

STAMMEBLADET

FORENINGEN FOR STAMMERE I DANMARK

NR. 3 MAJ 1995 20. ÅRGANG.

SUCCESEN GENTAGES PÅ SAMSØ

STAMMEBLADET er medlemsblad for

Foreningen for Stammere i Danmark (FSD),

som har følgende formål:

- at udbrede kendskabet til stammen og stammeres vilkår,
- at udøve en oplysende og rådgivende virksomhed med hensyn til stammens årsager, forebyggelse og behandling,
- at støtte forskning med hensyn til stammen og stammebehandling,
- Varetage stammeres interesser på enhver måde.

Stammebladet udkommer 6 gange om året og næste nummer har deadline den 15. august 1995.

Dette nummer er trykt i 500 eksemplarer hos:
Pan Tryk, Skive

Redaktion: Lene Hansen

Breve og indlæg sendes til:
Lene Hansen
Æblehaven 14
3400 Hillerød

Indlæg **skal** være læselige, og de må meget gerne være skrevet på maskine eller på diskette.

INDHOLD

Nyt fra formanden	side 4
Skal I til Samsø?	side 5
Stillingsopslag fra DaVS	side 6
Velkommen til Røros	side 7
Välkommen till Nordiskt Möte i Linköping	side 8
Tilskud til kongresdeltagelse	side 9
Opråb til unge stammere!!!	side 10
Overtonesag - en ny behandling af stammere?	side 13
Livstegn fra Viborg	side 17
Dispensation til eksamen	side 18
Fra forældregruppen	side 20
Bestyrelsen	side 21
Generalforsamlingsreferat	side 22

FRA REDAKTIONEN.

Generalforsamlingen, som blev holdt i Oksbøl, vil blive husket for sin planmæssig afvikling. Selvom der var stor spørgelyst, blev der også tid til en gåtur og en uformel snak inden aftensmaden.

Jeg vil gøre jer opmærksom på tilbudene om at deltage i den Norske Stammelejr i Røros i juni måned og i Den 4. Verdenskongres i Linköping i Sverige.

Jeg vil ønske alle en god sommer.

Lene Hansen.

NYT FRA FORMANDEN

Kære medlem!

Jeg vil gerne byde alle nye medlemmer velkommen i foreningen og jeg håber at I vil blive tilfredse med medlemsskabet. Hvis I har nogle spørgsmål eller nye ting I synes der skal tages på programmet hører jeg og resten af bestyrelsen gerne fra jer. Desuden vil jeg gerne byde velkommen til ny suppleant i bestyrelsen Conni Brouwers, Janderup J.

Jeg vil gerne sige tak for genvalget som formand på den nyligt afholdte generalforsamling i pragtfulde lokaliteter i Oksbøl.

Store dele af befolkningen ved i store træk, hvad definitionen er på stammen. Men så ved folk ikke mere, de ved ikke hvilke følgevirkninger, disse gentagelser og omverdenens reaktion, har på stammeren, og det er stammernes (omverdenens) kæmpe problem.

Der ligger heri en meget stor udfordring for FSD, men en ligeså stor udfordring til den stammende selv - nemlig at fortælle folk om disse problemer. Den bedste måde er ved, at du selv tager emnet op over for dine arbejdskolleger, hvis du er heldig at have sådanne, venner og bekendte, og fortælle dem om de problemer din stamme har givet dig.

Du skal samtidig ikke glemme at rådgive dem om, hvordan du gerne vil have, de skal takle din stamme.

Med venlig hilsen

Henrik N. Jensen

SKAL I TIL SAMSO?

Foreningen har også i år fået bevilget midler til

Weekend - stammelejr for stammebørn med familie.

Lejren placeres i weekenden den 1. - 3. september 1995.

Der var sidste år almindelig enighed om, at det »bare« skulle være en gentagelse, så det kommer til at handle om at

- ha' det rart sammen
- lege sammen
- lave fælles aktiviteter
- lave mad sammen
- opleve øen sammen eller i mindre grupper

Da der er 14 hytter/campingvogne til rådighed, gælder samme princip som sidste år: »Den der kommer først....«.

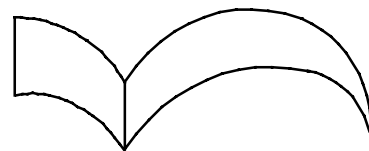
Af praktiske grunde vil det dog være sådan, at tilmelding skal være foretaget **senest den 13. juni 1995 til sekretariatet**, idet eventuelle ledige reserverede hytter afbestilles.

Deltagerpris: Voksne betaler kr. 125
 Børn er gratis.

Der ydes refusion af transport **efter foreningens regler**, dvs. fægebillet samt kørsel i egen bil/tog-/busrejse. Husk at gemme billetter.

Så altså - fat telefonen og meld dig til med familie **NU!**

P.S. Vil du vide mer', kontakt Calle, tlf. 75 27 12 12.



STILLINGSOPSLAG:

Barselsvikar til Dansk Videnscenter for Stammen

Dansk Videnscenter for Stammen har i perioden 1. august - 31. december 1995 (med mulighed for forlængelse i 3 måneder) et barselsvikariat ledigt til besættelse.

Ansøgeren skal indgå i centermedarbejder, Tine Egebjergs stilling i forbindelse med afvikling af barselsorlov og evt. forældreorlov.

Stillingen er en fuldtidsstilling med fast arbejdssted på Dansk Videnscenter for Stammen.

Dansk Videnscenter for Stammen søger en medarbejder med relevant uddannelses- og erfaringsbaggrund samt kendskab til stammeområdet. Herudover må ansøgeren gerne have erfaringer med projekt- og udviklingsarbejde, formidling, EDB på brugerniveau og læsning/tolkning af udenlandsk litteratur (primært engelsksproget).

Dansk Videnscenter for Stammen tilbyder et udfordrende arbejde, gode arbejdsforhold, gode kolleger og løn efter aftale.

Yderligere oplysninger om stillingen kan fås ved henvendelse til Dansk Videnscenter for Stammen, hverdage mellem 9.00 og 15.00 på telefon 39 69 66 33, lokal 2531.

