



# dialog

verbindet Menschen

**MITTEILUNGSBLATT DER ÖSTERREICHISCHEN  
SELBSTHILFE-INITIATIVE STOTTERN (ÖSIS)**

**Ropana-Seminar  
mit integrierter Fortbildung**

16. bis 17. April 2016

**Erstes Ehemaligen-Treffen  
der Sommercamp-Teilnehmer**

13. bis 16. Mai 2016

**Begegnungswochenende  
in Litzlberg**

25. bis 29. Mai 2016

**Therapie-Feriencamp  
in Litzlberg**

23. bis 30. Juli 2016

**Die drei Säulen des  
flüssigen Sprechens  
in Wien**

24. September 2016



**Online-Exemplar des dialog.  
Download von [www.stotternetz.at](http://www.stotternetz.at).**

**Dialog Nr. 1/2016 – März 2016**

**Informationen**

Der *dialog* erscheint zwei Mal pro Jahr und ist Informationsträger für selbst vom Stottern Betroffene, Angehörige und Interessenten aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich.

Der Bezug des *dialog* ist im **Mitgliedsbeitrag von € 30,00** enthalten.

**Bankverbindung:**

Österreichische Selbsthilfe-Initiative Stottern  
IBAN: AT25 3600 0001 0061 5096  
BIC: RZTIAT22

**Redaktionsschluss:**

für die Ausgabe 2/2016

**1. Juli 2016**

**Bildnachweis:**

Seiten 6 bis 11: ÖSIS  
Seite 12: Schablinger/Dengg/ÖSIS  
Seite 13: SH OOE  
Seite 14: ÖSIS  
Seiten 15 bis 16: Gheri  
Seiten 16 bis 17: ÖSIS  
Seite 22 bis 24: SHG Linz  
Seite 25: Schertler

**Inhalt**

Mitgliederinformation	3
Einladung zur Mitgliederversammlung	3
Aktivitäten 2015	4
Freizeit ohne Grenzen 2015	6
Ropana Seminar und Fortbildung 2016	7
Ehemaligentreffen Sommercamp Navis 2016	8
Begegnungswochenende 2016	9
Die drei Säulen des flüssigen Sprechens 2016	10
Seminarberichte "Drei Säulen" 2015	11
Therapie-Feriencamp 2016	12
Infostand im LDZ / Behindertengleichstellung	13
Bericht vom Tag der offenen Tür 2015	14
Bericht vom Infostand am Weltstotterttag	15
Bericht vom Maxlaunmarkt 2015	16
Wenn das Telefonieren zur Folter wird	17
Buchvorstellung / Weihnachtsfeier 2015	18
Tipps zur Kommunikation / Mythen über Stottern	19
Hörspiel "Irgendwie anders"	20
Tönende Stadtführung in Linz	23
Neue SHG in Vorarlberg	25
Termine der Selbsthilfegruppen	26
King-Georg-Gesprächsrunde	27
Kalender und Kontaktadressen	28

**Elternberatung**

Georg Faber, Graz  
Beratungszeiten nach telefonischer Terminvereinbarung  
Telefon 0676 7875700 (keine Mailbox)  
E-Mail: georg.faber@stotternetz.at



*"Nüsse knacken, bevor sie hart sind."*

**Impressum**

**Herausgeber und Medieninhaber:**

ÖSTERREICHISCHE SELBSTHILFE-INITIATIVE STOTTERN (ÖSIS), ZVR 024333437

**Redaktion und Layout, Buchbesprechungen:** Andrea Grubitsch

**Lektorat:** Markus Preinfalk, Martina Assmus, Lisa Bauernfeind

**Anschrift:** ÖSIS, Brixner Straße 3, 6020 Innsbruck, Telefon 0512-584869, [dialog@stotternetz.at](mailto: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 Rechte verbleiben beim jeweiligen Autor.** 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, die einen Artikel übernehmen möchten, bitten wir um Kontaktaufnahme. Alle Rechte vorbehalten.

Die ÖSIS ist Mitglied folgender Organisationen:  
**ELSA** (European League of Stuttering Associations)  
**ISA** (International Stuttering Association)  
**ARGE Selbsthilfe Österreich**  
**Selbsthilfe Tirol** (Dachverband der Tiroler Selbsthilfegruppen und -vereine im Gesundheitsbereich)



## Sehr geehrte dialog-LeserInnen! Liebe Mitglieder!

### Ein spannendes Jahr liegt vor uns

Im Jahr 2015 mit Rückblick auf 25 Jahre seit der Vereinsgründung und fast 30 Jahre seit Beginn der Aktivitäten der Selbsthilfe Stottern in Österreich gab es interessante Veranstaltungen an verschiedenen Orten.

2016 wird ein spannendes Jahr. In **Vorarlberg** wurde eine Selbsthilfegruppe gegründet. Somit gibt es mittlerweile Gruppen in Wien und Linz, Ansprechpartner zur Gründung einer Gruppe in Graz, Innsbruck und Salzburg. Das Seminar "Die drei Säulen des flüssigen Sprechens" wird bereits zum dritten Mal veranstaltet, diesmal in Wien.

Begonnen wird der Veranstaltungsreigen mit einem Ropana-Seminar in Graz, es geht weiter mit einem Treffen ehemaliger Sommercamp-TeilnehmerInnen in Navis und unserem Begegnungswochenende am Attersee. Ende Juli folgt unser Therapie-Fereincamp am Attersee, im Oktober der bereits traditionelle Tag der offenen Tür, der heuer bereits zum 19. Mal stattfindet.

Zum Jahresabschluss treffen wir uns nach mehreren Jahren wieder in Salzburg. Zum Pflegen internationaler Kontakte gibt es auch heuer wieder Gelegenheit. Im Juni findet ein Wanderwochenende in den Pyrenäen statt, und Ende September / Anfang Oktober gibt es den Kongress "Stottern & Selbsthilfe" der Deutschen Bundesvereinigung in Wiesbaden.

Auch darüber hinaus wünsche ich allen *dialog*-LeserInnen viele spannende und positive Momente in diesem noch jungen Jahr 2016.

*Andrea Grubitsch, Obfrau*

## Einladung zur 25. Mitgliederversammlung am Samstag, 28 Mai 2016 um 9.00 Uhr

**Zeit:** 28.05.2016, 9.00 bis 12.00 Uhr

**Ort:** Litz – Erlebnishaus am Attersee, Wagnerstraße 15, 4863 Seewalchen

### Tagesordnungspunkte:

1. Begrüßung
  2. Tätigkeitsbericht des Vorstandes
  3. Bericht der Rechnungsprüfer
  4. Entlastung des Vorstandes
  5. Abstimmung über Anträge
  6. Allfälliges und Diskussion
- **Mitglieder, die als Tagesgäste zur Mitgliederversammlung anreisen, werden zum Mittagessen eingeladen.**

Die Mitgliederversammlung ist ohne Rücksicht auf die Anzahl der Erschienenen beschlussfähig.

Anträge können bis zum Beginn der Mitgliederversammlung schriftlich eingebracht werden.

Jedes Mitglied hat eine Stimme. Die Übertragung höchstens eines Stimmrechtes auf ein anderes Mitglied im Wege einer schriftlichen Bevollmächtigung ist zulässig.

*Für den Vorstand: Andrea Grubitsch, Obfrau*

### "Walk an Talk" in den Pyrenäen

Die Initiative "Self-Impowerment Programme" plant vom 15. bis 22. Juni eine Wanderwoche für Stottende. Auf der Homepage [www.stammeringresearch.org/pyreneeswalk](http://www.stammeringresearch.org/pyreneeswalk) gibt es ausführliche Informationen dazu in englischer Sprache. "A week of walking, talking, and sharing in the French Pyrenees for people who stutter."

## Aktivitäten der ÖSIS 2015

Februar	Subventionsbelegung für das vergangene Jahr und Subventionsanträge für das laufende Jahr / Verein – Reinhard Wieser, Martina Assmus
April	Subventionsanträge für das Therapiecamp 2015 – Martina Assmus, Reinhard Wieser Spendenbriefe für das Therapiecamp 2015 – Martina Assmus
März	Neugestaltung Büro – Martina Assmus
12.03.	SHG Graz: Termin mit ORF-Redakteurin wegen Karlich-Show – Andrea Grubitsch
07.05.	Teilnahme am Tag der Selbsthilfe in Innsbruck – Martina Assmus, Georg Goller
Juni	Gestaltung und Versand des <b>Sommerbriefes</b> an alle Mitglieder – Martina Assmus
18.09.	Neuer Anstrich fürs Büro – Georg Goller
Oktober	Interviews "Standard" und "Tiroler Tageszeitung", Bericht im Standard am 26.10. "Stottern: Wenn das Telefonieren zur Folter wird" / Spendenanfragen / Ankündigung des Weltstottertages auf den Infoscreens in den Bussen der Innsbrucker Verkehrsbetriebe am 22.10. / Bericht in "Innsbruck informiert" – Georg Goller
22.10.	18. <b>Tag der offenen Tür</b> in unserem Büro aus Anlass des Weltstottertages unter dem Motto „Education, Cooperation, Communication!“ mit 26 Besuchern – u. a. Frau Bürgermeisterin Oppitz-Plörer, Andrea Grubitsch, Herwig Pöhl, Stefan Notnagel, Martina Assmus, Markus Preinfalk, Thomas Kupetz, Lisa Bauernfeind, Anton Prabitz, Dorothea Preinfalk, Georg Goller und viele mehr. Verleihung der Ehrenmitgliedschaft an Frau Dr. phil. Ev Wieser
22.10.	Info-Stand in der Rathausgalerie Innsbruck mit Plakat "Stottern- Ja bitte!" und neuem Transparent zum Weltstottertag – Georg Goller
10./11.10.	Präsentation der ÖSIS in Niederwölz – Robert Petz, Thomas Kupetz, Lisa Bauernfeind
24.10.	Treffen zur Therapiecamp-Vorbereitung betreffend Logopädie – Martina Assmus, Andrea Grubitsch, Günther Dengg, Cornelia Schablinger
28.11.	<b>Weihnachtsfeier</b> im Restaurant Dionysos Nosh in Wien – Organisation: SHG Wien, (23 Teilnehmer, davon 7 Nichtmitglieder)
laufend	<b>dialog</b> - zwei Ausgaben - Andrea Grubitsch, Markus Preinfalk, Martina Assmus <b>dialog-Versand</b> – Auflage 700 Stück – Martina Assmus <b>Dokumentationsmappen</b> aller Veranstaltungen, vor allem der <b>Therapiewoche</b> mit Fotos und Berichten von Teilnehmern und Presse – Martina Assmus <b>Mitgliederverwaltung</b> - Alois und Elisabeth Preinfalk, Martina Assmus <b>Buchhaltung</b> – Reinhard Wieser Homepage <a href="http://www.stotternetz.at">www.stotternetz.at</a> / <a href="http://www.oesis.at">www.oesis.at</a> – Andrea Grubitsch <b>Beratung und Information</b> von Betroffenen - alle Kontaktpersonen, Martina Assmus <b>Vorstellung von Büchern/DVDs</b> für Homepage und "dialog" - Andrea Grubitsch <b>Therapie-Informationsbroschüre online</b> – Andrea Grubitsch <b>Versand von Büchern und Info-Materialien</b> – Martina Assmus Aktualisierung von <b>Foldern</b> und <b>Infomaterial</b> – Andrea Grubitsch, Martina Assmus Aktualisierung und Betreuung der <b>Bibliothek</b> – Martina Assmus
Jänner bis Dez.	Das <b>ÖSIS-Büro</b> war 20 Wochenstunden besetzt – Sekretärin Martina Assmus Medienkontakte und Öffentlichkeitsarbeit mit Schwerpunkt <b>"Therapiewoche"</b> <b>Auslandskontakte</b> mit ELSA, IFA und ISA – Markus Preinfalk Kontakt und <b>Erfahrungsaustausch</b> mit TherapeutInnen Mitgliedschaft in der <b>"ARGE Selbsthilfe Österreich"</b> – österreichweite Vernetzung
ab Juni	Beginn der Vorbereitung für das geplante Ehemaligentreffen "Sommercamp Navis" im Juni 2016 – Robert Petz, Lisa Bauernfeind
11.04.	<b>"Die drei Säulen des flüssigen Sprechens"</b> – Alfred Sumetshammer, Kurt Pichler Traunkirchen, Oberösterreich – 12 TeilnehmerInnen
10.10.	Innsbruck, Tirol – 22 TeilnehmerInnen

