

VILKA ÄR VI

Vi är en förening för personer med stamning och ske-nande tal i alla åldrar, samt anhöriga, behandlare och andra som har anknytning till stamning. Vi träffas un-gefär en gång i månaden någonstans i Skaraborg. Vi anordnar aktiviteter, studiebesök och utflykter, bju-der in föreläsare, ser på stamningsfilm, inbjuder till talträning, eller träffas över en kopp kaffe. Vi är an-slutna till Stamningsförbundet. Även om Skaraborg ingår i Västra Götalandsregionen har vi valt att be-hålla vår lokala förening för att bevara den personliga kontakten. Vi har dock ett nära samarbete med andra stamningsföreningar. Vi strävar efter att ha någon i föreningen som är förtroendevald i Stamningsförbun-det för att i högre grad kunna påverka vår situation. Vi är även anslutna till Funktionsrätt Skaraborg, ABF och Skaraborgs Föreningsarkiv. Vi kommer gärna ut och informerar om stamning samt har en skärmvägg som vi kan ställa upp där det önskas.

Vårt syfte är

Att stödja varandras strävan att övervinna problem i samband med stamning.

Att vara en sammanslutning av personer med intresse av stamning, såväl personligt som yrkesmässigt.

Att sprida information om stamning, de stammandes problem och om stamningsterapi.

Att bevaka logopedläget och politiska beslut.

Vårt mål är

Att öka självförtroendet och övervinna talrädslan.

Att våga visa att man stammar utan att skämmas, stötta varandra och samtidigt ha roligt tillsammans.

Att de som önskar ska få hjälp med att hitta vägar att få talet mjukare och mer flytande.

DITT MEDLEMSKAP BEHÖVS!

Alla som känner anknytning är välkomna som med-lemmar hos oss.

Som medlem i Skaraborgs stamningsförening får du

- vara med på alla medlemsträffar.
- information om vad som sker på stam-ningsfronten.
- riksförbundets online Nyhetsblad
- stödja vår viktiga verksamhet.



Självklart finns vi till även för dig, som inte är med-lem!

Vill du bli medlem finns två alternativ (2023):

- Medlem 100 kr/år
- Familjemedlem 50 kr/år

Du kan även

- få information om föreningen
- bli kontaktad om du så önskar
- stödja föreningen ekonomiskt

Vill du bli medlem behöver vi följande:

- Namn och fullständig adress
- Telefon och epost
- Personnr (6 siffror)
- Om familjemedlem: uppge vilken medlem du är familjemedlem till

(OBS: genom att bli medlem godkänner du att Skara-borgs stamningsförening använder dina uppgifter enligt den nya dataskyddsförordningen, GDPR.)

För kontaktuppgifter och information om vår förening och dess aktiviteter, besök vår hemsida: www.ssf.st

Vi finns även på Facebook!

SKARABORGS STAMNINGS- FÖRENING

*S-s-stammar du?
Då är du inte ensam.*



c/o Vättilösa Källåker 1
533 91 Götene
0705223916
www.ssf.st
info@ssf.st

DU ÅR INTE ENSAM

Visste du att Marilyn Monroe, Winston Churchill och Isaac Newton stammade, likaså President Biden, Jan Boklöv och Orup? - Stamning har funnits i alla tider, inom alla samhällsklasser och i hela världen! Ca 1 % av alla vuxna stammar, 4-7% av alla barn. Trots detta hör man sällan någon som stammar. Detta beror på att vi som stammar är mästare på att dölja vår stamning.

Redan som barn får man välmående råd att t ex ta det lugnt och att man fyller i ord. På så sätt ökar stamningen och man känner sig inte som herre över sitt tal. Detta kan skapa oro, ångest och skuld känslor och den sk "inre" stamningen ökar.

Stamningen kan bli som ett isberg, där delen ovanför ytan är det som hörs och syns, medan delen under ytan är det som känns. (OBS att isberget kan se ut olika för var och en.) Det är svårt att förklara för en som inte stammar, att man kan vara skräckslagen för något så enkelt som att svara i telefon eller att säga sitt namn, på grund av omgivningens reaktioner på stamning.



VAD ÄR STAMNING

Forskningen tyder på att stamning har en neurobiologisk grundorsak. En viss läggning för stamning kan ärvas. En förklaring till stamning kan vara att hjärnans styrning av talet är instabil, vilket ger en tendens till avbrott i talet. Psykologiska och sociala faktorer, till exempel den stammande personens

och omgivningens reaktioner, kan påverka stamningens utveckling.

Personer som stammar är inte mer nervösa än andra människor. Men stamning kan göra en stammande person nervös i vissa talsituationer. Stamning upplevs mycket olika från person till person. Många tänker ständigt på stamningen, medan andra är mindre bekymrade. Några stammar lite men upplever det ändå som ett stort problem. Andra pratar på och stammar utan att känna större problem. Det finns dessutom många variationer på hur man stammar.

KAN MAN FÅ HJÄLP MED SIN STAMNING

Ja det kan man! Logoped är utbildade på att behandla olika talvariationer och arbetar ofta på sjukhus. Talpedagoger arbetar i skolor eller privat. I skolor finns speciallärare som också arbetar med talet. Yrkesgrupperna arbetar inte enbart med att få dig att tala flytande, utan även att få dig acceptera din stamning, att minska rädslan för att tala och för att mjuka upp stamningen. Det tar dock tid. Ge inte upp! Vi i SSF finns till för att stötta dig, hjälpa dig och att visa dig att du inte är ensam.

RÅD TILL DIG SOM INTE STAMMAR

- Fyll aldrig i! (Du tar bort självkänslan. En person som stammar kan tala och tänka, det tar bara lite längre tid).

- Möt blicken och försök hålla den kvar! (Visa att du lyssnar och att du kan vänta).



- Ha aldrig "goda råd", typ "ta det lugnt"! (Då visar du att du lyssnar på hur det sägs, inte på vad som sägs). Och inte hjälper det heller.

- Fråga om du är osäker på vad du ska säga eller göra! (Att undvika att tala om stamning gör det till något "konstigt", något man inte får visa).

- Tala om för en stammande vän eller familjemedlem att det finns en förening för stammande personer. Visa denna folder. Du kan själv också bli medlem.



STAMMAR DITT BARN?

Stamningen börjar oftast i 3-7 års åldern, oftare hos pojkar än hos flickor. Alla barn upprepar ljud och stavelser någon gång för att de är så ivriga att prata.

Om barnet kämpar med orden, blir allt tystare och själv besvärar av sitt tal, eller om du som förälder känner oro, kontakta direkt en logoped. Om det behövs en remiss från BVC, nöj dig inte med att "det växer bort"! Ju snabbare ett barn får hjälp med talet, ju bättre. Tvivlar du själv, låt experten göra en bedömning. Det skulle du gjort om barnet var sjukt, eller hur?

Och kom ihåg, det finns personer som stammar i varje yrkesgrupp, så även om barnet fortsätter stamma, så finns alla möjligheter till ett framgångsrikt och socialt liv.

Hör gärna av dig till oss i föreningen. Vi är, eller har varit, barn som stammar. Det finns dessutom föräldrar till stammande barn med i föreningen som du kan prata med. Kanske du själv vill vara med och göra situationen bättre för ditt barn.