, welche Respekt sowohl vor den Kindern und ihren Eltern anstrebt, aber auch vor einer Spracheigenart bzw. "Redestörung", die sich manchmal als therapieresistent erweist und so immer wieder die Schranken und Grenzen der Machbarkeit in Therapie und Förderung aufzeigt.

BUCHTITEL	Der Spracherwerb des Kindes
AUTOR	Jürgen Dittmann
VERLAG	C.H. Beck
ISBN	3-406-48000-4
JAHR	2002
PREIS	€ 8,20
ZIELGRUPPE	Alle Interessierten
THEMA	"Verlauf und Störungen"



Dieses Buch handelt ausnahmsweise nicht vom Stottern. Es geht um den Erwerb der Sprache. Der Autor sieht ihn als die komplexeste Aufgabe, mit dem das Kind im Laufe seiner Entwicklung konfrontiert wird. Themen sind unter anderem Sprachlaute und Sprachwahrnehmung, vorgeburtliche Sprachwahrnehmung, Theorien zur Entwicklung der Grammatik, abweichende Spracherwerbsverläufe und die "spezifische Sprachentwicklungsstörung" (Schwierigkeiten beim Erwerb der Muttersprache).

BUCHTITEL	Sprachentwicklung und Sprachförderung
AUTOR	Uta Hellrung
VERLAG	Herder
ISBN	3-451-27784-0
JAHR	2002
PREIS	€ 13,30
ZIELGRUPPE	ErzieherInnen, KindergartenpädagogInnen
THEMA	"Ein Leitfaden für die Praxis"



Die Autorin beschreibt die "normale" Sprachentwicklung, verschiedene Sprachbereiche wie Artikulation, Wortschatz, Grammatik und Sprachverständnis. Kinder, die mit ihrer Umwelt sprachlich in Kontakt treten, sollen positive Erfahrungen machen. Das ist oft nicht der Fall, denn meist werden sie aufgefordert, "vernünftig" zu sprechen, und ihre Kompetenzen und Stärken werden übersehen. In diesem Buch stehen Anregungen für positive Rückmeldungen auf die kommunikativen Bestrebungen des Kindes, dadurch können sie sich leichter ihren Schwierigkeiten stellen und weitere Fortschritte machen. Sprech- und Sprachstörungen werden kurz vorgestellt, im letzten Teil gibt Spiele zur Förderung von Sprache, Sprachverständnis und Motorik.

BUCHTITEL	Begegnungen mit stotternden Kindern
AUTOR	Friederike Meixner
VERLAG	Edition Friederike Meixner
ISBN	3-950 1785-6-2
JAHR	2005
PREIS	€ 23,50
ZIELGRUPPE	Sprachheilpädagogen, Therapeuten, Pädagogen, Heilpädagogen, sowie Betroffene, Eltern und Angehörige



Frau Prof. Friederike Meixner arbeitete viele Jahre als Sprachheilpädagogin an der Wiener Sprachheilschule, weiters an der Pädagogischen Akademie bei der Ausbildung der Sprachheilpädagogen und an der Universität Wien im Bereich Heilpädagogik/Sprachheilpädagogik. Im *dialog* 4/2004 haben wir ihr aus Anlass ihres 75. Geburtstages einen Bericht gewidmet.

In diesem Buch erzählt sie von ihren Begegnungen mit stotternden Kindern im Volksschulalter, und wie daraus Beziehungen entstanden sind: *"Beziehungen sind nicht an Therapiezeiten und nicht an Therapieräume gebunden. Beziehungen sind Verbindungen zweier Menschen. Zu diesen musst du immer und jederzeit stehen."*

Friederike Meixner geht bei jedem Kind der Ursache im gestörten Kommunikationsprozess auf den Grund und setzt individuelle Fördermaßnahmen ein. *"Es gibt nicht eine mit Sicherheit zum Ziel führende Therapiemethode, sondern nur eine diesem Menschen und seiner Problematik entsprechende Möglichkeit der Hilfestellung."* Ein schönes, einfühlsam geschriebenes Buch. LESENSWERT!

