

Lenk, 21. Februar 2020

Stottern vergessen – so funktioniert es

Sehr geehrte Damen und Herren

Gemäss einer Studie von Euler Lange Schroeder Neumann „The effectiveness of stuttering treatments in Germany“ erschienen 2014, werden zu viele unspezifische Einzeltherapien mit unbefriedigender Wirkung gemacht. Oft führen diese Misserfolge zu lähmender Resignation bei Betroffenen und Angehörigen, nebst unnötiger Kostenbelastung.

Stotternde unterscheiden sich von fliessend Sprechenden ausschliesslich dadurch, dass sich bei ihnen in Stresssituationen Symptome unterschiedlichster Ausprägung ausgebildet haben und sich individuelle Muster entwickeln. Je früher mit einer Behandlung begonnen werden kann, desto weniger haben sich unwillkürliche Sprechmechanismen eingeschliffen und verfestigt.

Eine ruhige, flüssige Sprechweise ist ausschliesslich im Gleichgewicht möglich. Gespannte Aufmerksamkeit, Schreck und/ oder Angst führen zu einer reflexartigen Atemblockierung; Einschränkungen des natürlichen Atems haben einen blockierenden Einfluss auf die Ton- und Stimmbildung.

Die VERSTA bietet seit Jahren Seminare an, welche dieses Gleichgewicht trainieren. Strukturierte Gruppentherapien werden in der Schweiz einzig durch die VERSTA angeboten. Im Gruppendynamischen Prozess mit 5 bis 8 Teilnehmenden können sich Teilnehmeraktivitäten gut entfalten. Die Module werden schneeballartig ausgebaut. Zusätzlich werden Fortgeschrittene zu Co-Betreuern. Betroffene und Co-Betreuer üben und vertiefen so gemeinsam den freien Sprechablauf. Automatisch wird die natürliche und freie Sprache (unterstützt durch die klare Struktur des Lehrmittels) eingeschliffen und als freie Sprechweise ins Gehirn "eingebrannt".

Gerne informieren wir Sie über unsere neuste Publikation "Von der Sprechangst zur Sprechfreude". Es handelt sich um die siebte, völlig neu überarbeitete Auflage des Buches, das sich seit vielen Jahren in der Arbeit mit Stotternden bewährt hat.

Das Buch ist ein Lehrgang zur nachhaltigen Behandlung von Sprechangst und des Symptoms «Stottern», basierend auf der natürlichen Sprechweise und auf den langjährigen praktischen Erfahrungen des Autors Beat Meichtry. Ebenso sind die Rückmeldungen von Teilnehmenden der Lenker-Intensivseminare, VERSTA-Lernpartnerschaften und Selbsthilfegruppen sowie von aktiven Einzelpersonen eingeflossen. Das Buch unterstützt Betroffene auf dem Weg zur freien Sprache, ohne zu versuchen, das Symptom Stottern zu bekämpfen.

Mit diesem neuen Buch kommen Betroffene schneller ins Gleichgewicht. Sprachkompetenz und Sprechsicherheit werden gesteigert. Falls erwünscht, kann die VERSTA diesen Lehrgang in einem Vortrag präsentieren. Bei Interesse kontaktieren Sie bitte die Geschäftsstelle unter beratung@versta.ch.

Das Buch kostet für Nicht-Mitglieder CHF 58.– für Mitglieder CHF 48.– zuzüglich Versand CHF 9.– und kann bei der Geschäftsstelle bezogen werden.

Diese Methode wird seit dreissig Jahren an den Lenker-Intensivseminaren angewendet. Der Ansatz von der Sprechangst zur Sprechfreude ist mit den meisten Therapiemethoden kompatibel. Therapeuten begleiten ihre Klienten möglichst über einen längeren Zeitraum. Als optimaler Einstieg hat sich die Arbeit in Gruppen bewährt, um das Vertrauen und die Freude an der eigenen Sprechfähigkeit wieder zu entdecken. Individuelle Defizite werden anschliessend in möglichst lokalen Einzeltherapiesitzungen behandelt. Es besteht die Möglichkeit einer Kombination mit einem Intensiv-Seminar der VERSTA.

Auf der Grundlage der natürlichen Sprechweise wird das Vorgehen jeweils an individuelle Voraussetzungen angepasst. Mit der Freude an der Sprache werden weitere Handlungsoptionen praxisorientiert und individuell erarbeitet. Durch die gewonnene Sprechsicherheit wird die Selbstsicherheit bewusst gefördert, was ein selbstbestimmtes aktives Leben ermöglicht. Zur Optimierung der Erfolge wird eine Begleitung in Form von Lernpartnerschaften, Selbsthilfegruppen oder Therapiesitzungen mit regelmässigen Kontrollen durch eine geschulte Fachperson oder einen VERSTA-Supervisor empfohlen. Zum Buch ist ein elektronisches Begleitmedium mit audiovisuellen Ergänzungen und Erklärungen in Arbeit. Das Begleitmedium veranschaulicht einzelne Übungsteile und hilft, Übungen gezielt und korrekt auszuführen. Für alle beteiligten Personen ist eine vernetzte Zusammenarbeit eine Selbstverständlichkeit.

Mit ihrem neu gewählten Vorstand wird die VERSTA auch in Zukunft die Bedürfnisse von Personen mit Redeflussstörungen wahrnehmen und sich für eine nachhaltige Verbesserung ihrer Lebenssituation einsetzen.

Freundliche Grüsse

VERSTA
Heidi Schütz
Präsidentin

Wissenschaftliche Hintergrundinformationen

Frau Helene Fernau Horn war eine Pionierin im Fachgebiet Logopädie und insbesondere in der Behandlung des Stotterns. Ihr grundlegendes Buch "Die Sprechneurosen" fand viel Beachtung. Sie hat schon 1969 erkannt, dass das Erlernen von Sprachübungsbehandlungen, die später wieder verlernt werden müssen, nicht nur zwecklos, sondern im Grunde sogar sinnlos sind und die Leidenszeit der Betroffenen verlängert.

Johannes Heinrich Schulz beschrieb 1969 als Psychiater und unabhängiger Psychotherapeut: «Plötzlich auftauchende Versagensvorstellungen lösen folgenschwere Gemütsstörungen aus, die eine reflexartige Atemblockierung bewirken, automatisch wird der Sprechakt unterbrochen, und aus Atem- und Tonhemmung wird eine Sprechhemmung.»

Aktuelle Hirnforschungen bestätigen die Erkenntnisse von Fernau Horn und Schulz. Der Hirnforscher Gerhard Hüther (2005) bestätigt und beschreibt, wie Stress momentane Gefühle mit allen Folgeerscheinungen auslöst.

Diese Gefühle werden durch neue Erkenntnisse relativiert und unbedeutend, so wie ein Weg, der nicht mehr benützt wird, zuwächst. Das Ziel ist, aus der erhöhten Spannung in eine Normalspannung, das Gleichgewicht, zu kommen