- 03.06. – 07.06. **Begegnungswochenende - Organisation Martina Assmus**  
15. Begegnungswochenende in Litzlberg am Attersee mit 33 TeilnehmerInnen und 18 Tagesgästen zur 25-Jahrfeier
- 04.06. Workshop "Van Ripen" – Bernhard Richter, Mario Gusenbauer, 6 TeilnehmerInnen  
05.06. Workshop "Hausdörfer" – Hans Brinninger, 15 TeilnehmerInnen  
05.06. Freizeitveranstaltung "Geocaching" – Gabi und Mario Gusenbauer  
06.06. Workshop "Ropana" – Roland Pauli, 11 TeilnehmerInnen
- 06.06. nachmittag **Festveranstaltung "25 Jahre ÖSIS"**  
Präsentation "25 Jahre ÖSIS" – Lisa Bauernfeind, Thomas Kupetz  
Ansprachen: Andrea Grubitsch, Doris Hackl, Georg Goller, Markus Preinfalk, Mag. Wolf Dorner, Landtags-Abgeordnete Gisela Peutlberger-Naderer, Dr. Ev Wieser  
Vorstellung **Festschrift 25 Jahre ÖSIS** – Doris Hackl  
Kaffee und Torte, Buffet, gemütlicher Ausklang
- 07.06. 24. Mitgliederversammlung mit Neuwahlen, mit 15 TeilnehmerInnen
- Therapie-Feriencamp – Organisation: Martina Assmus**
- 25.07. – 01.08. 11. Therapie-Feriencamp für Kinder und Jugendliche am Attersee  
Therapeutische Leitung: Logopäde Günther Dengg  
Logopädische Unterstützung: Cornelia Schablinger, Sandra Fröller  
Pädagogische Leitung: Dorothea Preinfalk und Toni Prabitz,  
mit Unterstützung von Stefan Nothagel,  
mit 10 teilnehmenden Kindern und Jugendlichen
- 01.08. Besuch und Gespräche – Andrea Grubitsch, Martina Assmus  
Rückschau und Vorschau auf das Therapie-Feriencamp 2015/2016
- SHG Innsbruck – Georg Goller**  
Zurzeit keine Gruppenabende, auf Wunsch auch nur Freizeittreffen
- SHG Linz – Organisation: Thomas Kupetz**
- 06.01. Jahresauftakt mit gemeinsamem Essen  
Jänner bis Dez. Gruppenabende an jedem ersten Dienstag im Monat  
laufend Übungstreffen auf Skype, mehrmals im Jahr  
12.07. Freizeitaktivität: Minigolf in Linz  
02.12. Infostand bei "Freizeit ohne Grenzen", Wels – Andrea Grubitsch, Norbert Kriechbaum  
03.12. Infostand zum Tag der Menschen mit Behinderungen im LDZ (Landesdienstleistungszentrum des Landes Oberösterreich) in Linz – Andrea Grubitsch, Lisa Bauernfeind
- Kärnten – Kontaktperson Andrea Arzmann-Schnitzer**  
laufend Beratung von Betroffenen und Eltern in Kärnten
- Steiermark – Kontaktperson Mario Gusenbauer**  
laufend Beratung von Betroffenen in der Steiermark
- SHG Graz – Organisation: Martin Pojer**
- Jan. bis Juni 14tägige Treffen bis Juni an jedem zweiten Donnerstag, danach keine weiteren Treffen, da keine weitere Finanzierung der Räumlichkeiten im SBZ Leechgasse durch das Land Steiermark (Homepage: <http://stotter-management-graz.webnode.at/>)  
12.03. Treffen mit ORF-Redakteurin wegen Teilnahme an der Barbara Karlich-Show – Robert Petz, Martin Pojer, Andrea Grubitsch  
29.05. Auftritt bei der Barbara Karlich-Show – Robert Petz



	<b>Steiermark – Aktivitäten: Georg Faber</b>
laufend	Elternberatung österreichweit, Beratung von steirischen Betroffenen
	<b>SHG Wien – Organisation: Alfred Müller und weitere Mitglieder der SHG</b>
Jänner bis Dez.	Gruppenabende einmal monatlich an einem Mittwoch
ab Mai	Lesekreis – Tina Mittelmeier
	<b>Salzburg – Kontaktperson: Stefan Nothnagel</b>
04.07.	Interview mit Bericht in den Salzburger Nachrichten
	<b>SHG Vorarlberg – Organisation: Alexander Schertler</b>
ab November	Gruppenabende in Dornbirn

### Freizeit ohne Grenzen "Begegnung, Freundschaft, Lebensfreude"

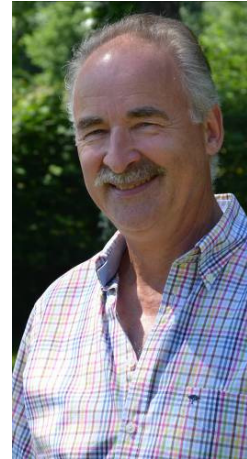
Am **2. Dezember 2015** fand in der Stadthalle Wels die Veranstaltung "Freizeit ohne Grenzen" statt. Es gab Infostände, Beratung über Freizeitmöglichkeiten in Oberösterreich und eine Ausstellung von Sportgeräten. Bei der Abendveranstaltung berichteten Menschen mit Behinderungen über ihre Aktivitäten, Live-Musik und das integrative Showprogramm rundeten den Abend ab. *Norbert Kriebbaum* und *Andrea Grubitsch* betreuten den ÖSIS-Stand.



Die "**Flying Edis**" sind eine integrative Turn- und Akrobatikgruppe, bei der sich persönliche Höchstleistungen in die enorme Gesamtleistung der Gruppe harmonisch einfügen.

## Ropana Seminar und Fortbildung von Samstag, 16. bis Sonntag, 17. April 2016

Ort:	8020 Graz, Marienplatz 1, im <i>blueLAB</i> , in unmittelbarer Nähe zum Bahnhof
Seminarzeiten/-dauer:	Samstag 9:30 - 12:30, 14:00 - 16:00 und 16:30 - 19:00 Uhr Sonntag 9:30 - 12:30 Uhr / 14 UE (Unterrichtseinheiten)
Referent:	Roland Pauli, Begründer der Ropana®-Methode, Tennislehrer, früherer sehr starker Stotterer <i>www.ropana.de</i>
Fortbildungspunkte:	<b>Es werden 7 Punkte für das Fortbildungszertifikat von logopädieaustria angerechnet.</b>
Kosten:	€ 190,00 für LogopädInnen und SprachheillehrerInnen € 150,00 für stotternde Teilnehmer € 125,00 für stotternde Mitglieder der ÖSIS Verpflegung/Übernachtung auf eigene Kosten
Seminarorganisation:	Österreichische Selbsthilfe-Initiative Stottern (ÖSIS)
Anmeldung:	im ÖSIS-Büro, Tel. 0512 584869, <i>oesis@stotternetz.at</i>
Bankverbindung:	Österreichische Selbsthilfe-Initiative Stottern RLB Tirol, IBAN: AT78 3600 0000 0061 5096
Teilnehmerzahl:	maximal 12 Personen



Die Ropana®-Methode ist ein mentaler Weg aus dem Stottern, wobei frühere Ängste, Frustrationen, Scham- und Minderwertigkeitsgefühle nach und nach abgebaut und eine neue Identität gefunden werden können. Mit dieser überwiegend mentalen, d.h. gedanklichen Methode, die ihren Ursprung im Leistungssportbereich hat, kann das Sprechen angstfrei in geordnete Bahnen gelenkt werden. Durch Schulung der eigenen Wahrnehmung können auftretende Anspannungen in der stimmgebenden Muskulatur gezielt herunter geregelt werden. Durch regelmäßiges Lesen und Umsetzen der autosuggestiven und wohltuenden Leitsätze wird das Unterbewusstsein in die gewünschte Richtung eines individuellen und flüssigen Sprechens gebracht.

Da Stottern oft mit Versagensangst besetzt ist, wird diese durch das Prinzip der Nachbereitung nach und nach reduziert. Bei Stotterereignissen sollte im Übungsraum abgesetzt werden, weil in diesem Moment ein direkter Zugang zum Unterbewusstsein möglich ist, um sich dann nach einer kleinen Pause einen neuen Versuch mit verbesserter mentaler Vorbereitung zu gönnen. Wenn das Sprechen nach mehreren Neustarts immer noch nicht ganz flüssig sein sollte, kann trotzdem weiter gesprochen werden. Danach sollte allerdings auf eine kurze Besinnungspause, das natürliche Atmen und eine angepasste Sprechgeschwindigkeit geachtet werden. Das natürliche Atmen wird mit Hilfe von Wahrnehmungsübungen trainiert und später immer wieder bewusst eingesetzt, bis es sich automatisiert hat.

Die gestotterten Wörter oder Sätze, an die man sich noch erinnern kann, werden in Pausen oder spätestens am Abend alleine an einem ungestörten Ort intensiv mehrmals flüssig vor sich hin gesprochen, positiv verstärkt und dadurch mit der vorherigen Situation verknüpft. Die Amygdala, das Zentrum unserer Emotionen und der Furcht, die sich in einem Teil des limbischen Systems in unserem Gehirn befindet, wird künftig weniger in die Sprechmotorik feuern, wenn die Umstände im Nachhinein als weniger verhängnisvoll oder bedrohlich eingestuft und in der Nachbereitung flüssig gesprochen wurde. Die Teilnehmer können bald feststellen, dass sie ihrem Stottern nicht mehr hoffnungslos ausgeliefert sind, sondern schon nach kurzer Zeit ihr Sprechen bewusst selbst gestalten können. Mit den sprachlichen Erfolgen erwächst von selbst der Wunsch, auch frühere angstausslösende Situationen nach und nach im Alltag zu meistern. **Ein Schwerpunkt wird sein, Vorträge zu halten.**

Die Fortbildung findet im Rahmen eines Ropana®-Seminars für Jugendliche ab 16 Jahren und Erwachsene statt, d.h. die TeilnehmerInnen werden in alle Übungen mit eingebunden, was erfahrungsgemäß beiden Gruppen große Vorteile bringt. Gerne können wieder eigene Klienten mitgebracht werden. Das hat sich bei bisherigen Fortbildungen als sehr bereichernd erwiesen.

## Einladung zum 1. Ehemaligentreffen der Sommercamp-Teilnehmer NAVIS



Es sind jetzt schon einige Jahre vergangen, seitdem wir bei der Stottertherapie mit *Herwig Pöhl* und *Frank Herziger* im *Naviserhof der Familie Pixner* waren.

Wir, **Robert Petz** und **Lisa Bauernfeind**, dachten uns, es wäre wieder einmal schön, einige (oder auch viele) Teilnehmer der Sommercamps von 1999 bis 2010 bei einem langen Wochenende zu treffen und laden daher recht herzlich zu unserem 1. Ehemaligentreffen in Navis ein.