BUCHTITEL	Stottern, na und?
AUTOR	Erich Trebuth
VERLAG	Frieling
ISBN	3-8280-1330-9
JAHR	2002, 480 Seiten
PREIS	€ 22,90



"Wie ein ehrgeiziger Junge seinen Sprachfehler überwand"

Erich Trebuth, Jahrgang 1910, wuchs als schwächlicher, stotternder Sohn einer Berliner Arbeiterfamilie auf. In seinen Lebenserinnerungen erzählt er von den bitteren Stunden, die das Stottern ihm, dem begabten Schüler, mitunter bereitete. Mit Mut und Zielstrebigkeit suchte er nach Wegen, um sich in technischen Fächern weiter zu bilden, er arbeitete schließlich in verantwortungsvollen Positionen bei deutschen Großunternehmen. Seine Erinnerungen sind auch ein zeitgeschichtliches Dokument des 20. Jahrhunderts aus der Sicht eines „kleinen Mannes“.



Die Rätselseite

Idee von Mario Gusenbauer

1			2			3	11			4
	5		12							
	6									
	13									
			7					8	14	
9										
10										

Lösungswort:

◊	11	12	13	14	13	◊	◊	◊	◊	◊
---	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---

Waagrecht: (Ö = OE, Ü = UE)

- 1 Projektleiter der Sommercamps in Navis 1999 bis 2003
- 6 Einwohner der Stadt, in der es die SHG "Gruppe Nr. 24" gibt
- 8 Abkürzung für "Therapie Informations Broschüre"
- 9 Am 22.10. ist im Büro der "Tag der ..."
- 10 Seit wie vielen Jahren gibt es die ELSA?

Senkrecht: (Ö = OE)

- 2 Welche SHG startet im Oktober unter neuer Leitung?
- 3 Wer hat das Valsalva Manöver im Zusammenhang mit Stottern beschrieben?
- 4 Ort des Begegnungs-Wochenendes am Attersee
- 5 Europäische Vereinigung der Stotterer-Organisationen
- 7 Was macht man bei der Hausdörfer Methode?

Lösungswort: (Ö = OE)

Auch diese Organisation feiert heuer ihr 15jähriges Bestehen.

➤ Kontaktieren Sie uns per Telefon oder Fax unter 0512 584869 oder mailen Sie an oesis@stotternetz.at das gesuchte Wort. Unter allen bis 28.10.2005 eingelangten richtigen Einsendungen verlosen wir ein Exemplar des Buches **Stottern, na und?** von Erich Trebuth.

ELSA: 1990 – 2005

15 years of stuttering awareness across Europe

Die ELSA (**E**uopean **L**eague of **S**tuttering **A**ssociations) wurde im September 1990 im Rahmen des Bundestreffens der deutschen Stotterer-Selbsthilfe in Darmstadt von 12 Europäischen Ländern als Dachverband der nationalen Selbsthilfe-Organisationen für Stotternde gegründet. Zur Zeit gibt es 25 Mitgliedsorganisationen, darüber hinaus hat die Selbsthilfe-Organisation der Faröer Inseln enge Kontakte zur ELSA.

Die ÖSIS ist eines der Gründungsmitglieder und wurde damals durch Georg Goller vertreten.

Neue Berufsbezeichnung für LogopädInnen

Die bisher gültige Berufsbezeichnung "Diplomierte Logopädin" bzw. "Diplomierter Logopäde" wurde durch die Novelle des MTD-Gesetzes vom Juli 2005 geändert: "Wer zur *berufsmäßigen Ausübung der jeweiligen Fachrichtung des gehobenen medizinisch-technischen Dienstes berechtigt ist, hat in Ausübung seines Berufes die Berufsbezeichnung 'Logopädin' – 'Logopäde' zu führen.*" (siehe Bundesgesetzblatt Nr. 70/2005, Änderung des MTD-Gesetzes, www.ris.bka.gv.at).

ÖSIS-Selbsthilfegruppen

SHG Oberösterreich

Wels:

Unsere Treffen finden durchschnittlich einmal im Monat statt, **meist am vierten Mittwoch im Monat um 18:00 Uhr** in den Räumen der Sozialberatung des Magistrates Wels, Quergasse 1.

Anmeldung erforderlich.

Linz:

Offene Gruppe (Gruppe Nr. 24):

Wir treffen uns **jeden ersten Dienstag im Monat** um 18:30 Uhr im Gebäude der OÖ. Gebietskrankenkasse, Gruberstraße 77.

