

... und wir reden darüber.

W
P

STOTTERNDE STEHEN MIT IHREM LEIDEN NICHT (MEHR) ALLEIN DA.

In Tirol wurde im Jahr 1990 die ÖSIS, die ÖSTERREICHISCHE SELBSTHILFE-INITIATIVE STOTTERN, als gemeinnütziger Verein gegründet. Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, unseren Bekanntheitsgrad unter Betroffenen und Therapeuten zu erhöhen und intensive Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben. Damit möchten wir auch zur Aufklärung und Information über diese Kommunikationsstörung beitragen.

S

WARUM SELBSTHILFE?

Es gibt Tausende stotternde Männer und Frauen in Österreich. Stottern ruft verschiedenste Reaktionen hervor und gibt Anlass zu Vorurteilen. Das erschwert die Lebenssituation von stotternden Menschen. Durch die Selbsthilfegruppe stehen Betroffene mit ihren Problemen nicht mehr allein da.

T

WER KANN BEI UNS MITMACHEN?

Jeder, der Interesse an dem Problem Stottern hat. Also stotternde Erwachsene, stotternde Jugendliche, Eltern stotternder Kinder, PädagogInnen, LogopädInnen, SprachheillehrerInnen und alle anderen Therapeuten.

O

WAS GESCHIEHT IN EINER SELBSTHILFEGRUPPE?

Die Selbsthilfegruppe führt stotternde Menschen zusammen. Es werden Informationen über das Stottern gegeben und falsche Vorstellungen darüber korrigiert. Die einzelnen Therapie-möglichkeiten werden besprochen, um nachteilige Erfahrungen auf diesem Gebiet zu vermeiden.

Aus Einzel-Erfahrungen werden Gruppen-Erfahrungen, so können alle Mitglieder am Lernen aus Fehlern und an der Freude über den Erfolg teilhaben. Darüber hinaus wird noch ein zusätzlicher therapeutischer Effekt erzielt, wenn Teilnehmer sich gegenseitig mit neuen Verfahren vertraut machen, die helfen, mit Stottermomenten und angespannten Situationen fertig zu werden. Ein Therapeut kann als gleichgestellter Teilnehmer eines Treffens diesen Prozess fördern.

T

WAS IST DAS BESONDERE AN EINER SELBSTHILFEGRUPPE?

Selbsthilfe heißt auch, mein gegenwärtiges Stottern zu akzeptieren, es in der Gruppe zuzulassen und nicht zu vermeiden. Wir alle haben den Willen, uns langfristig zu verändern. Das große Ziel sollte aber nicht „Symptombefreiheit in allen Lebenslagen“ lauten, sondern ein besseres Leben mit der jeweiligen Situation des Stotterns.

T

SELBSTHILFE UND THERAPIE - EIN WIDERSPRUCH?

Nein. An einer Selbsthilfegruppe teilzunehmen heißt nicht, sich von einer professionellen Therapie abzuwenden, es stellt vielmehr eine sinnvolle Ergänzung dar. Sie kann eine Therapie vorbereiten, sie begleiten - und bei Rückfällen eine große Stütze darstellen. Die Gruppe stellt einen Schonraum zur Einübung von Sprechtechniken dar. Selbsthilfe ist jedoch kein Therapieersatz!

E

WAS KANN SELBSTHILFE NICHT LEISTEN?

Wir nehmen unsere Anliegen selber in die Hand, sind uns aber bewusst, dass wir bei vielen Problemen unbedingt Hilfe von außen brauchen. Man muss sich vor allem von dem Gedanken lösen, die anderen werden einen vom Stottern befreien. Ohne eine gewisse Eigeninitiative geht gar nichts. Es gibt keine fertigen Problemlösungen.

R

KANN DIE MITGLIEDSCHAFT IN EINER GRUPPE NÜTZLICH SEIN?

Ja, wenn man sich aktiv einbringt. Wenn man die Selbsthilfegruppe nicht lediglich als Gewissensberuhigung benutzt. Wenn man daran interessiert ist, am eigenen Stottern zu arbeiten.

N

WO GIBT ES BERATUNG UND INFORMATION?

bei der **Österreichischen Selbsthilfe-Initiative Stottern (ÖSIS)**, Tel. 0512 584869, www.oesis.at