- Wann: **Freitag, 13. Mai bis Montag, 16. Mai 2016 (Pfingsten)**  
 Wo: Navis/Brenner, Naviserhof, Familie Pixner, Außerweg 19b
- Kosten: 3 Nächte Vollpension  
 Mitglieder der ÖSIS € 80,00 / Nichtmitglieder € 126,00
- Anmeldung: bei der Österreichischen Selbsthilfe-Initiative Stottern (ÖSIS)  
 E-Mail [oesis@stotternetz.at](mailto:oesis@stotternetz.at) oder Telefon 0512 584869
- Rückfragen: *robertpetz@gmx.at* oder *bauernfeind\_lisa@yahoo.de*  
 Anmeldeschluss: 31. März 2016

### Programmablauf:

- Freitag: Anreise bis 17:00 Uhr,  
 gemeinsames Abendessen,  
 Vorschläge zur Freizeitgestaltung  
 werden gesammelt und besprochen
- Samstag: Freizeitaktivität nach Absprache
- Sonntag: Freizeitaktivität nach Absprache
- Montag: gemeinsames Mittagessen und Abreise

Auf Euer Kommen freuen sich  
 die ehemaligen Sommercamp-Teilnehmer

*Lisa Bauernfeind und Robert Petz*



## Start frei

**für lustige, peinliche, diskriminierende, ermunternde, fröhliche, sinnliche Erlebnisse.....**

Ich möchte folgendes Erlebnis mit Euch teilen: Ich war mit meiner Tochter vor kurzem in einem großen Einkaufszentrum nahe Wien. Beim Einkaufsbummel sah ich ein ca. 3-jähriges Mädchen, alleinstehend, einsam und verlassen, inmitten der "Kaufrauschigen". Niemand sah bzw. erkannte ihre Not. Es war anscheinend mir vorbehalten, sie zu sehen und so sprach ich sie an. Sie vermochte sich nur nonverbal zu artikulieren. Im nächsten Augenblick kam eine nette, junge, kinderfreundliche Verkäuferin in meine Nähe. Ich bat sie, sich dieses Kindes anzunehmen. Kurz darauf hörte ich per Durchsage den Aufruf, die Eltern des Kindes mögen sich melden. Ich war darüber sehr erleichtert und versuchte die Situation zu reflektieren: Auch ich könnte einer der "Kaufwütigen" sein, auch mir könnte als Elternteil, in Kaufhäusern, mein Kind verloren gehen.

Ich bin fest davon überzeugt, dass in mir eine ganz tiefe Verletzung etwas geheilt wurde.

*Georg*



## 16. Begegnungswochenende der ÖSIS von Mittwoch, 25. bis Sonntag, 29. Mai 2016

Nach einem ereignisreichen Jahr 2015 haben wir beschlossen, unser Begegnungswochenende im Jahr 2016 ganz gemütlich zu gestalten. Heuer bieten wir folgende **vorab zu buchende Freizeitaktivitäten** an. **Bitte bis 15. April 2016 für diese Aktivitäten bei uns anmelden!**

**Bogenschießen:** Es vereint Spaß mit Konzentration und wird nicht umsonst die "Kunst des Loslassens" genannt. Dauer: 2,5 Stunden am Samstagnachmittag / Kosten: € 14,00 pro Person.

**Hoch- und Niederseilelemente im Waldseilgarten:** Vertrauen und Verantwortung werden – ob hoch oben oder am Boden – hautnah erlebt. Dauer: ½ Tag am Freitag / Kosten: € 18,00 pro Person.

**Ort:** Erlebnishaus Litz, Wagnerstraße 15, 4863 Seewalchen  
**Zeit:** ab Mittwoch, 25. bis Sonntag, 29. Mai 2016  
**Teilnehmerzahl:** bis max. 30 Personen, Unterbringung in Zwei- bis Mehrbettzimmern, Einzelzimmer sind nur begrenzt und mit einem Aufschlag von € 10,00 pro Person/Nacht möglich.

<b>Kosten:</b>	4 Nächte VP incl. Ortstaxe Mitglieder	€ 200,00
	4 Nächte VP incl. Ortstaxe Nichtmitglieder	€ 250,00
	3 Nächte VP incl. Ortstaxe Mitglieder	€ 150,00
	3 Nächte VP incl. Ortstaxe Nichtmitglieder	€ 190,00
	Einzelzimmerzuschlag (sofern verfügbar) pro Nacht	€ 10,00
	Kinder bis 6 Jahre kostenlos	
	4 Nächte Kinder und Jugendliche 7 bis 20 Jahre	€ 120,00
	3 Nächte Kinder und Jugendliche 7 bis 20 Jahre	€ 90,00

**Anmeldung:** bis spätestens 01. Mai 2016 im ÖSIS-Büro, [oesis@stotternetz.at](mailto:oesis@stotternetz.at)

**Bankverbindung:** Österreichische Selbsthilfe-Initiative Stottern  
IBAN: AT78 3600 0000 0061 5096

Bei Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln kann die Abholung vom Bahnhof Attnang-Puchheim vereinbart werden. Eine Wegbeschreibung sowie eine Teilnehmerliste zur Bildung von Fahrgemeinschaften senden wir Ende Mai zu.

Wir laden alle Stotternden, deren Freunde und Verwandte zu dieser Veranstaltung ein. Je nach Wetterlage werden wir baden, eine Schiffsrundfahrt machen, beim *Geocaching* versteckte Schätze finden, uns abends beim Lagerfeuer treffen oder einfach nur das Zusammensein genießen.

Die Anmeldung wird verbindlich durch rechtzeitige Überweisung der Teilnahmegebühr. Wir bitten aufgrund der begrenzten Anzahl von Plätzen um eine frühzeitige Anmeldung. Organisatorische Informationen und eine Wegbeschreibung versenden wir nach Zahlungseingang.

### Zeitplan und Aktivitäten

Mittwoch:	17.00 Uhr	Anreise
	18.00 Uhr	Abendessen
	20.00 Uhr	Kennen lernen, Unterhaltung, Spiele
Donnerstag:		Freizeitaktivität nach Absprache
Freitag:		Große Gemeinschaftsrunde mit Erfahrungsaustausch
		Hoch- und Niederseilelemente halber Tag
		Bei schönem Wetter Lagerfeuer / Grillen
Samstag:		25. Mitgliederversammlung am Vormittag
		Bogenschießen am Nachmittag ca. 2,5 Stunden
Sonntag		Freizeitaktivität nach Absprache
		Gemeinsames Mittagessen
		Gemütlicher Ausklang und individuelle Abreise

Wir freuen uns auf viele Anmeldungen!

*Martina Assmus und Andrea Grubitsch*

## Einladung zum Seminar

## Die drei Säulen des flüssigen Sprechens Zum Sprecherfolg durch kombinierte Ansätze

- Termin:** 24. September 2016, Uhrzeit: 9 – 17 Uhr
- Ort:** AMIDA-Zentrum, Neubaugasse 12-14/2/Mez/14, 1070 Wien
- Kosten:** **50,00 Euro** für TherapeutInnen/LogopädInnen/SprachheillehrerInnen  
**Für diese Veranstaltung werden 5 Punkte für das Fortbildungszertifikat von logopädieaustria angerechnet.**  
**25,00 Euro** für Betroffene  
 Begleitpersonen von Betroffenen **kostenlos**  
 Kosten für Verpflegung und ggf. Übernachtung sind separat zu zahlen
- Anmeldung:** Österreichische Selbsthilfe-Initiative Stottern (ÖSIS)  
 E-Mail: [oesis@stotternetz.at](mailto:oesis@stotternetz.at), Telefon: 0512 584869
- Bankverbindung:** Raiffeisen-Landesbank Tirol AG  
 IBAN: AT78 3600 0000 0061 5096
- Teilnehmer:** Therapeuten  
 Stotternde ab 16 Jahre  
 und Interessierte
- Vortragende:** Alfred Sumetshammer  
 DI Dr. Kurt Pichler

**Inhalt:**

Das Seminar ist so aufgebaut, dass zunächst mit *Tönendem Sprechen in Abschnitten* nach der Lehre von Oskar Hausdörfer und Ronald Muirden begonnen wird. Erfahrungsgemäß können dabei fast alle Stotternden sehr schnell eine hohe Sprechflüssigkeit erlangen. Mit diesem positiven Gefühl werden weitere Methoden erarbeitet, die vor allem das Ziel haben, Sprechängste abzubauen und den ‚Ich kann sprechen‘-Gedanken zu stärken (EFT, Autosuggestion, ROPANA®).

Zum Abschluss des Seminars kann noch besonderes Augenmerk auf den Transfer des Erlernten in den Alltag gelegt werden. Aus Sprechmisserfolgen wird ein Sprecherfolg erarbeitet. Dies geschieht beispielsweise im Rahmen von Rollenspielen, aber auch in tatsächlichen Alltagssituationen.

- Wir bitten aufgrund der begrenzten Anzahl von Plätzen um eine frühzeitige Anmeldung.
- Zur Vorbereitung auf das Seminar den Bericht "Der Alltag ist die Therapie" durchlesen und einen ausgedruckten Bericht zum Seminar mitnehmen.
- Gerne sind wir bei der Suche nach einer Übernachtungsmöglichkeit behilflich.
- Bitte einen Block und einen (Kugel-)Schreiber für Notizen mitnehmen.
- Auf Euer Kommen freuen sich Alfred Sumetshammer und Kurt Pichler.

### Büchertipps zum Seminar:

Von Stottern und Sprechangst zu natürlichem Sprechen nach Oskar Hausdörfer / Natürliches Sprechen befreit vom Stottern / Die Befreiung von Stottern durch Autosuggestion / Leichter sprechen und sich wohler fühlen / Stotternde entdecken Sprechfreude / Natürlich sprechen lernen / Durch Nacht zum Licht / Das wunderbare Schmerzen Weg Buch / Autosuggestion / Nie wieder Angst

## Erlebnisberichte zum Seminar in Innsbruck "Die drei Säulen des flüssigen Sprechens"

Am **10. Oktober 2015** fand das Seminar im Innsbrucker Rathaus statt und war mit 22 TeilnehmerInnen gut besucht. Hier ein paar Berichte und Fotos. Der nächste Termin ist am 24. September in Wien.



Ich freue mich, dass Alfred und Kurt erstmalig ihr Seminar "die 3 Säulen des flüssigen Sprechens" für Logopädinnen/en in Innsbruck angeboten haben. Ganz schön mutig. Viele Kolleginnen haben mir sehr positive mündliche Rückmeldungen gegeben. Wie zum Beispiel: "Die Betroffenen wissen einfach wovon sie sprechen und es war sehr eindrucksvoll, Alfred und Kurt in ihrer Unterschiedlichkeit als Person und in ihrem Umgang mit dem Stottern zu erleben."

Danke für den Mut und die Authentizität. Weiterhin viel Erfolg und beste Wünsche!

*Gundula Leinfellner*

Für mich war es ein Tag voller Inspirationen! Sehr berührend war die authentische Darstellung der beiden Vortragenden, das Vermitteln ihrer ganz persönlichen "Technik". Betroffene sind, wenn sie nicht im Selbstmitleid verharren ("unsere" nicht!!), besondere Lehrmeister!

Ich werde einige Aspekte in meine Arbeit einbringen. Herzlichen Dank!

*Petra Knoflach*

Wir sind am 10. Oktober früh morgens mit einiger Erwartung nach Innsbruck gefahren. Wir kamen ein wenig zu spät, weil wir den Veranstaltungssaal nicht gleich gefunden haben.

