

Inhaltsverzeichnis

- ▶ Editorial
- ▶ Zum Titelbild
- ▶ Erfolgsbericht Betroffener (38)
 - ▶ Sebastian
 - ▶ Zum Schluss



«Junge Wildkatze mit Beute»
Wildnispark Zürich
Foto: Alfred Tschui

Editorial



Liebe Gönnerinnen und Gönner

Alles neu macht der Mai! So ist der Titel eines alten deutschen Liedes, verfasst von Hermann Adam von Kamp (1796-1867). Er war Lehrer, Heimatkundler und Schriftsteller.

In der ersten Strophe heisst es unter anderem:
„Alles neu macht der Mai, macht die Seele frisch und frei.

Lasst das Haus, kommt hinaus.“

So denke ich, geniessen wir alle ebenfalls das herrliche Maiwetter und den Frühlingsduft, der in der Luft liegt.

Geschäftig und fleissig haben wir unsere ersten Monate im Schulbetrieb gestartet, den Fokus auf die Gestaltung der künftigen Seminare gerichtet. So sind zum Beispiel Auftrittskompetenz, Vortragstechnik und das freie Reden die Hauptthemen. Unsere Schulleiterin, Barbara Rügger, ist mit Herzblut daran, die Seminarunterlagen für die Teilnehmer fertigzustellen. Wir freuen uns jetzt schon auf unser erstes Seminar, in dem wir das Ganze umsetzen werden.

Herzliche Grüsse

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'B. A.', written over the printed name 'Alfred Beyeler'.

Alfred Beyeler

Zum Titelbild

Eine junge Wildkatze, die wahrscheinlich ihre erste Beute gemacht hat. Sie trägt diese stolz und siegesbewusst zurück zum hohlen Baumstamm, in dem sie zusammen mit ihren zwei anderen Geschwistern das Licht der Welt erblickt hat. Wildkatzen sind sehr scheu und werden in der Regel mit Hauskatzen verwechselt. Zwei sichtbare Merkmale zur Bestimmung einer Wildkatze sind: ihre rosa Nase und die drei auffälligen schwarzen Ringe am Schwanz. Die Aufnahmen stammen von Alfred Tschui, Zürich.



Betroffener (38)

In welchem Kindesalter ich zu stottern begonnen habe, weiss ich nicht mehr exakt. Ich habe einen älteren Bruder, der ebenfalls stottert. Früher vermutete ich, dass ich das Stottern von ihm übernommen haben könnte. Heute bezweifle ich dies jedoch, denn jeder Stotterer hat seine eigene individuelle Geschichte.

Wie vermutlich viele andere Stotterer, habe ich den „typischen Therapieweg“ durchlebt. In der Unterstufe wurde ich stundenweise der Logopädie zugewiesen, woraus sich aber keine nennenswerten Erfolge ergaben. Jahre später ergaben gestalterische Therapiemethoden wie Zeichnen/Malen auch keine relevanten Sprechverbesserungen. Gespräche mit Psychologen erwiesen sich ebenfalls als nicht hilfreich, da man als Mensch im Kindesalter hierfür noch nicht bereit ist. So schlug ich mich mit dem Stottern durch meine Kindheit/Jugend und durch die Schulen und erlebte beispielsweise das Vorlesen stets als sehr belastend.

Mit 27 Jahren absolvierte ich einen 10-Tages-Intensivkurs in Norddeutschland, der sehr autoritär geführt wurde und überhaupt keine Erfolge brachte. Das Hauptaugenmerk in diesem Kurs lag auf Atemtechniken. Die Kursleitung versprach rasche sprachliche Wunder, war jedoch mehr mit der Akquise neuer Stotternden beschäftigt als mit uns anwesenden Stotternen.

Es vergingen weitere zehn Jahre bis ich zufällig auf die Alfred Beyeler Sprachtherapie stiess. Von Beginn an hatte ich ein sehr gutes Gefühl, da die Kursleitung sich stets gut um uns kümmerte, und man spürte sofort, dass es ihnen ein echtes Anliegen ist, uns zu helfen. Vor allem die Tatsache, dass Alfred Beyeler auch ein ehemaliger Stotterer war, macht seinen therapeutischen Ansatz sehr glaubhaft.

Einen ganz grossen Dank möchte ich an dieser Stelle Barbara Rügger aussprechen, die unermüdlich und mit vollem Einsatz an meiner Stotterproblematik arbeitete. Sie war es, die mir Alfred Beyelers Sprachregeln wirkungsvoll erklärte und mir mit ihrer enthusiastischen Art und Weise den notwendigen Mut und Glauben zurückgab, um hart an mir zu arbeiten. Der letzte sprachliche Schliff ergab sich jedoch aus der Kombination der

Alfred Beyeler Sprachtherapie und der individualpsychologischen Lehre nach Alfred Adler, woraus sich letztendlich die erwünschten sprachlichen Erfolge einstellten. Jeder Stotterer hat seine individuelle Geschichte, die zum Stottern führte. Je besser sich ein Stotterer mit individualpsychologischen Methoden „kennenlernt“, desto nachhaltiger wird sich sein Sprechen verbessern. Adlersche Selbsterkenntnis war hierbei genauso wie die Methodik nach Beyeler ein elementarer Bestandteil meiner Erfolgsgeschichte.

Ich wünsche Barbara Rügger und Alfred Beyeler weiterhin viel Kraft, Ausdauer und den notwendigen Enthusiasmus, damit weitere Stotterer von der erfolgreichen Methode profitieren können.