Ansøgningen skal stiles til

Centerleder Per Fabæch Knudsen
Dansk Videnscenter for Stammen
Emdrupvej 101
2400 København NV.

og skal være centret i hænde senest den 15. juni kl. 12.00.

Dansk Videnscenter for Stammen er oprettet med det formål, at sikre at det løbende vil være muligt for talepædagoger og andre behandlere, brugere/pårørende, institutioner, forvaltninger m.v. at få del i den nyeste viden om stammen og stammebehandling. Formålet søges nået igennem systematisk indsamling, bearbejdning, udvikling og formidling af viden om årsager til stammen, udvikling af stammen, stammens konsekvenser, forebyggelse af stammen og behandling af stammen.

Norsk Interesseorganisasjon for Stamme (NIFS) har sendt følgende invitation til de danske medlemmer som er velkommen til at delta i deres stammelejr.

VELKOMMEN TIL RØROS

Stamcamp den 9.-11. juni 1995.

I år er det Styret i NIFS som er vertskap. Stamcamp blir holdt på Idrettsparken Hotel & Vandrehjem, som ligger 300 m fra Røros sentrum.

Opplev Røros:

Røros har mye å by på - både spennende natur og gammel bebyggelse og mange koselige kafeer. Med andre ord, forholdene ligger bra til rette for en spennende helg.

Overnatting:

Overnattingen vil skje i Campinghytter. Ta derfor med sovepose. Frokost blir ordnet av NIFS.

I god Stamcamp tradisjon er overnattingen billig. Det vil være en egenandel på Nkr. 300 for enkeltpersoner og Nkr. 600 for familier, som dekker overnatting i campinghytter og bespisninger og omvisninger under oppholdet. NIFS vil også være behjelpelig med å dekke en del av transport-utgiftene til medlemmene som kommer utenbys fra.

Program:

Fredag den 9. juni

ankomst Idrettsparken, Innstallering & Kveldsmat

Lørdag den 10. juni

kl. 09:00 Frokost.

kl. 10:00 Omvisning. Vandring i bergstaden og lunch.

kl. 15:00 Omvisning. Olavsgruva.

kl. 19:00 Festmiddag.

Underholdning

Søndag den 11.

kl. 10:00 Frokost.

Avreise.

Tilmeldingsblanket til Stamcamp kan fåes ved henvendelse til sekretariatet, tlf. 86 86 26 96.

Inden Verdenskongressen i Sverige begynder, bliver der holdt et mini Nordisk Stammeseminar den 26. juli 1995.

VÄLKOMMEN TILL NORDISKT MÖTE I LINKÖPING!

Den 26. juli 1995 kl. 9:00-12:30, anordnar Sveriges Stanningsföreningars Riksförbund (SSR) ett Nordiskt Möte i anslutning till den fjärde internationella kongressen om stanning i Linköping.

Du som är medlem hälsas hjärtligt välkommen till detta möte. Under Nordiska Mötet kommer främst handikappolitiska spörsmål att diskuteras, men Du får även en chans att »värma upp« inför världskongressen genom att umgås med våra grannar i Norden under några timmar. Vi i SSR tror att det finns ett behov att öka kunskaperna om hur det intressepolitiska arbetet bedrivs i de olika länderna och att fördjupa detta arbete på ett samnordiskt plan.

Preliminart program for det Nordiska Mötet:

09:00 Nordiska Mötet invigs.

09:10 Handikappolitik i Norden.

10:15 Kaffe.

10:30 Målbjörgs representanter rapporterar kort från det föregående nordiska mötet i Reykjavik.

10:45 Gruppdiskussioner om hur de nordiska stanningsförbunden kan arbeta vidare inom det handikappolitiska området samt vad gäller utökat nordiskt samarbete.

11:45 Återsamling och redovisning av gruppernas diskussioner.

12:30 1995 års Nordiska Möte avslutas.

Efter det Nordiska Mötet börjar själva världskongressen, vilken även den kommer att ha en nordisk prägel. Under kongressen kommer den nordiska synen på stanning, stanningsbehandling och aktivt arbete inom handikappörelsen att visas upp för våra gäster från hela världen. De nordiska stanningsförbunden har en unik erfarenhet att förmedla till övriga världen.

Efter beslut av Nordiska Nämnden för Handikappfrågor (NNH) kan SSR lämna ekonomiskt bidrag för medlemmars kostnader för resor och uppehälle i samband med det Nordiska Mötet i Linköping. Hur stort bidraget blir beror på antalet besökare från de nordiska länderna. Bidraget

betalas ut i efterskott mot uppvisande av kvitton för utlägg till dem som bevistat de Nordiska Mötet före Världskongressen.

Särskild anmälan till det Nordiska Mötet behövs inte. Vi utgår från att alla nordbor som kommer till Linköpingskongressen också kommer att vara med på det Nordiska Mötet.

Observera! Det är ännu inte för sent att anmäla sig till Världskongressen och det Nordiska Mötet i Linköping 1995.

Alla medlemmar i Danmark, Finland, Island, Norge och Sverige önskas varmt välkomna!

SVERIGES STAMNINGSFÖRENINGARS RIKSFÖRBUND

TILSKUD TIL KONGRESEDELTAGELSE

Som det fremgår af ovenstående får deltagere på det lille nordiske stammeseminar, der holdes før verdenskongressen, tilskud til rejse og ophold fra Nordisk Nævn for Nandikapspørgsmål. Beløbet er afhængigt af hvor mange der deltager.

Herudover giver FSD tilskud til deltagelse i verdenskongressen for medlemmer der er bosiddende i Danmark. Tilskuddet kan være op til 100 % af kongresafgiften.

Kongresafgiften er 1.100 Svenske kroner, hvilket svarer til ca. 850 Danske kroner. Tilskuddet udbetales ca. 15. juli ved indsendelse af en kopi af indbetalingskvitteringen til sekretariatet. Da det samlede tilskud til alle deltagere højst kan være kr. 10.000 kan man kun regne med at få tilskud efter 15. juli, hvis der er penge tilbage i puljen efter første udbetalingsrunde.

OPRÅB TIL UNGE STAMMERE!!!