Als wir dann angekommen waren, fühlte ich mich sehr schnell wohl in der Runde. Es war nämlich die Freiheit da, etwas zu sagen oder auch nichts. Die Vorträge waren interessant für mich, weil der Inhalt für mich neu war. In einer Pause hatten ich und Samuel die Gelegenheit, mit Alfred Sumetshammer persönlich zu reden. Es klang alles sehr glaubwürdig, weil kein perfektes Konzept vorgestellt wurde, sondern verschiedene Therapieansätze, die nicht gegeneinander ausgespielt wurden. Die Referenten haben offen über Erfolge und Misserfolge im Alltag gesprochen und wie sie damit umgehen.

Samuel hatte am Nachmittag die Möglichkeit, ein Referat vorzubereiten und dann auch vorzutragen. Und es ist ihm gut gelungen. Am späten Nachmittag haben wir uns dann in einer herzlichen Atmosphäre von allen verabschiedet.

Ich möchte den Referenten, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern und den Organisatoren von ÖSIS für dieses Seminar danken.

*Herbert und Samuel Lins*

**12. Therapie-Feriencamp in den Sommerferien 2016  
für stotternde Kinder und Jugendliche von 8 bis 18 Jahren  
im Erlebnishaus Litz in Litzlberg am Attersee**

**mit qualifizierter Betreuung in Therapie und Freizeit!  
Samstag, 23. Juli 2016 bis Samstag, 30. Juli 2016**

**Team Therapie:****Therapieleiter:**

Günther Dengg (Logopäde und Behindertenpädagoge)

Cornelia Schablinger (Logopädin)

**Weitere Betreuung:** Logopädie-PraktikantInnen

Die methodenkombinierte Stottertherapie wird in der großen Gruppe und in Kleingruppen stattfinden, sie wird begleitet und aufgelockert durch viele Spiele (Gruppenfindungsspiele, Kommunikationsspiele, Spiele zur Entspannung,...). Wechselnde Orte werden uns herausfordern sich an die veränderten Bedingungen anzupassen.

**Team Freizeit:****Sozialpädagogische Leitung:**Mag. Dorothea Preinfalk und Mag. Toni Prabitz  
unterstützt durch Stefan Nothnagel

Außerhalb der Therapiezeiten werden wir unsere Freizeit auf verschiedenste Weise gestalten. Mit im Programm sind gruppenspezifische Spiele, kleine Einheiten zum Thema Selbstwahrnehmung und Selbstvertrauen, aber auch ganz Vieles, das Spaß macht: Disco, Ballspiele, Lagerfeuer, ev. Nachtwanderung (je nach Witterung). Abwechslungs- und erfahrungsreich, sowie spannend und erholsam soll es bei uns zugehen. Wir freuen uns auf jeden Teilnehmer, der unser Programm bereichert!

**Programmablauf:****Samstag:**

- Anreise bis 11.30 Uhr, Begrüßung und gemeinsames Mittagessen  
**Eltern, die gerne am Mittagessen teilnehmen möchten, können dies im Anmeldeformular vermerken! Für die Kinder und jugendlichen Teilnehmer ist das Essen inklusive.**
- 13.00 – 17.00 Uhr: verpflichtendes Elterngespräch
- 13.00 – 15.30 Uhr: Elterngruppe (Raum für Information und Austausch)
- 17.00 – 18.00 Uhr: erste Gruppentherapie

**Sonntag**

- Gemeinsames Kennenlernen

**Montag/Dienstag/Mittwoch/Donnerstag/Freitag:**

- Therapie (ca. 6 Stunden täglich)
- Freizeit (unter qualifizierter Aufsicht mit Spiel und Spaß, Basteln, Malen, Schwimmen im See mit eigenem Anlegesteg, Musik und Sport ...)
- Einer dieser 5 Tage ist therapiefrei, d. h. Ausflug oder Freizeitgestaltung ganztägig

**Samstag:**

- × 8.00 bis 12.00 Uhr: verpflichtende Eltern-Abschlussgespräche  
**(Eltern Frühstück bitte anmelden!)**
- × Abreise nach Bedarf/kein Mittagessen



- Aufenthaltskosten:** von Samstag/Mittagessen bis Samstag/Frühstück  
für **Mitglieder ab 2013 und eher** € 245,00 je Teilnehmer Vollpension  
für **Mitglieder ab 2014** € 255,00 je Teilnehmer Vollpension  
für **Mitglieder ab 2015** € 265,00 je Teilnehmer Vollpension  
für **Nichtmitglieder** € 300,00 je Teilnehmer Vollpension
- Therapiekosten:** 25 Stunden Gruppentherapie und Einzelgespräche,  
Erst- und Abschlussgespräch  
Die Abrechnung erfolgt **ab sofort** nur noch über den **therapeutischen Leiter unseres Camps, Herrn Log. Günther Dengg**. Informationen über die Rückerstattung Ihrer Krankenkasse, sowie allgemeine Informationen zur Therapie unter: [www.liz-steyr.at](http://www.liz-steyr.at), E-Mail: [guenther.dengg@liz-steyr.at](mailto:guenther.dengg@liz-steyr.at), Telefon: 0681 20595158
- Teilnehmerzahl:** ca. 15 bis 18 Kinder/Jugendliche
- Anmeldung:** **Anmeldeformular und weitere Unterlagen sind im ÖSIS-Büro erhältlich. Telefon 0512 584869, [oesis@stotternetz.at](mailto:oesis@stotternetz.at), auch zum Download auf [www.oesis.at](http://www.oesis.at)**
- Anmeldeschluss:** **30.05.2016**  
**Ende Erstgespräche bei Neuanmeldung:** **30.06.2016**

---

### Serviceemeile im LDZ am 3. Dezember 2015 10 Jahre Bundesbehindertengleichstellungsgesetz



An jedem **3. Dezember** wird der *Internationale Tag der Menschen mit Behinderungen* begangen. Aus diesem Anlass gibt es an diesem Tag im LDZ (Landesdienstleistungszentrum des Landes Oberösterreich) in Linz eine Serviceemeile mit Infos rund um Behinderung. Die ÖSIS war das erste Mal dabei, *Lisa Bauernfeind* und *Andrea Grubitsch* haben den Stand betreut.

**Vor 10 Jahren** sind das *Bundes-Behindertengleichstellungsgesetz* und wesentliche Schutzbestimmungen für Menschen mit Behinderung im *Behinderteneinstellungsgesetz* in Kraft getreten. Außerdem wurde die *Behindertenanwaltschaft* des Bundes eingerichtet.

Mit Beginn des Jahres 2016 ist die *zehnjährige Übergangsfrist für Barrierefreiheit* ausgelaufen. Barrierefreiheit muss von allen Unternehmen, die Waren und Dienstleistungen öffentlich anbieten, gewährleistet sein. Auch Informationen über Waren und Dienstleistungen müssen barrierefrei sein. Barrierefreiheit gilt weiters auch für öffentlich zugängliche Gebäude, z.B. Beratungsstellen, Dienstleister, Arztpraxen, Hotels, Einkaufszentren, Geschäfte, Gastronomiebetriebe, Gesundheits-, Kultur-, Bildungs-, Freizeit- und Sporteinrichtungen, Büro- und Wohngebäude, Banken, Versicherungen, Interessenvertretungen. Auch der öffentliche Verkehr muss barrierefrei sein, weiters Information und Kommunikation, z.B. auch Webseiten, Filme, visuelle Anzeigen im öffentlichen Raum.

Eine barrierefreie Gestaltung umfasst auch den Einbau von tastbaren Bodenleitsystemen, Aufmerksamkeitsfeldern vor Treppen und Schildern sowie akustische Systeme, kontrastreiche Kennzeichnung von Treppen und Glasflächen für blinde und sehbehinderte Menschen. Für schwerhörige und gehörlose Menschen gilt ein Gebäude als barrierefrei, wenn die Nachhallzeiten möglichst gering und Induktionsanlagen für Hörgeräte vorhanden sind und ausreichend optische Informationen - auch im Evakuierungsfall- zur Verfügung stehen. Für Menschen mit Lernbehinderung oder Migrationshintergrund sollen leicht verständliche Informationen vorhanden sein.



## Weltstottertag am 22.10.2015

Zum Welttag des Stotterns luden wir zum bereits 18. Mal ein zu einem Tag der offenen Tür im ÖSIS-Büro und zum ersten Mal zu einem Infostand in der Rathausgalerie Innsbruck.

*Verleihung der Ehrenmitgliedschaft an Frau Logopädin Dr. phil. Ev Wieser. Sie hat die Innsbrucker Gruppe von Anfang an unterstützt und begleitet, war Referentin und Teilnehmerin bei so manchem ÖSIS-Seminar. Liebe Ev, wir danken Dir für Deine mittlerweile über 30 Jahre währende Treue, und dass wir immer auf Dich zählen können!*

*Weitere Fotos: Besuch von Frau Bgm. Oppitz-Plörer, Infostand*



# Welt – STOTTER – Tag

## 22. Oktober

www.stotternetz.at



**Farbenhaus**  
Gasperl & Schladbeck  
Farben • Airbrush  
Künstlerbedarf  
Fachsenstraße 21 • 6020 Innsbruck  
www.gasperl-schladbeck.at



### "Stottern-ja bitte" Bericht über den Informationsstand am 22.10.2015

**Welt - STOTTER - Tag  
Innsbruck, Rathaus vor dem Bürger-Service**



*vor dem Infostand: Georg, Reinhard, Stefan, Lisa, Alexander*

Nachdem ich seit 1.1.2015 in Pension bin, finde ich Zeit und empfinde Lust, mich wieder für Anliegen stotternder Menschen einzusetzen. Auch im eigenen Interesse, meine Lebenszeit sinnvoll zu gestalten.

In mir kam der Impuls, einen Informationsstand vor dem Bürgerservice des Innsbrucker Rathauses zu machen. Und zwar: Gehen wir Betroffene einen Schritt auf unsere Mitmenschen zu. Ich verstand dies nicht als Konkurrenz zum ÖSIS-Büro-Angebot (Tag der offenen Tür), sondern als zweites Standbein.

Nach der erfolgreichen Sponsorensuche bei meinen Herkunftsgemeinden – Obertilliach und Nussdorf-Debant, gelang es mir auch noch eine Firma zu gewinnen, die die Kosten für das Transparent übernahm (siehe oben). Die Stadt Innsbruck bezahlte die Standgebühr. Danke allen nochmals. Leider konnte mir die Stadt Innsbruck den Wunsch – das Transparent am Bürgermeister-Balkon inmitten der Maria-Theresien-Straße anzubringen – nicht erfüllen. Die Alternative – die Frau Hitt (ein Berg an der Innsbrucker Nordkette) mit dem Schriftzug widerrechtlich zu bekleiden, konnte ich aus Zeitgründen nicht mehr durchführen!

Neben dem Artikel in der Tiroler Tageszeitung (Redakteurin Theresa Mair) vom 22.10.2015 unter der Rubrik "Lifestyle", bei dem ich 5 Fragen zu beantworten versuchte, kam auch völlig unerwartet die Journalistin Frau Katharina Mittelstaedt vom STANDARD zu unserem Informationsstand (siehe Artikel S. 17). In den Innsbrucker-Öffi-Infoscreens wurde ebenfalls vom Welt-STOTTER-Tag berichtet.

