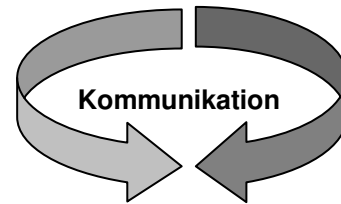


# Heidi Ingensand: Logopädin, Coach, NLP-Trainerin

Logopädin **Heidi Ingensand**  
4040 Linz, Hauptstraße 34  
☎ Mobil 0664 5233 988  
E-Mail: [ingensand@liwest.at](mailto:ingensand@liwest.at)



Da Stottern individuell sehr verschieden ist, setze ich die Therapie aus unterschiedlichen **Therapiebausteinen** für jeden Stotternden neu zusammen.

Grundlage der Therapie ist die **Diagnostik**, bei Kindern die **Beratung** der Bezugspersonen und – da die Ursache des Stotterns noch immer nicht geklärt ist – ein **grundsätzlich lösungsorientiertes Vorgehen**.

## Die möglichen Therapiebausteine sind:

- Ein Modell zu geben für fließendes Sprechen und guten Umgang mit Stottern
- Verbesserung der Körperwahrnehmung und Entspannungsfähigkeit
- Förderung der Grob-, Fein- und Artikulationsmotorik
- Vertiefung der Zwerchfellatmung und atemrhythmisch angepasstes Sprechen
- Verbesserung des Stimmklanges und vor allem des Stimmeinsatzes
- Förderung verschiedener Teilleistungsbereiche, z.B. oft der Serialität
- Erweiterung der sprachlichen Fähigkeiten, wie zum Beispiel des Wortschatzes, des Satzbaus, der Formulierungsfähigkeit und der Artikulation
- Verbesserung kommunikativer Fähigkeiten, wie zum Beispiel Wechsel der Sprecher- und Hörerrolle, Überwindung von Vermeidensverhalten, Reduzierung von kommunikativem Stress
- Entwicklung psychosozialer Fähigkeiten, wie zum Beispiel Förderung von Gefühlsausdruck, Kreativität und Selbstwertgefühl.
- Veränderung des Selbstkonzeptes und der Einstellung zum Stottern durch offene Auseinandersetzung mit dem Stottern und Desensibilisierung
- Entwicklung von Selbstbehauptung und Problemlöseverhalten,
- Abbau von Sprech- bzw. Stotterangst
- Aufbau fließenden Sprechens von der Silbe, über Wort und Satz bis zum freien Sprechen
- Veränderung des Stotterablaufes mit dem Ziel der Verflüssigung und verringerten Anstrengung
- Erarbeitung einer individuellen Sprechtechnik, die das Auftreten von Stotter-symptomen vermindert durch Temporeduktion, Spannungsreduktion, Kontrolle des Atemablaufes und Rhythmisierung

Ich arbeite seit 1982 schwerpunktmäßig mit stotternden Menschen und bemühe mich durch vielfältige Weiterbildungen (Non-avoidance Therapie nach **Van Riper**, Therapie und Invivo-Training nach **Wendlandt**, Therapie nach **Katz-Bernstein**, **Hypnotherapie**, **Coaching**, **NLP**, Körperarbeit, integratives Sandspiel) meine Arbeit weiter zu entwickeln.

*Quelle: Beitrag der Therapeutin*