Jeg er en 19-årig pige som har stammet det meste af mit liv, og som nu i lidt over et halvt år har modtaget taleundervisning. Undervisningen er god, men det er bare ikke nok. Jeg trænger til at møde, snakke og have et socialt samvær med nogen mennesker som - på et stort og afgørende punkt i livet - står i samme situation som jeg selv. Altså, nogen mennesker for hvem, det at være hæmmet i at kunne tale (tilfredsstillende i hvert fald) er et problem der fylder ligeså urimeligt meget, dvs. næsten alt overskyggende meget, i deres liv, som i mit.

Jeg vil specielt gerne mødes med nogen på min egen alder, da jeg tror det at være ung stammer har nogen sider i sig, som der nok ikke er så meget af når man bliver ældre. Det er lige i de år hvor »hele lavinen ruller«. Man skal flytte hjemmefra, gå i gang med uddannelse og lignende, måske indgår man eller er i parforhold, man skal etablere nye omgangskredse osv. Helt ligesom alle andre unge der er ved at stable sin egen tilværelse på benene.

Det er svært nok i forvejen men det er **endnu sværere**, ja nogen gange føles det umuligt, når grundlaget for at man kan trives i noget nyt, er etablering af menneskelig kontakt, og når denne kontakt tit ikke er der, fordi man ikke kan kommunikere ret godt med folk, når man stammer.

Jeg opholder mig sjældent i selskab med særlig mange mennesker ad gangen. Jeg kan ikke rigtig få sagt noget, og går (ufrivilligt) efter princippet: Hellere tie stille end at 1. Sige noget (nogen ting som jeg ved jeg kan uden at stamme) bare for at sige noget. Der som regel kun bliver nogen, lidt kedelige kommentarer eller lignende, da jeg ellers ikke kan bevare den flydende tale. 2. Tale med al den stammen og de blokeringer der må komme, men så at have fornemmelsen af at blive set udefra, som enten enorm komisk eller enorm nervøs.

Jeg kan ikke acceptere at skulle opføre mig på nogen af de to måder, og ender desværre meget ofte i konklusionen: Hellere sige ingenting, end at sige noget som »ikke er mig« eller prøve på at sige noget der ikke lykkes. Men tavsheden kan jeg slet ikke forene mig med, og derfor føler jeg mig tvunget til helt at lade være med at være sammen med andre, hvis jeg ikke vil repræsentere noget som jeg ikke føler er mig.

Alt i alt resulterer det i at jeg, som faktisk har et kæmpe behov for at føle et fællesskab, have venner, have mennesker omkring mig, tilbringer størstedelen af min tid alene og har en minimal vennekreds. Flere gange er jeg startet på kurser og uddannelser, men er hoppet fra igen - røg ind i »stille pige-rollen«. Jeg åbnede sjældent munden, endnu en gang pga. stammen og angsten for samme. Dette er også grunden til at jeg endnu ikke er flyttet hjemmefra og hen i ungdomsbolig eller kollegie (et sted, hvor der også er lidt socialt liv), som jeg har gået og haft lyst til i lang tid efterhånden.

Det er utrolig frustrerende, at føle ikke at kunne komme igang med sit eget liv pga. en irriterende fysisk skavank (efter min mening)! og meget smertefuldt at forestille sig aldrig at kunne bryde ud af denne isolation fra »verden der udenfor«. Jeg er mildt sagt blevet træt af, at stammen styrer mit liv, drømme og fremtidsplaner, på den måde.

Hvis der er andre unge stammere der har det på samme måde, så lad os sammen få styr på den stammen! Lad os opmuntre og støtte hinanden til at gøre og tage de valg vi vil, på trods af talehæmningen.

Det som jeg hovedsagligt kunne tænke mig at bruge gruppen til var som støtte. At snakke om de psykiske sider ved stammen med alt hvad de indebærer. Derudover - eller i samme åndedrag - vores liv som unge med stammen, vores livsvisioner og hvordan vi får ført dem ud i livet. Alle emner, eller flere der kommer til, baseret på at vi hver især fortæller om vores oplevelser og erfaringer der kan gives videre som gode tips, og om hvordan vi ser vores liv. Jeg tror det kan give meget at opdage de forskellige indgangsvinkler til stammeproblemet.

Man kunne også, for at holde hinanden fast og styrke selvdisciplinen, træne taleteknikker sammen f.eks., eller lave små kontrakter/aftaler for nogen ting som man skulle overvinde sig selv til at gøre, til næste gang gruppen skulle ses. Og måske, hvis der var stemning for det, kunne man selvfølgelig også bruge gruppen som en hygge- og vennekreds, hvor man kunne besøge hinanden, gå en tur i byen o.lign. Evt. kunne der diskuteres om der var behov for, i perioder eller permanent, helt eller delvist, at koble en psykolog på gruppen. Hvis det kunne lade sig gøre praktisk og økonomisk.

Men alt dette er bare et ukast. Hovedsagen er at vi samles (**snart!**). Så spred budskabet og skriv eller ring til mig, med det samme!

Til sidst: Lad dig ikke afskræmme fuldstændig af alderskravet. Hvis du føler du står i den helt samme situation, som jeg prøvede at beskrive for mit eget vedkommende, og sikkert også for andre unge, betyder alder vel egentlig ikke noget.

I øvrigt vil jeg godt lige pointere, at det **ikke** er min hensigt at fremstille »de yngre årgange« som nogen der har det meget værre end alle andre stammere, og jeg bagatelliserer **ikke** de øvrige stammere problemer, på nogen måde, hvis nogen skulle få indtryk af det. Det jeg gør, er bare at tage udgangspunkt i **min egen** situation (problemer og behov). Det er nu engang det mest overkommelige.

En allersidste lille ting: Piger! Husk, jeg vil **også** gerne hører fra **jer!** Vi er jo, som bekendt, i undertal blandt stammere.

Med venlig hilsen

Trine Andersen
Østerhøj Bygade 165
2750 Ballerup, Tlf. 44 66 09 24

Denne artikel er skrevet af Kirsten Lemmergaard fra Farsø.

OVERTONESANG - EN NY BEHANDLING FOR STAMMERE?