Termine: 04.10.2005

08.11.05 (ausnahmsweise am 2. Dienstag)

06.12.05

Herziger Gruppe: nur für Sommercamp-Absolventen. Neuer Ansprechpartner:

Sinisa Sic, Waldstraße 48/2/11,

4800 Attnang-Puchheim, Tel.: 0664 2329111.

Die Treffen finden samstags von 15:00 bis

18:00 Uhr in Attnang-Puchheim statt.

Nächster Termin: auf Anfrage

SHG Innsbruck:

Offene Gruppe: Termine der Treffen stehen noch nicht fest. Anmeldungen bitte im ÖSIS-Büro.

SHG Wien:

Offene Gruppe:

Die Offene Gruppe Wien startet unter neuer Leitung und mit neuem Programm: Wir treffen uns jeden ersten Mittwoch des Monats ab 18:30 Uhr in der Robert-Hamerling-Gasse 5/6 (Nähe Westbahnhof).

19.10.05 (ausnahmsweise am 3. Mittwoch)

2.11.05, 7.12.05

Herziger Gruppe: Nur für Sommercamp-

Absolventen, Kontaktperson: Lena Manfredini

Termine: auf Anfrage

SHG Salzburg:

Derzeit läuft ein Stottertherapieprojekt für Kinder, geleitet von einer Diplom-Logopädin; genaue Auskünfte sind über die Gruppenleitung, Familie Nothnagel (Tel. 0662-633167, E-Mail: salzburg@stotternetz.at) erhältlich.

SHG Klagenfurt:

Die Treffen finden in den Räumen der Selbsthilfe Kärnten, Dachverband für Patienten- und Behinderten-Selbsthilfeorganisationen, Kempfstraße 23, 9020 Klagenfurt, statt. Wir treffen uns **(fast) regelmäßig jeden zweiten Mittwoch im Monat** um 19:00 Uhr. Nähere Infos telefonisch bei uns und der Selbsthilfe Kärnten. Termine: auf Anfrage

Selbsthilfegruppen anderer Vereine

SIS – Südtiroler Initiative Stottern:

Kontakt über Gudrun Reden,
Tel. Festnetz 0039-047-1323656,
Mobil 0039-349-2970566
E-Mail: gudrun@reden.it

SHG für Betroffene in Bozen:

Wir treffen uns **an jedem ersten Donnerstag im Monat** um 20:00 Uhr in unserem neuen Gruppenraum im Sozialsprengel Kardaun (bei Bozen), Steineggerstr. 3, 39053 Kardaun
Termine: auf Anfrage

Van Riper Gruppe in Linz:

Kontakt über Gottfried Spieler jun.,
Schönberg 19, 4923 Lohnsburg,
Tel. 07754-2824
E-Mail: gottfried.spieler@aon.at

Die VR-Gruppe Oberösterreich (Gruppe 39) trifft sich **an jedem dritten Freitag im Monat um 18:30 Uhr** im Gebäude der OÖ. Gebietskrankenkasse, Gruberstrasse 77, in Linz im achten Stock, Zimmer 801.

Termine: 21.10.05, 18.11.05, 16.12.05

⇒ **aktuelle Termine auf www.stotternetz.at**

Nachrichten aus den Gruppen

Gruppe Linz: Ausflug zum Baumkronenweg am 31.07.2005



Gabi Wiedemann, meine Lebensgefährtin, hatte die Idee für einen Ausflug zum Baumkronenweg im Sauwald, der vor kurzem eröffnet wurde. Wie sie auf dieses Ziel kam, war mir wieder einmal schleierhaft. Kennt sie sich in Oberösterreich schon besser aus als ich, obwohl sie erst seit ein paar Jahren hier bei mir in Österreich wohnt? Es muss wohl so sein.

(Foto von Ewald Dorninger)

Nachdem wir uns die Homepage vom Baumkronenweg ausführlich angesehen haben – wir beide lieben das Internet – haben wir uns entschlossen, den Ausflug gemeinsam mit all den netten Leuten aus den Selbsthilfegruppen in Oberösterreich zu erleben.