Die Anfragen deckten ein großes Spektrum ab. Angefangen von einer jungen, vom Stottern betroffenen Frau aus der Schweiz, über einen Vater bzw. Schwester eines Betroffenen bis zu einer jungen Familie, die sich erfrischend unbefangenen informierten. Auch einer Dipl. Logopädin und einer Psychotherapeutin konnten wertvolle Tipps gegeben werden. Nicht unerwähnt lassen möchte ich eine Wortspende einer betagten, älteren, fast geheimnisvollen Frau, die meinte: "Schulden abstottern"! Auch einige Bekannte und Verwandte kamen und viele Passanten nahmen von uns Notiz.



Frau Dr. Ev Wieser von der Hör-Stimm- und Sprachklinik in Innsbruck, einstige Geburtshelferin der 1. Selbsthilfegruppe für Stotternde, frisch ausgezeichnetes Ehrenmitglied der ÖSIS, beehrte uns mit ihrem Besuch. Toll fand ich auch, dass die Kollegin Doris, der Kollege Herwig und Manfred vorbeikamen. Der ÖSIS-Vorstand mit Obfrau Andrea Grubitsch, Kassier Reinhard Wieser, Markus Preinfalk, Mag. Dorothea Preinfalk mit Mag. Toni Prabitz und Sohn, Stefan Nothnagel aus Salzburg und unsere Sekretärin Frau Martina Assmus, kamen auch vorbei. Besonders angetan war ich über das Kommen von Lisa aus Oberösterreich und Alexander aus Vorarlberg, der eine Selbsthilfegruppe gründen will. Danke.



*musikalische Begleitung: Margret und Monika*

Auch die Selbsthilfe Tirol – vertreten durch Frau Heidi Kostenzer – bekundete die Wertschätzung durch ihren Besuch.

Danken möchte ich meiner Frau, die mich tatkräftig unterstützte und ihrer Musikfreundin Margret, die uns im Hintergrund musikalisch begleiteten (uneigennützig Zeitausgleich bzw. Urlaubstag genommen hatten). Fein war die Mithilfe und Unterstützung durch Frau Renate Gheri und den Kollegen Wilfried, der sehr feinfühlig und kommunikativ wirkte.

Ehrlich: ich bin positiv überrascht über so viele "Normalsprechende", die sich mit unseren Anliegen solidarisieren. Vielleicht können wir, die vom Stottern betroffen sind, uns an ihnen ein Vorbild nehmen, ja motivieren, sich Zeit zu nehmen, am 22. Oktober 2016 mitzumachen.

Für den nächsten Welt-Stotter-Tag 2016 nehme ich mir vor, die Vorbereitungen schon früher zu starten. Medial mehr abzudecken. Ein Transparent zeitgerecht im Zentrum von Innsbruck anbringen zu können, wäre ein Hit. Und das Größte wäre: ein Team von Betroffenen und Nicht-Betroffenen zu bilden, die Lust empfinden mitzumachen. **InteressentInnen können sich bereits jetzt bei mir melden.** Ich freue mich darauf, gemeinsam – statt einsam – den "Welt-STOTTER-Tag" – 2016 zu feiern.

*Georg Goller*

## Infostand am 10. und 11. Oktober 2015 beim Maxlaunmarkt

Robert, Thomas und Lisa waren heuer wieder mit einem Informationsstand auf dem Maxlaunmarkt in Niederwölz in der Steiermark vertreten. Der Ursprung des Marktes geht auf die Mitte des 15. Jahrhunderts zurück, seit dem Jahr 1536 wird er jährlich am zweiten Wochenende im Oktober zu Ehren des Pfarrpatrons Maximilian (*Maxlaun ist ein Murtaler Dialektausdruck für Maximilian*) abgehalten.



## Stottern: Wenn das Telefonieren zur Folter wird

*Wer stottert, würde oft am liebsten nur noch schweigen, sagt Georg Goller, Gründer der Österreichischen Selbsthilfe-Initiative Stottern (ÖSIS). Er selbst konnte lange Zeit aufgrund seines Handicaps nicht telefonieren.*

**Jeder hundertste Erwachsene stottert. Das sei eine enorme Belastung, werde gesellschaftlich aber völlig unterschätzt, sagen Betroffene.**

Das Telefon war früher ein Folterinstrument für ihn, sagt Georg Goller und hält inne. Nach einer kurzen Pause fährt er fort: "Eine Zeit lang dachte ich, der einzige Weg ist es zu schweigen, mich aus der sozialen Kommunikation völlig zurückzuziehen."

Goller stottert. Oder besser gesagt: Er leidet seit seiner Kindheit an dieser Sprechstörung. Der heute 62-Jährige hat deshalb bereits zahlreiche Therapien hinter sich. Vor 25 Jahren gründete er die Österreichische Selbsthilfe-Initiative Stottern (ÖSIS). Inzwischen bemerkt ein Außenstehender sein Leiden bloß noch, weil er manchmal in einem Satz kurz stockt, überlegt, erst dann wieder weiterspricht.



### Männer häufiger betroffen

Mit dem Problem ist er nicht allein: Rund ein Prozent der Erwachsenen leidet an Stottern – Männer häufiger als Frauen, aber unabhängig von ihrer Muttersprache, ihrem Kulturkreis oder einer sozialen Schicht. Aristoteles soll gestottert haben, genauso Isaac Newton, Winston Churchill, selbst Marilyn Monroe hatte in ihrem Privatleben mit der Sprechstörung zu kämpfen.

Stottern ist eine unwillkürliche Verkrampfung, durch die der Sprechablauf behindert wird. Die Verarbeitung von Nervensignalen und somit das Zusammenspiel von Atmung, Stimmgebung und Artikulation ist zeitweise gestört. Oft kommen krampfartige Körperbewegungen hinzu. Die Gründe für das Leiden sind vielfältig: Es können psychosoziale oder organische Faktoren sowie auch Vererbung eine Rolle spielen.

### Ein Hilferuf

Der Großteil der Betroffenen beginnt bereits im Vorschulalter mit dem Stottern, selten entwickelt sich das Handicap erst in der Pubertät oder im Erwachsenenalter – dann zumeist nach Traumata. "Stottern ist oft ein Hilferuf und eine massive Belastung, gesellschaftlich wird diese Sprechbehinderung aber nicht ernst genommen und oft eher belächelt", sagt Goller.

Ihm habe vor allem eine Psychotherapie geholfen, seine Sprechbehinderung zu akzeptieren und damit zu leben. Durch die Selbsthilfegruppe wisse er von mehreren Fällen, wo die Krankheit Menschen in den Suizid getrieben habe. "Psychologische Betreuung wird von der Krankenkasse nur teilweise übernommen. Der Zugang zu Therapie sollte wesentlich erleichtert werden."

### In die Augen schauen

Gollers Empfehlung für den Umgang mit stotternden Menschen: Nicht anders agieren als beim Sprechen mit "Normalredenden", dem Betroffenen Zeit lassen und ihm während der Unterhaltung in die Augen schauen. "Stottern schwächt das Selbstbewusstsein eines Menschen, darum sollte die Umgebung besonders achtsam sein."

Welche Begriffe oder Sätze Betroffenen besonders Schwierigkeiten bereiten, ist übrigens absolut individuell. Das Wort "Stottern" selbst sei aber jedenfalls eine Herausforderung, sagt Goller ganz flüssig – und grinst.

*Katharina Mittelstaedt (Quelle: Der Standard, 23.10.2015)*

## Buch-Neuerscheinung

<i>Buch</i>	<b>Wegweiser</b>
<i>Autor</i>	Martin Pojer
<i>Verlag</i>	Ursprungshof Verlag Kumberg
<i>ISBN</i>	978-3-200-04257-5
<i>Jahr</i>	2015 (212 Seiten, Taschenbuch)
<i>Preis</i>	€ 14,90 zzgl. Versandkosten <a href="http://verlag-ursprungshof.jimdo.com/shop/">http://verlag-ursprungshof.jimdo.com/shop/</a> € 6,00 (Kindle Edition)



### "Siebenundzwanzig Tage zurück zum Anfang"

Der Autor sagt Lebewohl zu seiner Arbeit, seinem bisherigen Leben und auch zum bisher Geschafften. Er hat vor, den Jakobsweg zu gehen und führt akribisch Tagebuch über seine Reise. Vom Tag Null, dem Flug nach Spanien, bis zum 27. Tag, der Ankunft beim Leuchtturm am *Kap Finisterre*. Dort, am "Ende der Welt", wo das Ende des *Camino a Fisterra* durch den Schlussstein markiert wird.

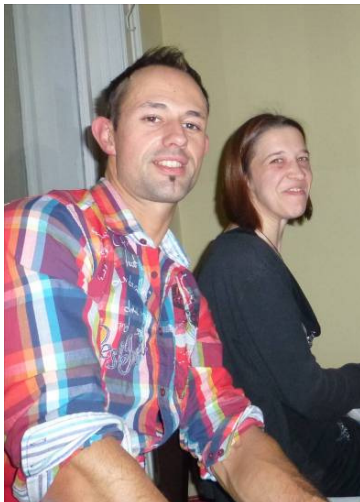
Er erzählt über die Menschen, die ihm auf seinem Weg begegnen, macht sich über sein bisheriges Leben Gedanken, erinnert sich an besondere Situationen, auch an Erlebnisse mit seinem Stottern. Beim *Cruz de Ferro* weiß er schließlich, was er nicht mehr weiter mit sich herumschleppen will – Angst, Zweifel, Rastlosigkeit. Und was ihn ab diesem Punkt seines Lebens begleiten soll: Stärke, Mut, Zuversicht und Ruhe.

Am Ende des Weges ist er bereit, die Vergangenheit hinter sich zu lassen und einem neuen Abschnitt seines Lebens entgegenzutreten: "Es war eine Reise, die mich zurück in die Vergangenheit führte, mir eine Ahnung von der Zukunft gab und mir in *Finisterre* den Weg in eine neue Richtung wies."

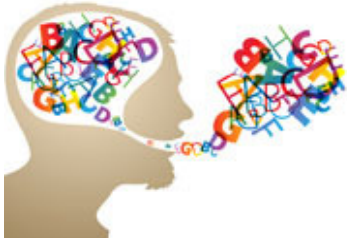
"Ein ehrliches, verrücktes, teilweise nicht jugendfreies und autobiographisches Buch."

## Fotos von der Weihnachtsfeier am 28. November 2015 in Wien

Wir trafen uns im Restaurant Dioniyos Nosh in angenehmer Atmosphäre bei orientalischkurdisch-mediterraner Küche.







## Tipps für die Kommunikation mit stotternden Personen

Auch wenn Stottern wie ein Problem wirkt, das man leicht lösen könnte, kann es für viele Erwachsene eine lebenslange chronische Beeinträchtigung sein. Folgende Tipps tragen zu einer guten Kommunikation mit Stotternden bei.

- 1) Gib keine Ratschläge wie: "Sprich langsamer", "Hol tief Luft" oder "Entspanne dich". Solche vereinfachenden Ratschläge können als entwürdigend wahrgenommen werden und sind nicht hilfreich.
- 2) Lass dein Gegenüber durch dein Verhalten wissen, dass du dich dafür interessiert, was gesagt wird und nicht wie es gesagt wird.
- 3) Halte natürlichen Augenkontakt und warte geduldig, bis dein Gegenüber fertig ist.
- 4) Versuche Worte oder Sätze nicht für dein Gegenüber zu beenden und auf eine entspannte Art und Weise zu sprechen - ohne unnatürlich zu wirken. Dies fördert gute Kommunikation.
- 5) Bedenke, dass Stotternde beim Telefonieren meist größere Probleme haben, ihr Sprechen zu kontrollieren. Sei geduldig. Wenn du den Hörer abhebst und nichts hörst, lege nicht gleich auf, sondern versichere dich, dass es sich nicht um eine Person handelt, die stottert.
- 6) Sprich auf natürliche, stressfreie Weise, dies trägt zu einer guten Kommunikation bei.