I over 50 år har jeg levet med et handicap, der hedder stammen, en lidelse, der i høj grad hæmmer kommunikationen med andre mennesker og derved griber ind i hele ens sociale liv. Alt efter sværhedsgraden styrer den ens liv lige fra barnealderen, senere ved valg af uddannelse og ved mulighederne for job. Man kan sammenligne stammen med et isbjerg, hvor 1/10 er synlig, nemlig selve stammen, medens resten er usynlig, og det er de psykiske faktorer. Ca. 1 procent af Danmarks voksne befolkning har dette handicap i større eller mindre grad.

Som barn og ung, ja helt op i 40 års alderen, var min stammen så voldsom, at jeg vil betegne den som invaliderende, idet den styrede mit liv totalt. Derefter skete der en mildning, men stadig var det sådan, at var jeg træt, stresset eller ude af psykisk balance, kunne min stammen gå helt i baglås. Konsekvensen blev oftest, at jeg enten sagde nej tak til socialt samvær, hvis ikke jeg var på toppen, eller følte mig tvunget ind i rollen som den tavse lytter.

De traditionelle behandlingsmuligheder har jeg prøvet både som barn og som voksen, men alle var uden de store resultater. Med den viden jeg har idag, kan det ikke undre mig. Tager vi isbjerget igen, kan jeg se, at de stammebehandlinger, jeg har deltaget i, alle har fokuseret på den øverste tiendedel, nemlig selve stammen. Resten af isbjerget er forblevet uændret.

Har man en sygdom eller et handicap, vil man altid være vågen overfor behandlingsmuligheder, der enten kan helbrede sygdommen eller lette ens daglige tilværelse. Dette gælder selvfølgelig også mig, selv om min stammen efterhånden var af en sådan beskaffenhed, at jeg sagtens kunne leve med den. At jeg i dag kun stammer lidt og uden de helt store spasmer, skyldes, at jeg af andre årsager fik bearbejdet den nederste del af isbjerget.

For 3 år siden fik jeg kræft, og i den forbindelse var jeg på et ugekursus på Sønderjyllands center mod Kræft. Et kursus, der hjalp mig til at leve et kvalificeret liv uanset prognosen. På kurset fik vi nogle psykologiske hjælperedskaber, så vi var i stand til at arbejde videre hjemme. Igennem dette arbejde, hvor jeg satte mit liv under lup og fik ændret uhensigts-

mæssige holdninger og adfærdsmønstre, skete der en hel del. Jeg oplevede, at min stammen ændrede sig i takt med min selvudvikling. Jeg blev helbredt for min kræft, og som sidegevinst fik jeg en forbedret tale.

Jeg nåede ret langt ad den vej, men på et vist tidspunkt følte jeg, at det ikke var nok, hvis der skulle ske mere på det stammemæssige område. Derfor var der straks en klokke, der ringede, da jeg hørte om et kursus i overtonesang. Kurset, der hedder "Den kreative Stemme", bliver ledet af kropsterapeut Henrik Krogh og psykoterapeut Jørgen Aagaard. Jeg ringede til dem for at høre, om de havde nogen erfaring med stammere. Det havde de ikke, men de var meget interesseret i at prøve at arbejde med stammere, idet de havde en formodning om, at deres undervisningsform kunne hjælpe talelidende. Enden på denne fælles interesse blev, at vi indgik et samarbejde med hinanden for at se, hvor stor indflydelse deres undervisning havde på stammen.

Inden jeg går videre, vil jeg give en kort præsentation af Jørgen Aagaard og Henrik Krogh. Jørgen arbejder som terapeut og underviser indenfor psykoterapi og stemmetræning. Han har specialiseret sig i de psykologiske aspekter i forhold til specifikke stemme- og udtryksproblemer ved hjælp af overtonesang. Henrik arbejder som terapeut og underviser indenfor kropsterapi og stemmetræning med speciale i behandling af blokeringer i hals og nakkeområdet. Desuden giver de begge individuelle behandlinger i henholdsvis psykoterapi og kropsterapi.

Denne kombination af psykoterapi, kropsterapi og overtonesang fandt jeg rent instinktivt var en ideel stammebehandling for mig, idet den tager udgangspunkt i hele mennesket og uden direkte fokus på stammen ser på, hvordan man fungerer både fysisk og psykisk. Derfor havde jeg også udelukkende positive forventninger, da jeg i juni 1994 startede på den individuelle undervisning og senere var med på kurset "Den kreative Stemme", vel vidende, at det var mit ansvar at bevise, at dette skulle blive en ny alternativ stammebehandling.

Overtonesang er forskellig fra sang på den måde, at sang er en udadrettet aktivitet, medens overtonesang er en indadrettet aktivitet. Man lytter indad til de toner, man frembringer. Lytter til sin egen rumklang og lærer, hvordan man kan ændre lydene ved sin mundstilling. Ved at rette opmærksomheden på vejtrækningen finder man ud af at regulere styrken på tonen og kombinere den med mundstillingen. Det kræver koncentration at lytte indad dels til de toner, man frembringer, dels til det, der sker inde

i kroppen, medens man synger. Kort sagt, man flytter sit fokus fra talecentret og ned i kroppen.

At kombinere det fysiske, det psykiske og overtonesangen gør, at man kommer i nær kontakt med sit eget følelsesliv. Tag f.eks. vreden. Et menneske, der står og hakker og stammer sin vrede ud, kommer let til at virke latterlig, og den ønskede effekt udebliver. I stedet fortrænger stammeren sin vrede - og det er kun gørligt til et vist punkt -, på et eller andet tidspunkt skal den ud, og da sker det ofte helt ukontrollabelt og ubehersket. Også i dette tilfælde udebliver den ønskede effekt, ja det gør måske større skade end gavn. På kurset lærer man gennem fysiske øvelser, psykiske bevidstgørelse og overtonesangen ikke alene at acceptere alle følelser, men også at kunne rumme dem. Har man først lært at rumme følelserne, har man også mulighed for at kontrollere og beherske sine følelser og handle derefter.