Nach kurzem Organisieren kam es dazu, dass Gabi, Lisa, Ewald, Gottfried und Mario sich vor den Toren des Baumkronenwegs trafen. Unbedingt erwähnen möchte ich die weite Anreise von Ewald, der für die Hin- und Rückreise ca. 300 Kilometer gefahren ist - RESPEKT. Ulli und Manfred sowie Norbert mussten leider absagen.

Der hohen Wahrscheinlichkeit, etwas Regen abzubekommen, sind wir dadurch entgegengetreten, dass wir uns vorsorglich Regenkleidung mitgenommen hatten.

Schon kurz nach den ersten Metern erklommen wir die erste Hürde und kraxelten den ersten Turm empor. Der Baumkronenweg besteht aus insgesamt 17 Türmen, die zwischen 3 und 22 Meter hoch sind. Verbunden sind die Türme zu meinem Glück durch sehr stabil gebaute Holzstege – ich hätte ansonsten arge Höhenangst bekommen. Der erste Turm führte uns ca. 20 Meter hoch in die Baumwipfel, wo wir tatsächlich einen guten Einblick in die Baumkronen und eine wunderbare Fernsicht hatten. Am Weg entlang waren immer wieder kleine Schilder mit Informationen zu den Pflanzen, Blättern, der Fauna und Flora des Sauwalds zu finden, die uns wieder ein wenig schlauer machten, als wir es bereits sind.

Nach mehreren Türmen und Stegen waren Gottfried und Mario nicht mehr zu halten, als sie eine Rutsche erblickten. Sofort konnten wir allen anderen mit unserer Begeisterung anstecken, und so schlitterten fünf Erwachsene die Rutsche des Grauens hinunter bis zum Gasthaus "S'Oachkatzl". So war das Kind in uns erwacht, und wir bestiegen noch die Hängebrücke, überquerten die Tellerbrücke, krochen in den Fuchsbau, überquerten das Schwebeseil, fuhren im Holzzug – er fuhr zwar keinen Meter, was aber unserem Spaß keinen Abbruch tat – und kehrten schließlich hungrig ins Waldgasthaus "S'Oachkatzl" (für unsere deutschen Leser: Gastschenke "das Eichhörnchen") ein.

Der Regen wurde immer stärker, und so entschieden wir uns, in einem nahe gelegenen Ort dem Kegelsport zu frönen. Gottfried und Ewald stellten mit ihrem Können, das an Perfektion grenzt, alle anderen in den Schatten. Lisa, Gabi und Mario konnten nur versuchen, das Beste zu geben, um den Anschluss nicht zu verlieren. Der Anschluss an Gottfried – der nun den Namenszusatz „der Große“ und Ewald, der nun den Zusatz "der die Kugel drallt" führt, gelangt uns dennoch nicht. Unser Einsatz wurde dahingehend belohnt, dass Gabi und ich am nächsten Morgen höchst erstaunt waren, als wir bemerkten dass wir an Stellen des Körpers Muskeln haben, die wir dort nicht vermutet hätten. Der Muskelkater wurde jedoch fachmännisch von uns behandelt, und so war nach zwei Tagen alles wieder gut.

Mario Gusenbauer

Kalender ab Oktober 2005

2005

- 01.10. – 22.10. **International Stuttering Awareness Day Online Conference 2005**
06.10. – 08.10. **African Stuttering Conference** in Douala, Kamerun
13.10. – 15.10. **Kongress der ÖGS** in Alpbach/Tirol „Sprachheilpädagogik up to date“
19.10. **Erstes Treffen der SHG Wien**
22.10. **Tag der offenen Tür** in Innsbruck zum **8. Weltstotterttag**
26.10. – 27.10. **Sommercamp: Besuch des EU-Parlaments** in Straßburg
28.10. – 30.10.. **Sommercamp-Nachbetreuungswochenende**
28.10. – 30.10. **Ropana Wochenende** in Mondsee
10.12. Traditionelle **Weihnachtsfeier** in Linz

2006

- 18.03. – 19.03. **Mitglieder-Wochenende** in Salzburg mit **Mitgliederversammlung**
29.04. – 01.05. **Ropana Wochenende** des bayrischen LV in Burghausen
26.05. – 28.05. **Naturmethode Seminar** des bayrischen LV in Passau
09.06. – 11.06. **Begegnungswochenende** in Litzlberg am Attersee
09.06. – 11.06. **Seminar der Initiative Morgentau** in Rothenburg ob der Tauber
23.06. – 25.06. **Ropana Wochenende** in Mondsee
26.08. – 02.09. **Ropana Woche** in Mondsee für Fortgeschrittene
31.08. **LogopädInnen-Infotag** in Mondsee

2007

- 06.05. – 10.05. **8. Weltkongress** der ISA in Cavtat – Dubrovnik / Kroatien

Weihnachtsfeier der ÖSIS

Liebes Mitglied!

