

## Undervisningens mål

Målet med den talepædagogiske undervisning er at afhjælpe eller begrænse stemmevanskelighederne gennem målrettet undervisning tilpasset vanskelighedernes art og omfang.

### Undervisningens effekt

De fleste mennesker med stemmevanskeligheder oplever, at undervisningen har en god effekt på stemmen. Allerede efter et par ganges undervisning vil der ofte være sket en mærkbar bedring.

Det er en forudsætning, at borgeren samtidig arbejder videre hjemme med de øvelser og teknikker, som talepædagogen har introduceret.

Det er derfor af stor værdi, at borgeren er parat til, også udenfor undervisningen, dels at arbejde med stemmen og dels undgå de situationer, der har bidraget til vanskelighederne.

## Praktiske oplysninger

### Hvem?

Borgere fra Slagelse, Kalundborg, Sorø og Ringsted kommuner kan frit henvende sig til Kommunikationsafdelingen med ønske om undervisning.

Undervisningen er gratis for borgeren.

### Hvor?

Undervisning finder sted i CSU-Slagelses lokaler i Slagelse, på undervisningssteder i kommunerne og i nogle tilfælde i borgerens hjem.

For borgere, der ikke har transportmuligheder, kan der arrangeres kørsel.

### Tale/Hjerneafdelingen

CSU-Slagelse  
Rosenkildevej 88 B  
4200 Slagelse

tlf. 58 57 57 60  
csu-slagelse@slagelse.dk

<http://csu.slagelse.dk>

## Stemme- vanskeligheder Undervisning og træning

## Hvad er stemmevanskeligheder?

### Stemmevanskeligheder kan være:

- Følelsen af at have en klump i halsen
- Følelsen af "sandpapir" eller en tør plet i halsen som en begyndende halsbetændelse
- Når stemmen ikke holder til at blive brugt hele dagen
- Når stemmen lyder hæs og skurrende
- Når stemmen bliver skinger eller knækker over
- Når stemmen forsvinder i perioder
- Når stemmen mangler styrke
- Når man ofte rømmer sig eller hoster
- Når det er anstrengende at tale

## Hvad kan der gøres?

Alle borgere med stemmeproblemer skal undersøges af en øre-næse-hals-læge før talepædagogisk intervention. Dette skal ske for at udelukke sygdomme i struben (larynx) eller andre lidelser, der kræver medicinsk eller kirurgisk behandling.

Herefter indledes den talepædagogiske indsats med en udredning og der tages stilling til mål, tidsramme og plan for undervisning.

Undervisningen foregår oftest som individuel undervisning.

Undervisningen afsluttes med en evaluering som sendes til henvisende ØNH-læge.

## Undervisningens indhold

- Bevidsthed omkring kropsholdning
- Bevidsthed omkring åndedræt
- Bevidsthed omkring spænding og afspænding i kroppen
- Bevidsthed om hensigtsmæssig stemmebrug
- Stemmeøvelser