At begynde at arbejde med sig selv og sin stammen på denne måde kræver to ting: bevidstgørelse af problemet, og at man tager ansvar. Det vil sige erkende, at det er mit problem og derfor mit ansvar, om jeg vil gøre noget ved det eller ej. Denne fase er nok den vanskeligste, fordi der ligger så mange nederlag, fortrængninger, skyldfølelse og håbløshed bag. Jeg ved, at der findes et stort antal af skjulte stammere, d.v.s. stammere, der bruger al deres energi på at skjule deres stammen ved at spille en rolle som én, der enten ikke siger ret meget, eller som isolerer sig. For dem er det et stort skridt ikke alene at skulle erkende problemets omfang, men også at acceptere ansvaret. Men jeg ser ingen anden udvej, hvis man vil videre.

Nu skal vi ikke tro, at vi, fordi vi er stammere, har eneret på problemer som nederlag, mindreværd og frustrationer, og det tror jeg er vigtigt at huske. Man kan være handicappet på mange områder. Derimod tror jeg, det er vigtigt at se på det ressourcspild, der er forbundet med at have al sin energi samlet på ét sted, nemlig i sin tale. Vi, der stammer, kender alle til den situation, hvor man sidder i en større eller mindre forsamling og snakker. Man vil gerne sige noget, men inden man får vendt sætningen rigtigt inde i hovedet, er samtalen allerede drejet ind på et andet emne. Er man så heldig at få det fremstammet, sidder de øvrige utålmodigt og venter på, at man skal få stammet færdig, uden at få mening i det, man sagde, fordi ordene blev hakket i stykker. Og sådan er der daglige episoder, der kræver store psykiske ressourcer. Nu er jeg det, man kalder en udadvendt stammer, og derfor har jeg ofte oplevet, hvis jeg har været i byen eller haft

gæster, at være helt forkrampet i hals- og mavemusklere og fuldstændig tappet for energi.

Man siger gerne, at det man fokuserer på, forstærker man. Fokuserer man på stammen, forstærkes den i tilsvarende grad. Man kan også sige, at det man fokuserer på, giver man al sin energi. Det vil igen sige, at al energien er samlet i halsregionen. Ved at arbejde psykologisk, fysisk og overtonemæssigt, kan man flytte denne energi og derved komme til at leve i større overensstemmelse med sig selv. Gennem overtonesang lærer man at kontrollere og koncentrere en spænding af halsmuskulaturen, man lærer at lytte bevidst til kroppens signaler, derved flyttes fokus automatisk fra halsen ned i kroppen, og der frigøres energier. Da overtonesangen er bevidsthedsudvidende, kommer man ikke alene i forbindelse med sit indre rum, men også med de følelser, man har undertrykt. Psykologisk kan man lære at bearbejde og rumme alle følelser, og begynder man først at være hos de følelser, man har, er også det med til at flytte fokus ned i kroppen, og derved give de psykiske energier større spillerum. På kurset undervises der i overtonesang, fysiske øvelser og i åndedrætsøvelser for ad den vej at løsne blokeringer og spændinger i hals og nakkeområdet. På den måde frigøres den fysiske energi. Områderne fungerer som en smuk treenighed til gavn for de mennesker, der vil gøre noget selv for at leve et kreativt liv i pagt med deres egen indre frihed.

Jørgen Aagaard og Henrik Krogh underviser sangere, skuespillere, musikere, kunstnere, undervisere og terapeuter. Det er dog min erfaring, at også andre gennem denne form for stemmepædagogik kan lære at udnytte deres kreativitet og ressourcer.

Følgende artikel er sendt til redaktionen for at fortælle at gruppen har haft det fornøjeligt og rart sammen på kurset og at man skal holde øje med hvad der er af undervisningstilbud i ens område.

LIVSTEGN FRA VIBORG

Vi har netop afsluttet et kursus på Undervisningscentret Viborghus, hvor vi har været sammen en gang om ugen, 2 timer med talepædagog og 1 time med gymnastiklærer. Kurset har gået over 10 gange.

Vi har været glade for at være sammen med andre, som stammer. Det har givet mere talelyst i hverdagen.

Af indholdet vil vi fremhæve:

Øget kropsbevidsthed.

Afspændingsøvelser vi kan bruge.

Mere forståelse af hvad det vil sige at stamme.

Vi vil fremover holde øje med andre undervisningstilbud og anbefale andre at gøre det samme.

Følg med i Stammebladet!

Tine, Dan, Anders
Talepædagog Poul Martin Møller
Viborg amt

I Dansk Videnscenter for Stammens seneste nyhedsbrev har Tine Egebjerg og Per FF. Knudsen skrevet en grundig artikel om reglerne omkring dispensation til eksamen i folkeskolen, gymnasiet, HF og ved erhvervsuddannelserne.

Her er et kort sammendrag af artiklen. En kopi af hele artiklen kan fås ved henvendelse til FSD's sekretariat.

DISPENSATION TIL EKSAMEN

Folkeskoleområdet

I vejledningen står der under mundtlige prøver vedr. anvendelse af særlige hjælpemidler, herunder brug af praktisk medhjælp: *»Der er ikke angivet nogen fast tidsramme for den mundtlige prøve. Prøveafleggelsen må tage den tid, som er nødvendig for at kunne bedømme elevens præstation. Der er dermed ikke noget tidspres ved prøveafleggelsen for bl.a. elever, som stammer«* (s. 2).

Forlænget eksamenstid ved mundtlig eksamen i folkeskolen er altså **ikke** nogen fravigelse af eksamensreglerne.

»For elever med talevanskeligheder i form af svært forståelig tale eller svær stammen kan der ved mundtlige prøver gives tilladelse til, at eleven nedskriver besvarelsen eller dele deraf.

Der kan desuden medvirke en medhjælp, som dels kan være en trygheds-skabende faktor, dels kan medvirke som hjælper ved kommunikationen, hvis eleven eller læreren anmoder derom. Medhjælperen udpeges af skolens leder og kan f.eks. være elevens talepædagog.

Der gives påtegninger, når de mundtlige prøver helt eller delvist må gennemføres med skriftlige besvarelser. Desuden gives der påtegning, hvis den praktiske medhjælp indgår ved prøven i et omfang, som går ud over at tolke eller gengive enkeltord« (s. 8).

