

Hos ungdom og voksne kan stamming utvikle seg til en betydelig kommunikasjonsvanske og få psykiske konsekvenser. Det er vanlig at det oppstår individuelle reaksjoner i sammenheng med egen stamming og kommunikasjon.

Som ungdom eller voksen har man kanskje tilegnet seg strategier for å skjule stammingen, altså at man er en «skjult stammer».

Kanskje bytter man ord, formuleringer eller unngår visse situasjoner helt. Mange har også en følelse av «forventning» om stamming, hvor man føler at musklene begynner å spenne seg og at et stammeøyeblikk er underveis.

Enkelte ord kan man også forvente å stamme på før man i det hele tatt er i ferd med å si dem. Her spiller læringsteori en stor rolle. Har du opplevd å stamme på et ord eller lyd tidligere, øker sannsynligheten for at dette skjer igjen, nettopp fordi du begynner å forvente det. Forventning utløser i sin tur fysiske følger i kroppen, hvilket igjen leder til at man muligens stammer på ordet.

Hvor stor vansken knyttet til stamming oppleves, har ikke nødvendigvis sammenheng med hvor mye av stammingen som er hørbar eller synlig for andre. For mange kan angsten for å stamme, unngåelser, frykt, skam og mindreverdighetsfølelse være vel så utfordrende.

Valg i voksenlivet

Valg av sosial omgang, studier og yrkesliv kan for noen være påvirket av stammingen. I utgangspunktet kan de som stammer utføre de samme arbeidsoppgaver som andre. Utdannelse og jobb

bør derfor velges ut fra interesser, evner og jobbønsker. For noen kan det være svært utfordrende å møte på jobbintervju, og de kan føle at stammingen hindrer dem i å få den jobben de ønsker.

Åpenhet

Det mest hensiktsmessige for de fleste er å være åpen om sin stamming. Det er imidlertid ikke like lett for alle da det kan kreve at en utfordrer seg, erkjenner og aksepterer egen stamming. Noen opplever dette så utfordrende at de i ulik grad unngår mennesker og situasjoner der de må snakke.

Hvordan kan logopeden hjelpe?

Noen av de som stammer, ønsker å få hjelp til å arbeide med sin stamming. Logopeden kan bidra til at stammingen blir mindre hemmende og mere kontrollert.

Behandlingen for ungdom og voksne skjer i form av direkte hjelp, individuelt eller i gruppe. Logopeden hjelper til med en målrettet analyse og bearbeiding av stammesymptomene.

En logoped kan hjelpe deg med å oppnå kontrollert taleflyt, det vil si at du kan øke taleflyten din. Logopeden vil også kunne hjelpe deg med å lære mer om dine automatiske reaksjonsmønstre og hvordan du kan forholde deg til stammingen på en mer hensiktsmessig måte. Muligens vil også din spontane flyt kunne påvirkes.

En bruker ulike tilnærminger, både i forhold til selve talen, det følelsesmessige og det tankemessige. Ofte er dette en livslang prosess. Hjelp til selvhjelp er en viktig målsetting



Retten til logopedhjelp

En som stammer har rett til logopedhjelp gjennom kommunen eller hos en privatpraktiserende logoped.

Du betaler ingenting, verken for behandling fra kommunens logoped eller fra en privatpraktiserende logoped, men må ha henvisning fra legespesialist (nevrolog eller psykiater) om du velger å bruke en privatpraktiserende logoped.

Henvisningen sendes HELFO. Ved spørsmål vedrørende stamming, logopedhjelp eller henvisning kan du ta kontakt med logoped.

Stamming hos ungdom og voksne



Besøksadresse:
Åsveien 21, 3475
Sætre

Hjemmeside:
hurumlogopedi.no
Telefon: 40856624

E-post:
logopeden@live.no