## Mythen über Stottern

**Mythos:** Personen, die stottern, sind dumm.

**Realität:** Es gibt keine Zusammenhänge zwischen Stottern und Intelligenz.

**Mythos:** Stottern wird durch Nervosität verursacht.

**Realität:** Stottern wird nicht durch Nervosität verursacht. Ebenso wenig sind stotternde Personen eher geneigt, nervös, ängstlich oder schüchtern zu sein. Unter Stotternden findet sich eine ebenso große Bandbreite an Persönlichkeitsmerkmalen wie unter jenen, die nicht stottern.

**Mythos:** Stottern ist übertragbar durch Zuhören und/oder Imitation.

**Realität:** Stottern ist nicht übertragbar. Niemand kennt die exakten Ursachen für Stottern, aber jüngste Forschungen legen nahe, dass die eigene Familiengeschichte (Genetik), die individuelle neuromuskuläre Entwicklung sowie die Umgebung eines Kindes, inklusive familiendynamischer Prozesse, eine Rolle beim Entstehen von Stottern spielen.

**Mythos:** Es ist hilfreich, einer Person zu raten "Hole tief Luft, bevor du sprichst" oder "Überlege was du sagen möchtest, bevor du sprichst".

**Realität:** Dieser Ratschlag hemmt eine Person, die stottert, nur noch mehr und verschlimmert das Stottern. Hilfreich ist es hingegen, geduldig zuzuhören und selbst langsam und klar zu sprechen.

**Mythos:** Stress verursacht Stottern.

**Realität:** Wie bereits erwähnt, sind bei der Entstehung von Stottern viele, komplexe Faktoren involviert. Stress ist nicht die Ursache von Stottern, kann Stottern aber sicherlich verschlimmern.



## Hörspiel "Irgendwie anders" von Simon Dworaczek

*Ein junger Mann, selbst Stotterer, Regisseur in Ausbildung am Max Reinhardt Seminar, hat in der Selbsthilfegruppe gefragt, ob sich Leute dazu bereit erklären, bei einem Hörspiel mitzumachen, Thema Stottern - Wie man uns Stotterer sieht, was man beim Telefonieren erlebt, was denkt man während des Stotterns, wie reagiert man auf uns, usw... Sebastian und ich haben zugesagt. Hier der Erlebnisbericht.*

Alexander

Unzählige Male fuhr ich mit dem Fahrrad den Radweg entlang mit den Gedanken im Hinterkopf: Da wirst du mal reingehen und in so ein Mikrofon sprechen. Bingo!

Und so war endlich auch ich im Funkhaus Wien in der Argentinierstraße, aber nicht als Teilnehmer einer Führung, nein – sondern als Laiendarsteller eines Hörspiels.

Sebastian und ich als professionelle Stotterer beim Sender Ö1. Simon bat uns, wir sollten so unbekümmert wie möglich ins Mikrofon sprechen. Kurz noch eine Sprechprobe ins Mikrofon.

Die Regler wurden eingestellt.

Und als Zeichen, dass wir beginnen können, sprach Simon: Viel Spass!

Aufnahme!

Und wir begannen den Text vom Blatt ins Mikrofon zu sprechen...

**Rückblende:** Es war wieder mal soweit, ein Selbsthilfegruppenabend war angesagt. Diesmal waren mehrere neue Leute anwesend, darunter ein junger Mann. Er hieß Simon Dworaczek, selbst Stotterer, der in Ausbildung zum Regisseur am Max-Reinhardt-Seminar eingeschrieben ist.

Die übliche Vorstellungsrunde hinter uns gebracht, kam er gleich mit dem Anliegen, dass er Stotterer braucht für sein Hörspielprojekt, welches das Thema Stottern behandelt. Vier Leute meldeten sich, darunter Sebastian und meine Wenigkeit.

Man blieb im E-Mail-Kontakt wegen des Termins zur Aufzeichnung am Max-Reinhardt-Seminar.

Der Tag für die Aufnahmen kam, Sebastian und ich trafen uns beim Seminar. Die Frage, wo die anderen zwei waren, die sich gemeldet haben, blieb unbeantwortet. Egal, zwei Profis reichen auch. Durch hohe Gänge gingen wir in ein Zimmer, welches mich an ein gewöhnliches Klassenzimmer erinnert hat. Und eine Schultafel war auch vorhanden. In mir stiegen alte Bilder hoch.

Drei Diktiergeräte standen bereit und Simon stellte uns vorbereitete Fragen, die wir nach Gutdünken beantworteten; seit wann stottert man, wie fühlt es sich dabei an, wie war es während der Schule, was denken die anderen über einen, usw...

Bisschen enttäuscht war ich, dass nicht die Schauspieler dabei waren, die man uns versprochen hat. Spätestens aber bei der richtigen Aufzeichnung im Studio würden wir diese aber kennenlernen.

Ja, die Fragerei hat doch so 2 Stunden gedauert, unglaublich wie schnell die Zeit vergehen kann, wenn man im Fluss ist. Simon erklärte uns noch, dass er aus all den Antworten eine Hörspielzusammenfassung ausarbeitet und mittels Szenen diese als Hörspiel aufnehmen will.

### Der Tag beim Sender

Wir schreiben den **10. November 2015**. Geplant sind 4 Stunden Aufnahmezeit mit uns. So gegen halb zwei am Nachmittag kam ich nach einem gemütlichen Spaziergang vom Karlsplatz (Aha, man baut schon die Hütten auf für den Weihnachtsmarkt) zum Rundfunkhaus. Ich betrat die heiligen Hallen des Gebäudes und fischte die ausgedruckte E-Mail aus der Hosentasche, wo man mich bat, ich soll doch bitte die Telefonnummer meiner Kontaktperson anrufen, wenn ich da bin.

Toll, gleich die erste Aufgabe, die jeder Stotterer mag. Eine Anna teilte mir mit, ich solle kurz warten, sie kommt mich holen.

Gesagt, getan, sie teilte mir mit, dass ich etwas zu früh dran bin und ich soll bitte doch so nett sein und auf einen Kaffee in der Cafeteria gehen. Es war anscheinend Mittagspause, da doch recht viele Personen ihr Essen in der Kantine holten und sich zu den Tischen begaben. Ich guckte ob ich ein bekanntes Gesicht sehe, aber leider, kein einziges war darunter.

Mir wurde langweilig und so verließ ich die Kantine und ging ein paar Minuten in der Halle auf und ab. Aha, ein älterer Herr verkauft Marmelade an einem Verkaufstisch. Es wurde sogar was gekauft. Ich setzte mich halt inzwischen in eine Nische, da kam auch schon Sebastian mit Anna. Endlich!

Anna ist auch Regisseurin in Ausbildung, aber im ersten Jahr, sie ist die Assistentin von Simon. Er war der Chef im Tonstudio, der die letzten Entscheidungen innehatte. Durch sehr schmale, aber vor allem sehr hohe Gänge sind wir im Tonstudio angekommen, dort sah ich die Tontechnikerin, die die Macht über die Mischpulte und Monitore hatte.

Ok, ein riesiges Mischpult mit vielen Drehknöpfen und Schieberegler, einigen Monitoren, sowie diverse Lautsprecher. Dahinter ein schalldichter Raum mit schaumgummi-tapezierten Wänden sowie mit mehreren Mikrofonen. Davor eine Art Theaterraum mit einer Wendeltreppe sowie Tische und Sessel. Man fühlt sich dort wie auf einer Theaterbühne. Und das im Radio? Aha!

Simon, der im dritten Jahr der Ausbildung ist, hat noch einen Mentor bei sich, der ihm Tipps gab, was man vielleicht noch besser machen konnte. Dieser Herr war Harald Krewer, selbst Besitzer einer Berliner Hörspielproduktionsfirma, welcher Lehrbeauftragter am Max-Reinhart-Seminar ist.

Man stellte uns Herrn Krewer vor, sowie die jungen Schauspieler, eine bunte Truppe. Ein Hallo, kurzes Kopfnicken und Händeschütteln. Mit so vielen Leuten habe ich eigentlich nicht gerechnet. Diese hatten schon die meisten Szenen absolviert, leider weiß ich nicht, welche das waren. Einige durften heimgehen, ungefähr acht Schauspieler durften jetzt mit uns die vorgesehenen Passagen eintönen.

Simon möchte alles perfekt machen, die Schauspieler versuchten den geschriebenen Text zu interpretieren.

Auch als Laie merkt man ziemlich schnell, ob ein Text vom Blatt nur heruntergelesen oder es einem Gesprächspartner erzählt wird. Es so zu interpretieren über das Radio, wo alleine die Stimme das Ausdrucksmittel ist, dass man das Gefühl hat, es wird einem erzählt, das fiel auch den Schauspielern nicht einfach. Mehrere Anläufe waren notwendig mit den Worten von Simon: Bitte noch einmal.

Und vor allem viel Spass!

Der Spass war den Schauspielern nicht wirklich anzumerken, da es irgendwie nicht so richtig hinlief. Ich dachte mir, ohje, das sind aber Leute, die sprechen können. Nö, das ist aber in dem Fall ohne Belang. Radio ist ein gänzlich anderes Medium als Fernsehen!

Herr Krewer schaltete sich jetzt dazwischen ein, bat die Leute im Tonstudio um Unterredung. Er sagte ihnen, dass es an einigen Stellen noch nicht so optimal passte und zeigte es ihnen vor, wie er sich das vorstellen würde. Da hab ich gleich den Profi bemerkt, auf Anhieb wirkt es realistisch, als ob er es einer realen Person erzählen würde. Und wieder viel Spass, Aufnahme!

Es war immer noch nicht so, wie es sich Simon vorgestellt hat, es reichte ihm und er ging in den Aufnahmeraum und setzte sich in die Mitte zwischen den Schauspielern und bat diese, sie sollen ihm den Text erzählen. Tipps wie freie Rede oder das Blatt mal verdecken waren auch hilfreich. Da kommt das Talent des Schauspielers zu tragen, da merkt man sofort, wer das Zeug dazu hat, frei zu interpretieren. Und siehe da, das Ergebnis war auch im Tonstudio sofort als Laie zu hören.

Wie ein reales Gespräch unter Leuten. Aber trotzdem hauptsächlich den Text vom Blatt gelesen.

Simon war endlich zufriedener, ein Teil der Leute durfte auch jetzt heimgehen.

Und jetzt waren wir dran, Sebastian und ich. Ich flog mal den Text durch und stellte fest, dass Sebastian mehr zum Sprechen hat. Gemeinheit! ;-)

Sebastian und eine Schauspielerin gingen in den schalldichten Raum. Kurze Sprechprobe, damit der Ton nicht zu laut oder zu leise ist. Und nun wünschte auch Simon Sebastian ...

Genau, viel Spass!

Erste Szene: Ein Telefonanruf bei der Krankenkasse.

Er machte seine Sache wie ein Profi, wunderbar mit Eleganz begann er ins Mikrofon zu stottern:

Gu ... Gu... Gut..tten Ta..Ta..g! Pause

Schauspielerin:

Ja bitte, was kann ich für Sie tun?

Sebastian:

Ich mö ... möch .. te

Schauspielerin macht sich schon lustig:

Wollen Sie mich verarschen?

Sebastian:

Nei ... nein, a ... ab.[Seufzen zu hören] ber ich wi .. iill

Schauspielerin fängt an zu lachen:

Ha ha ha...(sagt noch was dazu, es war gruselig realistisch, wie sie gelacht hat. Mein Puls schlug gleich schneller.)