Det betyder at talepædagogen, efter aftale med eleven og skolens leder, kan sidde med til eksamen. I den situation har talepædagogen lov til at hjælpe eleven med at sige enkelte ord og eleven kan, hvis det er nødven-
digt vælge at nedskrive enkelte ord.

Dette skal ikke påtegnes eksamensbeviset.

Gymnasiet, HF og erhvervsgymnasiale uddannelser

På gymnasie- og HF-niveau kræver næsten alle ændringer i forhold til bestemmelserne, at der på eksamensbeviset kommer en påtegning.

Grunden til dette, for stammeres vedkommende, skulle være at eksamen på HF og Gymnasie niveau er tidsbegrænset (det er en del af prøven, at kunne formulere sig indenfor en bestemt tid) og forlænget eksaminationstid er derfor en fravigelse. Vi har dog ikke kunne læse dette med »tiden« og den mundtlige eksamen nogen steder! I bilag 3 står:

»En påtegning skal sikre, at modtageren af eksamensbeviset (uddannelsesinstitutioner og arbejdsgivere) oplyses om fritagelser og/eller dispensationer, der kan have betydning for vurderingen af den konkrete eksamen.

Påtegninger på eksamensbeviset anføres i bemærkningsrubrikken« (...)

»Påtegningen skal indeholde oplysninger både om grunden til dispensationen og om dispensationens art og omfang. Ordlyden i påtegningen skal holdes på et generelt plan, og formuleringer, der kan virke diskriminerende, skal undgås.

Påtegningen udformes efter følgende model: På grund af talehandicap har rektor/ forstander/Undervisningsministeriet dispenseret fra tidsrammerne ved mundtlig eksamen i (+ fagbetegnelse). eller På grund af talehandicap har rektor/ forstander/Undervisningsministeriet givet tilladelse til en forlængelse af eksaminationstiden ved mundtlig eksamen i (+ fagbetegnelse)

Til slut i bilag 3. finder man følgende bemærkning.

*«Hvis en given dispensation **ikke** bruges, falder den dertil knyttede påtegning bort. Dette gælder både i tilfælde, hvor det pågældende fag ikke udtrækkes til studentereksamen, og i tilfælde hvor eksaminanden senest imidlertid før prøvens begyndelse meddeler, at dispensationen ikke ønskes benyttet«.*

Reglerne på gymnasie/HF området er, som det fremgår, meget stive i forhold til folkeskoleområdet og Foreningen for Stammerne i Danmark har da også klaget over reglerne og forlangt dem ændret. Det ser ud til at en sådan ændring nu endelig er på vej, da undervisningsministeren er opmærksom på problemet og vist nok støtter en ændring i lighed med folkeskolebekendtgørelsen/vejledningen på stammeområdet.

På resten af erhversuddannelsesområdet, er der **ikke** påtegningspligt.

FRA FORÆLDREGRUPPEN

DR og TV2 sagde ja til et møde med forældregruppen, hvor de blev tilbudt information om småbørnsstammen og om hvordan medierne påvirker, når de bruger stammen i »uheldige« situationer.

Møderne blev holdt i januar og februar i år.

Til mødet i DR deltog også Tine Egebjerg fra Dansk Videnscenter for Stammen. Vi holdt møde med Iben Wurbs, som er ansvarlig for redaktionen for småbørnsprogrammerne. I det to timer lange møde koncentrerede vi os om de »uheldige« situationer, hvor tv-folk bruger stammen til at manifestere lav status.

Vi aftalte at vi, efter at have set programmer med uheldig brug af stammen, kan ringe til småbørnsafdelingen. Forældregruppen kan så få en kopi af programmet, som vi bagefter kan give dem vores mening om. Så kan de tage sagen op i redaktionen.

I TV2 mødte vi Preben Bredstoft, som helt alene står for alle børne- og ungdomsprogrammerne. Vi fik bl.a. at vide, at alle oversættelser bliver lavet af et firma uden for huset.

Der blev snakket om det sammen emne igen. Vi blev inviteret til at være med i Bubber's program søndag morgen, hvor vi selv kan tilrettelægge ca. 10 minutter. Det er ikke besluttet om vi vil tage imod tilbudet eller ej.

Nu er den første dør til et samarbejde med TV-medierne åben.

Når du ser TV-udsendelser hvor stammen er brugt uheldigt, så skriv eller ring til FSD's sekretær Lene og oplys om navnet på TV-stationen, programmet, sendetid og dato. Hun vil så bringe sagen videre til forældregruppen.

BESTYRELSEN

Således ser bestyrelsen ud og som I kan se er der dukket et nyt ansigt op på arenaen, det er Connie Brouwers fra Janderup.

Præsentation af den nye suppleant til bestyrelsen.

Connie Brouwers

Som nyvalgt suppleant til bestyrelsen, vil jeg gerne introducere mig selv. Jeg er 32 år, hjemmegående og har 3 drenge på henholdsvis 12 - 5 - 3 år.

Jeg blev medlem af foreningen fordi vores ældste dreng er stammer og har gjort det siden han var 3-4 år. Vi har selvfølgelig benyttet os af de tilbud, der var for ham i Århus og Oksbøl, hvilket vi alle har været meget glade for.

Jeg er medlem af lokalgruppen for forældre og stammere i Varde/Blåvandshuk kommune, hvor jeg er sekretær.

Jeg glæder mig meget til at gå ind i foreningens arbejde.

Generalforsamling den 29. april 1995 på »RAGU-KU« i Oksbøl.

Der var 18 stemmeberettigede medlemmer til stede.

Deltagere: Henrik, Per, Anders, Karen, Hanne, Ernst, Lene, Tine, Kirsten, Jørgen, Hans, Connie, Carl Erik, Peder, Torben, Inge, Gorm og Lurdes.

1. Valg af dirigent og stemmetællere.

Per Knudsen valgtes som dirigent. Dirigenten konstaterede at generalforsamlingen var lovlig indkaldt. Som stemmetællere valgtes Lene og Hans.