Auch heuer möchten wir uns für Ihre bisherige Treue und finanzielle sowie ideelle Unterstützung **recht herzlich bedanken:**
Mit der Einladung zu unserer bereits traditionellen

**Weihnachtsfeier am Samstag, 10. Dezember um 19:00 Uhr
im Gasthaus Fischerhäusl, Flußgasse 3, in Linz/Urfahr.**



Übernachtung bei Mitgliedern der Linzer Gruppe ist möglich.
Die Kosten für das Essen der Mitglieder werden von der ÖSIS übernommen.
Zur Organisation hat sich auch heuer wieder die Offene Gruppe Linz bereit erklärt. Danke.
Wir bitten um Anmeldung bis 15. November bei Andrea Grubitsch, Tel. 0664 2840558.

Der ÖSIS-Vorstand wünscht allen Mitgliedern und *dialog*-Lesern
schöne Feiertage und ein gutes Neues Jahr.

Für den Vorstand

Andrea Grubitsch, Obfrau



ÖSIS, 6020 Innsbruck, Brixner Straße 3 BEITRITTSERKLÄRUNG

Die ÖSIS ist ein Zusammenschluss von Betroffenen in einem gemeinnützigen Verein, der sich das Ziel gesetzt hat, das Tabu des Stotterns in der Öffentlichkeit zu durchbrechen und für eine positive Gesprächsgrundlage zwischen Betroffenen, Angehörigen, Therapeuten und Nichtstotternden zu sorgen. Durch Informationsangebote sollen Wissensdefizite abgedeckt und durch Seminare und Weiterbildung neue Erkenntnisse verbreitet werden.

- Ihr Beitritt gilt bis 30. November für das laufende Jahr
ab 1. Dezember für das folgende Jahr

Faxen Sie
Ihre Beitritts-
erklärung an
0512 584869

Der Beitrag für 2005 beträgt € 25,-. Wir danken für zusätzliche Spenden.

Vor- und Zuname:

Straße, Hausnummer.:

Postleitzahl, Ort:

Telefonnummer:

E-Mail:

geworben durch:

Ich erkläre meinen Beitritt als stotterndes Mitglied
(wenn gewünscht, bitte angeben) nicht stotterndes Mitglied

und erkenne die Statuten an. (online verfügbar auf www.stotternetz.at)
Senden Sie mit die Statuten per Post

Ich werde den Mitgliedsbeitrag entsprechend der gültigen Beitragsordnung rechtzeitig entrichten.

Senden Sie mir die Zeitschrift „dialog“ per Post
Ich möchte nur die Online-Version des „dialog“..... (das Passwort bekommen Sie per Mail)

Ich bin Vater/Mutter eines stotternden Kindes Name des Kindes:.....

Geburtsdatum Kind:.....

- Logopädin
- Sprachheillehrer/in
- Therapeut/in
-

.....
Ort

.....
Datum

.....
Unterschrift

RLB Tirol, Konto 100615096, BLZ 36000, IBAN AT253600000100615096, BIC RZTIAT22

LESERZEITUNG

Herausgeber und Medieninhaber: ÖSTERREICHISCHE SELBSTHILFE- INITIATIVE STOTTERN (ÖSIS)

Redaktion und Layout:

Heidi und Michael Nothnagel, A. Grubitsch

Buchbesprechungen: Andrea Grubitsch

Lektorat: Claudia Hacker, Markus Preinfalk

Anschrift:

ÖSIS, Brixner Straße 3, A-6020 Innsbruck

Telefon und Fax 0512-584869

E-Mail: dialog@stotternetz.at

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Ansichten der Autoren wieder und müssen sich nicht mit der Meinung der Redaktion bzw. des Herausgebers decken.