So lief es ungefähr ab, die Schauspielerin feuert Sebastian pantomimisch an, dass er noch mehr aus sich herausgeht. Simon war nicht unzufrieden, bat aber, die Szene nochmals zu wiederholen. Auch hier kam es zustande, dass es schwierig ist, den Text so rüberzubringen, als würde man es jemandem erzählen. Letztendlich war Simon doch zufrieden nach mehrmaligem Wiederholen.

Und jetzt kam ich dran. Ich ging rüber in den schalldichten Raum und tauschte mich Sebastian aus. Für ihn war das alles bis jetzt ok. Interessant, der schalldichte Raum, so ganz anders als normal. Die Geräusche sind alle gedämpft. Die Höhe vom Mikrofon eingestellt, bat man mich um eine Sprechprobe, ich soll mal einen Satz vom Blatt lesen.

Die Regler wurden eingestellt.

Und als Zeichen, dass wir beginnen können, sprach Simon: Viel Spass!

Aufnahme!

Und wir begannen, den Text vom Blatt ins Mikrofon zu sprechen. Mehr oder weniger stotternd!

Für den ersten Durchgang war's ok, Simon, ein Perfektionist, bat uns den Text "freier" zu sprechen, mit den Worten, erzähl es doch deinem Gegenüber.

Ich setzte meine Arme ein, ich soll aggressiver werden, lauter, es wütender mitteilen ...

Und nochmal, bitte anders. Und noch einmal, leg mal das Blatt zur Seite!

Perfekt, höre ich durch den Lautsprecher Simon sagen. Meine Gedanken haben mir was anderes gesagt, aber wir sind ja "nur" Laiendarsteller. Da muss es nicht superperfekt sein.

Bei mir ging das Herunterlesen zu gut, bis ich beim Wort Urwiener eine Blockade hatte.



*Alexander  
bei der  
tönenden  
Stadtführung  
der Gruppe  
Linz im  
Jänner 2016*

Freudenschreie hörte ich im Tonstudio, dass man mich erwischt hat, dass auch ich mal steckenbleibe.

Zumindest hatte ich das Gefühl, dass man Freudenschreie ausstieß! Nein, man kann gar nichts hören aus dem Tonstudio und nein, ich sah durchs Glasfenster zum Aufnahmerraum keine Freudentänze.

Eigentlich hatte ich als "Stotterer" versagt! Ich sprach zu schön. Ob mir man das Stottern überhaupt abnimmt?

So sind die Gedanken beim Mikrophon, während ich den Text lese! Eigenartig!

Ja und so arbeiteten wir uns durch paar Szenen, bis die Aufnahmen sprichwörtlich im Kasten waren. Zurück im Tonstudio erzählte man uns, dass wir es gut gemacht haben.

Ich bat um eine Sprachsequenz, weil ich meine Stimme hören wollte.

Jeder weiß wahrscheinlich, wie es ist, wenn man seine eigene Stimme hört. Viele können oder wollen ihre Stimme nicht hören, da es in ihren Augen bzw. Ohren meist grausam klingt.

Daheim bei billigen PC-Lautsprechern klingt eine Stimme wirklich eher beschi..eiden, aber bei so Lautsprechern als Profi-Equipment klingt es sogar annehmbar.

Meinen Wiener Dialekt kann ich nicht verleugnen, obwohl ich mich bemüht habe, Hochdeutsch zu sprechen.

Kurze Nachbesprechung im Tonstudio, das Ergebnis ist gut, Simon war sehr zufrieden, aber jetzt kommt die Hauptarbeit wie Schneiden, Mischen, Einarbeitung von Hintergrundgeräuschen.

Wir gingen danach noch was trinken ins Radiocafe, welches sich am Funkhaus anschließt und dort bat ich um Bekanntgabe des möglichen Sendetermins.

**Wahrscheinlich ist der Sendetermin im April oder Mai**, weil der Beitrag wird gereiht.

Für mich war der heutige Tag sehr interessant, konnte ich doch diverse Einblicke in diese Abläufe bekommen.

Ich freue mich schon auf das Hörspiel "Irgendwie anders"! :-)

*Alexander*

---

## Eine tönende Linzer Stadtführung am 6. Jänner 2016

Nun sitze ich im Zug der Westbahn. Der Zug fährt wie gewohnt schnell und bequem von Wien nach Linz. An einem Feiertag früh aufzustehen, das macht keinen Spass. Aber was tut man nicht alles für eine tolle Aktion?

Man hat mich gefragt, ob ich bei einer selbst organisierten Linzer Stadtführung mitmachen wollte.

Nachdem ich bejahte, bekam ich auch gleich die Aufgabe, über zwei Sehenswürdigkeiten, nämlich das Keplerhaus und den Urfahrner Markt, zu recherchieren. Im Schnitt sollte man ungefähr 10 Sätze niederschreiben.

Bei einer Anzahl von 27 Sehenswürdigkeiten kommt man da schon auf eine Menge Zeit, um diese auch dann vorzutragen.



Lentos, Ars Electronica, Schlossmuseum, Altes Rathaus, Dreifaltigkeitssäule, Nibelungenbrücke ... um nur einige zu nennen, die vorgekommen sind.





Ungewöhnlich wenig Leute waren in Linz unterwegs, kaum Leute in der Straßenbahn. Ok, war ja auch ein Feiertag und es war noch nicht mal halb 10. Angekommen am Parkplatz vom Urfahrner Markt musste ich noch auf die Leute warten, da ich der erste Teilnehmer vor Ort war.

Guter Zeitpunkt, um extra Fotos zu machen. Nachdem alle Teilnehmer vor Ort waren und diese auch vom Organisator instruiert wurden, ging es auch schon los.

Das Wichtigste beim Herunterlesen vom Blatt ist es, dass man sich ausreichend Zeit lässt. Meistens ist man bestrebt, zu schnell zu sein. Aber beim Tönen geht's genau darum, dass man, wie das Wort schon sagt, den Ton schwingen lässt.

Jeder Mensch ist natürlich anders und da Tönen ja individuell sein soll, spricht jeder in seinem eigenen Tempo, das für ihn angenehm erscheint. Auch Leute, die nicht stottern, sprechen ja unterschiedlich schnell.

Also wie gesagt, wir dehnten die Vokale und ließen uns Zeit. Mehr oder weniger. Bei mir geht es beim ersten Mal laut lesen nie gleich gut. Ich brauche immer einen längeren Anlauf. Aber je mehr man laut liest, desto sicherer wird man.

Aber warum steht eine Gruppe von Leuten in der Öffentlichkeit und liest laut vor?

Es geht darum, dass man sich in der Öffentlichkeit gegenüber anderen Leuten desensibilisiert.

Nun, einige Leute schauten zwar, gingen aber weiter. Negative Reaktionen gab es absolut keine. Und wenn man dies bemerkt, wird man mutiger und erhöht die Lautstärke, um eventuell noch mehr aufzufallen. Und noch mehr zu dehnen.

Zumindest ist das meine Art, wie ich in dieser Sache vorgehe.

Von Sehenswürdigkeiten zu Sehenswürdigkeiten marschierten wir durch Linz, immer nah bei der Innenstadt, es wurde darauf geachtet, dass jeder, so gut wie es ging, gleich oft laut vorliest.

In der Mitte der Aktion beschlossen wir, in ein Cafe zu gehen und uns mit leckeren Sachen aufzuwärmen. Die Bestellung, konsequent wie es sein soll, wurde auch getönt.

Die nette Dame hat auf das Tönen neutral reagiert, nämlich überhaupt nicht.

Dabei hatte ich extra noch mehr die Vokale gedehnt und insgesamt langsamer gesprochen. Hm, ich muss noch mutiger werden.

Wieder draußen im Freien, gingen wir also von Sehenswürdigkeit zur Sehenswürdigkeit und jeder machte es fast schon zu perfekt.

Auch Videoaufnahmen wurden angefertigt. Ob wir es auf Youtube stellen sollen, wurde in der Gruppe diskutiert. Hm, da sieht man nur einen Menschen, der halt laut vorliest, aber dabei nicht stottert. Dafür tönt er schön. Mal sehen.

Es ging zu Ende, der Stoff wurde abgearbeitet, jeder hatte ein absolut positives Gefühl, da jeder die Aufgabe sehr gut bewältigt hatte. Mit dem Wissen fuhren wir dann in ein Asia-Lokal, um unsere Gaumen mit allerlei Leckereien, neben Sushi auch andere chinesische Spezialitäten, zu verwöhnen.

Ich freue mich schon auf die nächsten Ideen, welche die Linzer Selbsthilfegruppe sich ausdenkt.

*Alexander*

## Neue Selbsthilfegruppe in Vorarlberg



Liebe Leser und Leserinnen,

es freut mich sehr, mich im aktuellen dialog vorzustellen:

Mein Name ist Alexander Schertler, wohnhaft im Vorarlberger Rheintal. Ich bin verheiratet und stolzer Vater einer kleinen süßen Tochter.

Ich habe die Selbsthilfegruppe für Stotternde in Dornbirn gegründet – dazu später mehr.

Meine "Stotter-Karriere" habe ich "erst" im Volksschule-Alter begonnen – Ursache unbekannt. In den kommenden Kinder- und Schuljahren habe ich jedenfalls, wie so viele Stotternde, darauf geachtet, sprachtechnisch ja nicht aufzufallen und die "üblichen" Stotter-Verhaltensstrategien angewandt. Während der Schuljahre hatte ich auch teilweise logopädische Betreuung, bis der "Durchbruch" mit 15 Jahren im Sprachheilzentrum Ravensburg kam: Im halbjährigen Intensivkurs war ich gegen Ende "stotterfrei". Viel Übung und Wille machten das aus meiner Sicht möglich.

Bis mit circa 20 Jahren hatte ich keinerlei "Symptome" mehr, bis ich mich schritt- und teilweise wieder ins oft benannte "alte Muster" zurückfallen ließ. Bis heute erlebe ich mich als "Situativ-Stotterer", der "Von gar nicht bis Mehr" stottert, wobei die Gedanken definitiv öfter um das Stottern kreisen als die gestotterten Wörter selbst.

Nach erster Suche im Netz und einem Treffen zu Ostern 2015 mit einem Mitglied der ÖSIS-Selbsthilfe Graz habe ich mich dann entschlossen, eine Gruppe für das "Ländle" zu gründen. Meine Motive waren einerseits das Fehlen einer Gruppe in Vorarlberg überhaupt und andererseits, meinen eigenen Bedarf in einer Gruppe unter Selbst-Betroffenen zu decken, sowie meine Neugier auf alles, was nach der Gründung folgt. Die ersten Telefonkontakte von (indirekt) Betroffenen haben mich dann endgültig dazu animiert, die Gründung zu vollziehen, da der Bedarf und eine Anlaufstelle für Stotternde im Rahmen einer Selbsthilfegruppe absolut erwünscht seien.

Das erste Treffen erfolgte recht kurzfristig am 25.11.2015 im kleinsten Kreis. Die Gruppenziele – mit der Gruppe in Entwicklung – sind unter anderem "Einfach Reden", Austausch, Akzeptanz, Motivation, Sprechlust, Enttabuisierung und Vernetzung. Die Treffen finden jeden letzten Mittwoch des Monats um 19 Uhr in der Selbsthilfe Vorarlberg statt. Link [http://selbsthilfe-vorarlberg.at/?page\\_id=1533](http://selbsthilfe-vorarlberg.at/?page_id=1533).

So freue ich mich auf die weiteren Treffen mit vielen interessanten Menschen und Themen.