2. Formandens beretning.

Der er afholdt 3 informationsmøder i henholdsvis Køge, Aalborg og Hjørring. Der var ialt ca. 100 deltager. Møderne var meget tilfredsstillende, folk var nysgerrige og spurgte meget. De viste også, at der er et stort hul i selve stammebehandlingen af skolebørn. Vil gerne være med til at støtte de pædagoger, der vil gøre en indsats. Fremtidsplaner kunne være:

- a. Revideret informationspjece.
- b. Evt. reklamere for foreningen i DR's TV-Åben.

Foreningen sponsorerer igen i år familielejre. Der er også mulighed for at komme på Norsk Stammelejr anden weekend i juni for kun henholdsvis 300 Nkr. og 600 Nkr. for en familie. Dem der er interesserede i dette kan kontakte Henrik N. Jensen for mere information.

Vil gerne have et møde med DaVS for at få noget at vide om deres planer for fremtiden, og finde ud af hvordan vi kan samarbejde.

Efter nogle spørgsmål godkendes beretningen.

3. Revideret årsregnskab.

Kasserer fremlagde det allerede udsendte regnskab. Foreningens likviditet er forøget med 81.000 kr., hvilket er meget flot.

Vedr. spørgsmålet om tilgodehavende hos tidligere formand, skal det siges, at der er faldet dom over den tidligere formand om, at han skal

betale. Der er sat 2 advokater på sagen. Herefter godkendes regnskabet.

4. Indkomne forslag.

Til bestyrelsens ændringsforslag til flytning af generalforsamlings-tidspunkt var der megen snak frem og tilbage/for og imod, men efter et »lille« bestyrelsesmøde frafaldtes forslaget.

Generalforsamlingen tog til efterretning at foreningen havde flyttet hjemsted til Hvidovre kommune.

5. Fastsættelse af kontingent og tilskud til lokalafdelinger.

Bestyrelsesforslag: Kontingent uændret 60 kr. Lokalafdelingstilskud uændret 100 kr.

Vedtaget med 17 stemmer for - 1 fraværende.

6. Budget.

Gennemgang af budget. 18 stemte for budgettet.

7. Valg af formand.

Henrik N. Jensen blev valgt uden modkandidater.

8. Valg af medlemmer og suppleanter til bestyrelsen.

3 bestyrelsesmedlemmer til to-årig periode:

Jytte S. Andersen, Anders Johansen og Carl Erik Peters-Lehm - alle 3 genvalgt.

2 suppleanter til et-årig periode:

Karen (Bibi) Steffensen og Connie Brouwers valgt.

9. Valg af statsautoriseret eller registeret revisor.

Bestyrelsen foreslår genvalg af RVT-Revision. 18 stemte for.

10. Valg af kritisk revisor og suppleant.

Bestyrelsens forslag til genvalg af Hermann Christmann som revisor og Jørgen Olsen som suppleant blev godkendt.

11. Eventuelt.

a. Jørgen Olsen er igang med en artikel om de stammekurser han har været på og den bliver bragt i Nyhedsbrevet fra Center for

Handicaphistorisk Forskning - vil sende det til Lene for evt. at komme med i bladet.

- b. FSD har 25 års jubilæum den 14 december 1996 - Jørgen Olsen foreslår at vi laver en pjece, hvor der fortælles om foreningen gennem de sidste 25 år, evt. et særnummer. Kirsten Lemmergaard vil gerne hjælpe. Selve jubilæet kommer på dagsordenen senere.
- c. Ernst Lunddorf har fostret en idé om at starte en efterskole for stammere. Se også indslaget i sidste udgave af Stammebladet, hvor man også kan finde adresse/tlf. på Ernst, hvis man er interesseret i at hjælpe. Det kom der en meget god/lang debat ud af.
- d. Mange roser for et flot Stammeblad og at bestyrelsen gør et godt stykke arbejde.

Per Knudsen erklærede generalforsamlingen for afsluttet med tak for god ro og orden.

Det var en usædvanlig enig generalforsamling.

BILLEDER FRA GENERALFORSAMLINGEN

Referat fra bestyrelsesmøde i Oksbøl den 29. april 1995.

Dagsorden.

1. Godkendelse af dagsorden.
2. Løbende sager.
3. Valg af DaVS-repræsentant.
 - a. Bestyrelsesmedlem.
 - b. Suppleant t/bestyrelsen.
4. Samarbejdet DaVS contra FSD.
5. Information fra arbejdsgrupperne.
 - a. Forskning.
 - b. Kurser.
 - c. Stammebladet.
 - d. International arbejde.
 - e. Ungdomsarbejde.
 - f. Oplysning/flere medlemmer.

6. Kursustid for ny bestyrelsen.

7. Eventuelt

Herunder på hvilke dagsordenspkt. bruger voksen og forældreområdet hinanden.

Til stede: Bibi, Calle, Gorm, Tine, Lene, Peder, Anders (ordstyrer) og Henrik (referent).

Fraværende: Jytte.

1. Dagsorden godkendt.
2. Til efterretning. Højskole udsættes til 1996.
3.
 - a. Anders valgt.
 - b. Jytte indstilles.
4. På et efterfølgende bestyrelsesmøde fastlægges retningslinier for DaVS.
5.
 - a. Spørgeskema udsendt og svar retur.
 - b. De sidste rykker for betaling.
 - c. Der arbejdes på at få børnesider/underholdningssider. Mulighed for sponsering af blad.
 - d. -
 - e. Tine orienterede om ungdomsarbejdet.
 - f. Oplysningsmøder afholdt i Aalborg og Hjørring. Nye forslag til orienteringsmøder i Ribe amt og i Kolding området.
6. Udsat.
7. Alle punkterne.

Referat fra konstituerende bestyrelsesmøde i Oksbøl den 30. april 1995.

Konstituering:

Næstformand: Jytte S. Andersen.

Kasserer: Anders Johansen.

DSI-repr.: Henrik N. Jensen og Peder Nielsen.

Verdenskongres '95/Nordisk Stammeseminar '95:

Seminarafgiften dækkes af FSD med 100%, dog med en øvre grænse på 10000 kr for det samlede tilskud til alle danske FSD-deltagere.

Der vil desuden blive givet en transportgodtgørelse via NNH, hvor meget vides på tiden ikke.