Die Redaktion behält sich das Recht vor, Beiträge abzulehnen, welche die Persönlichkeitsrechte Dritter verletzen oder den Verein schädigen können. Leserzuschriften können auch gekürzt wiedergegeben werden.

Selbsthilfegruppen dürfen den Inhalt mit Quellenangabe nachdrucken, in diesem Fall bitten wir um Zusendung eines Belegexemplars. Alle Rechte vorbehalten.

Der *dialog* erscheint vierteljährlich und ist Informationsträger für selbst vom Stottern Betroffene, Angehörige und Interessenten aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich. Der Bezug des *dialog* ist im Mitgliedsbeitrag für die ÖSTERREICHISCHE SELBSTHILFE-INITIATIVE STOTTERN (ÖSIS) enthalten.

Die ÖSTERREICHISCHE SELBSTHILFE-INITIATIVE STOTTERN (ÖSIS) ist Mitglied der **ELSA** (European League of Stuttering Associations) und der **ISA** (International Stuttering Association) und Kooperationspartner der **Arge Selbsthilfe Österreich**.

Bankverbindung:

Österreichische Selbsthilfe Initiative Stottern

Kontonummer 100615096

Bankleitzahl 36000 (RLB Tirol)

IBAN AT253600000100615096

BIC RZTIAT22

Redaktionsschluss:

für die Ausgabe 1/2006

(Jänner bis März):

1. Dezember 2005

**UNSER BÜRO:**

Österreichische Selbsthilfe-Initiative Stottern (ÖSIS)
 Adresse: Brixner Straße 3, 6020 Innsbruck
 Tel. und Fax: 0512-584869
 Mobiltelefon: 0664 2840558
 E-Mail: oesis@stotternetz.at
 Homepage: www.stotternetz.at
 Öffnungszeiten: Mo. + Di. 7:45-11:15 Uhr
 Mi. + Do. 7:45-13:15 Uhr

BUNDESLÄNDERKONTAKTADRESSEN in Österreich/Südtirol:

Kärnten: Hans KRÖPFL, 9614 Vorderberg 31, ☎ 04283-2131 oder 0699-12 444 009
 E-Mail: hans.kroepfl@stotternetz.at
 Stefica GAZIBARA, Leitenweg 56, 9020 Klagenfurt
 ☎ 0650-4601682, E-Mail: stefica.gazibara@stotternetz.at

**Oberösterreich
Linz:** Mario GUSENBAUER, Pfarrfeld 1/4, 4210 Gallneukirchen
 ☎ 0650-2272927, E-Mail: mario.gusenbauer@stotternetz.at

**Oberösterreich
Wels:** Andrea GRUBITSCH, Birkenstraße 16, 4652 Steinerkirchen
 ☎ 07241-28058 oder 0664-2840558
 E-Mail: andrea.grubitsch@stotternetz.at

Osttirol: Georg GRIMM, Siedlerstraße 21, 9900 Lienz, ☎ 04852-72853
 E-Mail: georg.grimm@stotternetz.at

Salzburg: Heidi und Michael NOTHNAGEL, Naumanngasse 38, 5020 Salzburg
 ☎ 0662-633167, Fax 0662/8072/722453, E-Mail: salzburg@stotternetz.at

Steiermark: Georg FABER, Wetzelsdorferstraße 143, 8052 Graz
 ☎ 0676-7875700, E-Mail: georg.faber@stotternetz.at

Südtirol: Gudrun REDEN, ☎ Festnetz 0039-047-1323656, Mobil 0039-349-2970566
 E-Mail: gudrun@reden.it

Tirol: Doris HACKL, Gagers 37, 6165 Telfes/Stubaital
 ☎ 05225-63010 oder 0664-3126246, E-Mail: doris.hackl@stotternetz.at

Wien: Ulrike LINDENTHALER
 ☎ 0676-81511221, E-Mail ulrike.lindenthaler@stotternetz.at

ELTERNBERATUNG:

durch Georg FABER, Wetzelsdorferstraße 143, 8052 Graz
 E-Mail: georg.faber@stotternetz.at
 Beratungszeiten nach tel. Terminvereinbarung: 0676-7875700

STOTTERN ist ...

... "Sprechen mit angezogener Handbremse".

Berthold Wauligmann