Viele positive Erlebnisse und Sprechfreude im neuen Jahr wünscht Ihnen

*Alexander Schertler*

### Ziele der Selbsthilfegruppe

- In erster Linie darüber reden.
- Erfahrungen und Wissen austauschen.
- Das eigene "Stotter-Ich" akzeptieren bzw. zulassen können.
- Motivation zur Arbeit am eigenen Stottern.
- Selbstvertrauen gewinnen — Sprechlust statt Sprechfrust.
- Wege und Möglichkeiten im Alltag finden.
- Enttabuisierung des Themas "Stottern".
- Austausch zu Therapiemöglichkeiten.
- Vernetzung mit allen Betroffenen, TherapeutInnen und Interessierten.

---

### Infotag "Was ist und was kann Selbsthilfe?"

Am **12. Mai** wird es einen Infotag der Selbsthilfe Vorarlberg unter dem Motto "Was ist und was kann Selbsthilfe?" in Dornbirn geben, bei der auch die neue SHG für Stotternde vertreten sein wird.



## ÖSIS-Selbsthilfegruppen

**SHG Wien** (Alfred Müller, Tel. 0664 4429 552)

Zielgruppe:	Jugendliche, Erwachsene, Angehörige und alle Interessenten am Thema "Stottern"
Themen:	Information, Austausch, Kommunikation, Vorträge halten, Sprechübungen, Körperübungen, Theater, etc. und alles, was sich entwickelt und natürlich Spaß macht. Jeder, der aktiv mitmachen möchte in der Organisation oder beim Erstellen von Foldern oder sonstige Ideen einbringen möchte, ist herzlich willkommen, das zu tun. Lasst uns gemeinsam daran arbeiten, dass sich niemand mehr für sein/ihr Stottern schämt. Wir freuen uns auf euer/Ihr Kommen!!
Ort:	AMIDA-Zentrum, Neubaugasse 12-14/2/Mez/14, 1070 Wien
Zeit:	Die Treffen finden einmal monatlich an einem Dienstag von 19:00 - 20:30 Uhr an folgenden Terminen mit wechselnder Gruppenleitung statt:
09.02.2016	Leitung: Bernhard Richter u.a. Thema: Kontrolle der Stotter-Symptome
01.03.2016	Leitung: Momet u.a. Thema: Negative Zuhörerreaktionen auf Stottern
05.04.2016	Leitung: Michael Schmitz Thema: Das Gefühl der Sicherheit aus neurophysiologischer Sicht
03.05.2016	Leitung: Karin Koltay, Michael Schmitz Thema: Tipps, Tricks & Hilfsmittel für mehr Sicherheit beim Stottern
07.06.2016	Leitung: Alexander Kominik, Georg Winter, Bernhard Richter u.a. Thema: Erfahrungsberichte zu verschiedenen Therapie-Ansätzen: Hausdörfer-Methode, Roland Pauli-Methode, Van Riper-Methode, Fluency Shaping-Methode etc.
Juli und August	Sommerpause
06.09.2016	Leitung: Maria Trinidad Leal Thema: Diskussion zum Film "The King's Speech" und die Frage, ob Stottern dort richtig bzw. realistisch dargestellt wurde?
04.10.2016	Leitung: Tina Mittelmeier Thema: Improvisationstheater
01.11.2016	Leitung: Alfred Müller Thema: Kommunikation - Die Kunst des richtigen Zuhörens
06.12.2016	Leitung: Alfred Müller u.a. Thema: Rückblick 2016 / Planung & Vorschau 2017

**Lesekreis Wien** (Leitung Tina Mittelmeier)

Dieser Lesekreis richtet sich an erwachsene Personen, die Angst, Nervosität und eine hohe Anspannung beim Vorlesen vor anderen Menschen verspüren. Was auch immer die persönlichen Gründe dafür sind z.B. aufgrund einer Stotterproblematik, Sprechängste, Soziale Ängste, langjährige Vermeidungsverhalten, Gewohnheiten und Glaubenssätze "Ich kann nicht" ... o.ä.

27.01.16	16.02.16	22.03.16	19.04.16	17.05.16	21.06.16
Juli Pause	Aug. Pause	20.09.16	18.10.16	22.11.16	20.12.16

**SHG Graz** (Martin Pojer, Tel. 0660 1171983)

**Stottern selbst managen - Jeder ist seines Glückes eigener Schmied, und darauf bauen wir!**

**Kontaktperson:** Martin Pojer, Telefon: 0660 1171983, Mail: [stotter-management@gmx.at](mailto:stotter-management@gmx.at)  
Informationen unter <http://stotter-management-graz.webnode.at>

**SHG Dornbirn** (Alexander Schertler, Tel. 0512 584869/ÖSIS-Büro)

Treffpunkt an der Ach, Selbsthilfe Vorarlberg, Höchsterstraße 30, 6850 Dornbirn, (Eingang Füranand, 1. Untergeschoß), an jedem letzten Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr an folgenden Terminen:

27.01.16	24.02.16	30.03.16	27.04.16	25.05.16	29.06.16
Juli Pause	Aug. Pause	28.09.16	26.10.16	30.11.16	28.12.16

**SHG Linz** (Thomas Kupetz, Tel. 0699 10081 093)

Wir treffen uns **jeden ersten Dienstag im Monat um 18:30 Uhr im Fachambulatorium der GKK, Garnisonstraße 1a**, im Gruppenraum der Selbsthilfe OOE, Treffpunkt ist im Foyer des Gebäudes. Ein "Reinschnuppern in die SHG" ist auch mittels **Telefonkonferenz** möglich. Ab 2016 wird jeder Abend unter einem **Thema** stehen, das immer für das nächste Treffen ausgemacht wird.

Kurzfristig machen wir uns auch Treffen aus für tönende Stadtführungen, gemeinsame Spiel- und Sportaktivitäten, Grillen und Essen. TeilnehmerInnen aus anderen Bundesländern sind willkommen!

12.01.16	02.02.16	01.03.16	05.04.16	03.05.16	07.06.16
Juli Pause	Aug. Pause	06.09.16	04.10.16	08.11.16	06.12.16

### Verein SIS – Südtiroler Initiative Stottern

Gudrun Reden, Tel. Festnetz: 0039-047-1323656, Mobil: 0039-349-2970566, E-Mail: [gudrun@reden.it](mailto:gudrun@reden.it)

Wir treffen **am ersten Freitag im Monat um 19:00 Uhr im Sozialsprengel Brixen**. Das Interesse an der Gruppe ist groß, meist kommen zehn bis zwölf TeilnehmerInnen.

### "King-George-Gesprächsrunde" für Stotternde in Innsbruck

Nachdem ich in Pension bin und mich mein Stottern ein Leben lang geprägt hat, erkläre ich mich als Ansprechperson zur Bildung einer "**King George-Gesprächsrunde**" für stotternde Jugendliche und Erwachsene (auch älteren Semesters) bereit.

Basis meines Engagements ist ein reicher Erfahrungsschatz mit dem eigenen Stottern sowie mit zahlreichen logopädischen, psychologischen und psychotherapeutischen Therapieansätzen.

Zentrale Inhalte der Selbsthilfegruppen-Treffen können u.a. sein: Sprechängste abbauen bzw. positive Kommunikationserlebnisse stärken. Informationen und Erfahrungen austauschen sowie Themen oder Probleme des alltäglichen Lebens vorbringen. Lösungen suchen und So-Sein-Dürfen. Auch Spaß, Lockerheit und Lachen können Teil der Zusammenkunft sein.

Wir treffen uns vorerst zu den Gesprächsrunden im ÖSIS-Büro, Brixner Straße 3, Innsbruck (in unmittelbarer Nähe zum Hauptbahnhof), Termine je nach Bedarf. Falls Sie sich dafür interessieren, kontaktieren Sie mich bitte unter unten angegebener Telefonnummer oder schicken ein kurzes E-Mail an mich.

Unter dem Motto "gemeinsam statt einsam" freue ich mich auf Ihre Kontaktaufnahme bzw. Ihr Kommen.

*Georg Goller, Tel. 0664 4167068, E-Mail: [georg\\_goller@aon.at](mailto:georg_goller@aon.at)*

**KALENDER AB MÄRZ 2016:**

16.04. – 17.04.	<b>Ropana Seminar und Fortbildung</b> in Graz
12.05.	<b>Infotag der Selbsthilfe Vorarlberg</b> in Dornbirn
13.05. – 16.05.	<b>Ehemaligen-Treffen der Sommercamp-Teilnehmer</b> in Navis
25.05. – 29.05.	<b>Begegnungswochenende</b> in Litzlberg am Attersee
28.05.	<b>Mitgliederversammlung</b> in Litzlberg
15.06. – 22.06.	<b>Wanderurlaub</b> in den französischen Pyrenäen "Walk an Talk"
23.07. – 30.07.	<b>Therapie-Feriencamp</b> in Litzlberg am Attersee
24.09.	<b>Seminar "Die drei Säulen des flüssigen Sprechens"</b> in Wien
29.09. – 03.10.	<b>Kongress Stottern und Selbsthilfe</b> der deutschen BVSS in Wiesbaden
22.10.	<b>Weltstottertag - Tag der offenen Tür</b> in Innsbruck
26.11.	<b>Weihnachtsfeier</b> in Salzburg

**UNSER BÜRO:**

	<b>Österreichische Selbsthilfe-Initiative Stottern (ÖSIS)</b>
Sekretariat	<i>Martina Assmus</i>
Adresse	Brixner Straße 3, 6020 Innsbruck
Telefon	0512-584869 (ab 2016 kein Fax mehr)
Mobiltelefon	0664-2840558, <i>Andrea Grubitsch</i>
E-Mail	oesis@stotternetz.at
Öffnungszeiten	Montag bis Donnerstag, 8:30 - 13:00 Uhr, Freitag geschlossen

**KONTAKTADRESSEN** in Österreich und Südtirol:

Kärnten	<i>Andrea Arzmann-Schnitzer</i>	Telefon: 0664 2117 869 E-Mail: andrea_arzmann@stotternetz.at
OÖ / Linz	<i>Thomas Kupetz</i>	Telefon: 0699 10081 093 E-Mail: thomas.kupetz@stotternetz.at
OÖ / Wels	<i>Andrea Grubitsch</i>	Telefon: 0664 2840 558 E-Mail: andrea.grubitsch@stotternetz.at
Salzburg	<i>Stefan Nothnagel</i>	Telefon: 06888 112783 E-Mail: salzburg@stotternetz.at
Steiermark	<i>Mario Gusenbauer</i>	Telefon: 0650 2272927 E-Mail: mario.gusenbauer@stotternetz.at
	<i>Martin Pojer</i>	Telefon: 0660 1171983 E-Mail: stotter-management@gmx.at
Wien	<i>Alfred Müller</i>	Telefon: 0664 4429 552 E-Mail: alfred.mueller@stotternetz.at
Tirol	<i>Georg Goller</i>	Telefon: 0664 4167068 E-Mail: georg_goller@aon.at
Vorarlberg	<i>Alexander Schertler</i>	Telefon: 0512 584869 (ÖSIS-Büro) E-Mail: vorarlberg@stotternetz.at
Südtirol	<i>Gudrun Reden</i>	Telefon: 0039 349 2970 566 E-Mail: gudrun@reden.it

**MEDIATHEK - BÜCHER, DVDs, BROSCHÜREN, INFOMATERIAL:**

Buchverleih und Versand von Infomaterial, kontaktieren Sie bitte unser Büro.

**NEWSLETTER:**

Anmeldung per E-Mail an buch@stotternetz.at  
Wir informieren über aktuelle Termine und Neuigkeiten zu den Themen Stottern, Sprache, Sprachstörungen, Sprachentwicklung.