Arbejdsgruppe vedr. efterskole for stammere:

Overslag indhentes fra Ernst vedr. den formodede transportudgifter m.m. for 1995 og 1996. Bestyrelsen dækker transportudgifter m.m. til det første møde.

Tid for bestyrelsesmøde:

Den 5. juni 1995 i Mørke. Kursus den 18. august 1995. Bestyrelsesmøde den 1. oktober 1995.

LOKALAFDELINGER

FSD yder tilskud til drift af lokalafdelinger. Tilskuddet fastsættes efter medlemsantallet i lokalafdelingen og udbetales ved henvendelse til kassereren eller sekretariatet.

Der er i øjeblikket fungerende lokalafdelinger i Ålborg-området, Frederiksborg Amt, Roskilde Amt og Varde, Blåbjerg & Blåvandshuk kommuner.

Hvis du/I er interesserede i at oprette en lokalafdeling, vil sekretariatet være behjælpelig med at udsende invitationer til de lokale medlemmer, en repræsentant for bestyrelsen møder også gerne op.

LOKAL REPRÆSENTATION

FSD har kontaktpersoner rundt om i landet og er også repræsenteret i bestyrelsen på nogle taleinstitutter. Sekretariatet henviser til kontaktpersonerne i dit område.

FORÆLDRE-KONTAKTPERSONER

Hermann Christmann
Bregnevej 10
9800 Hjørring
tlf/fax: 98 92 79 61

Carl Erik Peters-Lehm
Vestparken 114
6840 Oksbøl
tlf/fax: 75 27 12 12

Anette Aude Vegeberg
Skelagervej 406
8200 Århus
tlf: 86 10 99 79

Jytte Søborg Andersen
Strandvejen 81
4600 Køge
tlf/fax: 53 66 13 71

FSD KALENDER

DEN 4. VERDENSKONGRES FOR PERSONER SOM STAMMER

Foregår den 26-29 juli 1995 i
Linköping, Sverige.

Temaer:

Kommunikation
Forskning
Børnестammen
Selvhjælp

Program og tilmedlingskema til
verdenskongressen kan fås ved
henvendelse til sekretariatet.

WEEKEND - STAMMELEJR

På Samsø den 1. - 3. september
1995 afholdes der weekendlejr
for **børn, som stammer** med
deres søskende og forældre.

Tilmelding til sekretariatet senest
den 13. juni.

Se mere information på side 5 i
dette nummer.

EFTERÅRSMØDE - »OKTOBER«:

Den 28. og 29. oktober 1995.

Oktobermødet er en årligt tilba-
gevendende begivenhed den
sidste weekend i oktober.

NÆSTE BESTYRELSES- MØDE

Den 5. juni 1995.

OBS!

Er din adresse forkert - eller er du flyttet - så husk at give besked til sekretariatet på telefon 86 86 26 96 eller pr brev.

FSD's BESTYRELSE

Formand

Henrik N. Jensen
Tusborgvej 8
9310 Vodskov
tlf/fax: 98 29 21 70

Bestyrelsesmedlemmer

Carl Erik Peters-Lehm
Vestparken 114
6840 Oksbøl
tlf/fax: 75 27 12 12

Gorm Rokkjær
Ny Munkegade 71, st.tv.
8000 Århus
tlf/fax: 86 12 47 23

Næstformand

Jytte Søborg Andersen
Strandvejen 81
4600 Køge
tlf/fax: 53 66 13 71

Tine Liedicke
Ølstedgårdvænget 17
5230 Odense M
tlf/fax: 66 15 84 72

Suppleanter

Karen Steffensen
Fasanvej 2
8544 Mørke
tlf: 86 37 76 31

Kasserer

Anders Johansen
Post sendes til FSD's
adresse.
tlf/fax: 48 24 12 38

Peder Nielsen
Brorsonsvej 2
8260 Viby J
tlf/fax: 86 11 63 53

Connie Brouwers
Nybrovej 38
6851 Janderup
tlf: 75 25 87 53
fax: 75 25 87 54

Hvem er FSD?

FSD er en landsforening oprettet i 1971 og har, foruden stammende, også medlemmer blandt forældre, fagfolk og andre interesserede.

FSD er medlem af og repræsenteret i:

Taleinstitutternes Brugerråd (TBR).

De Samvirkende Invalideorganisationer (DSI).

European League of Stuttering Associations (ELSA).

Bestyrelsen af Dansk Videnscenter for Stammen.

Vores repræsentant er Anders Johansen

Deltager i et uformaliseret nordisk samarbejde hvor de fem Nordiske lande på skift arrangerer stammeseminarer.

Du melder dig ind i FSD ved at:

Indbetale 60 kr på giro 2 19 95 48 eller ringe, skrive eller faxe til sekretariatet. Ved indmeldelse efter 1. oktober gælder medlemskabet også for det følgende år.

Foreningen for Stammere i Danmark

c/o DSI

Kløverprisvej 10 B

2650 Hvidovre

Telefon: 8686 2696

Telefax: 8686 2796

Ring og få en snak med vores sekretær Lene eller læg en besked på telefonsvareren

Du er altid velkommen til at kontakte foreningen med spørgsmål, oplysninger eller lignende.

Foreningen sælger følgende pjecer, nu med mængderabat:

Ved køb af følgende antal: 1 stk. 10-49 stk 50 - ? stk.

er prisen pr. stk:

Stammer du?	25,00	20,00	12,50
Stammer dit barn?	25,00	20,00	12,50
Stammer din elev?	25,00	20,00	12,50
Når det lille barn stammer	25,00	25,00	20,00

(priserne er excl. moms og forsendelse)

Plakat med stammende berømt heder kan købes for kr. 100 inkl. moms og forsendelse.

Video-biblioteket omfatter følgende bånd med ekspeditionsgebyr på kr. 50 og lånetid én uge:

Sounds of Stutteres.

(fra verdenskongressen, 1989)

Vi stammer og hvá så.

(om unge/voksne der stammer).

Talelyst og stammeangst.

(om små børn der stammer, og deres forældre).

Vesttyskland 1989

FSD/Båndværkstedet DR

v. bl.a. Per F. Knudsen