Sebastian

Ich wurde gebeten, wieder einen Bericht über meinen Therapieverlauf zu schreiben. Diesem Wunsch komme ich gerne nach.

Seit meinem letzten Bericht vom Dezember 2013 hat sich natürlich einiges getan. Ich gehe immer noch zu Barbara in die Therapie, aber nur noch einmal pro Woche, da ich letztes Jahr im Oktober ein berufsbegleitendes Studium begonnen habe und daher nicht mehr die Zeit finde, zweimal wöchentlich zu ihr zu gehen.

Einige werden sich jetzt sicher fragen, wieso ich denn überhaupt immer noch zu ihr „muss“? An meinem Beispiel sieht man, dass der Verlauf bei jedem individuell ist und man nicht einen Zeitplan definieren kann. Aber mein Stottern hat sich schon deutlich gebessert, sonst hätte ich wohl bereits den Glauben verloren.

Wenn ich bei Barbara bin, stottere ich nur noch sehr wenig und es gelingt mir, alle Sprachregeln anzuwenden, aber in der „Königsdisziplin“ habe ich noch Probleme: Die innere Ruhe, die ich bei Barbara habe, kann ich noch nicht auf den Alltag übertragen. In der Hektik des Alltags ist es eine Herausforderung, mir die Zeit zu nehmen, die ich brauche. Es ist nicht so, dass es sich dabei um eine lange Zeit handelt, sondern lediglich um die halbe Sekunde, die ich noch lernen muss mir zu nehmen, um in Ruhe Luft zu holen.

Auch während des Sprechens bin ich noch zu schnell. Auf mein eigenes Gefühl kann ich mich in Sachen Sprechtempo noch nicht verlassen, denn für mich persönlich fühlt es sich viel zu langsam an. Was sich für mich manchmal wie ein Reden in Zeitlupe anfühlt, wäre eine normale und angemessene Geschwindigkeit. Aber wenn ich langsamer spreche, also mir auch da mehr Zeit nehme, gelingt es mir sehr gut.

Wie am Anfang erwähnt, habe ich ein Studium begonnen, auch mit dem Hintergedanken, dass ich da öfter mal Vorträge halten muss und dann vor der Situation nicht fliehen kann. Einige Präsentationen habe ich schon gehabt; es lief mal besser, mal schlechter. Am schwersten fiel es mir, als ich über ein Thema referieren musste, das mich zum einen nicht interessierte und ich zum anderen auch nicht wirklich eine Ahnung davon hatte. Solche Situationen muss ich noch besser umsetzen lernen, dass sie keinen Einfluss auf mein Sprechen mehr haben. Sehr spannend war zu beobachten, wie nervös auch andere waren, als sie einen Vortrag halten mussten, ob-

wohl sie nicht stottern. Ein wenig unangenehm finde ich immer, wenn Mitstudenten oder der Dozent bei einem Feedback an mich das Gefühl haben, sie müssten immer besonders herausheben, wie mutig ich doch sei, dass ich mich trotz meines Stotterns da vorn hinstelle und nicht kneife. Ich weiss, sie meinen es gut, aber es fühlt sich für mich nicht gut an, weil das Stottern ja keine Leistung ist, die ich vollbringe. Ich tue nichts explizit dafür und wenn ich andererseits sehe, wie nervös einige meiner Schulkollegen sind, habe ich manchmal das Gefühl, dass der eine oder andere mehr Mut braucht als ich.

Natürlich kamen vor allem an Anfang wieder alte Gefühle hoch. Der erste Studententag war ein schwieriger Tag, weil jeder dich fragt, wer du bist und die Dozenten wollen, dass man sich vor der Gruppe vorstellt. Da gerät man unweigerlich in Situationen, in denen man sich am liebsten unsichtbar machen würde. Was besser geworden ist, ist die Tatsache, dass ich heute mit diesen Situationen besser umgehen kann, da ich ein wenig mehr Lebenserfahrung habe als in der Schulzeit und weil ich ja längst nicht mehr so stark stottere.

Alles in allem läuft es gut. Für mich sind die Erfolge natürlich viel zu langsam und ich bin ungeduldig und erwarte immer mehr von mir. Ich finde, das ist aber gut so, da das immer auch die Triebfeder ist, um weiterzuarbeiten.

Zum Schluss

Die polyglotte Katze
(Heinz Erhardt)



Die Katze sitzt vorm Mauseloch,
In das die Maus vor kurzem kroch,
Und denkt: «Da wart nicht lang ich,
Die Maus, die fang ich!»

Die Maus jedoch spricht in dem Bau:
«Ich bin zwar klein, doch bin ich schlau!
Ich rühr mich nicht von hinnen,
Ich bleibe drinnen!»

Da plötzlich hört sie – statt »miau« -
Ein laut vernehmliches «wau-wau»
Und lacht: «Die arme Katze,
Der Hund, der hatse!
Jetzt muß sie aber schleunigst flitzen,
Anstatt vor meinem Loch zu sitzen!»

Doch leider - nun, man ahnt's bereits -
War das ein Irrtum ihrerseits,
Denn als die Maus vors Loch hintritt -
Es war nur ein ganz kleiner Schritt -
Wird sie durch Katzenpfotenkraft
Hinweggerafft!

Danach wäscht sich die Katz die Pfote
Und spricht mit der ihr eignen Note:
«Wie nützlich ist es dann und wann,
Wenn man 'ne fremde Sprache kann ...!»

Stiftung Vocis

Am Ribelrain 3, 8833 Samstagen

Tel: +41(0)79 304 22 78

info@vocis.ch / www.vocis.ch