

Kurze Rückmeldungen und Gedanken zum Ropana®-Seminar  
"Mentales Training für Stotternde" vom 6. - 8.11.2015 in Nürnberg:

Alles super, gerne wieder!

- gut vorbereitet
- tolle Themen
- gute Übungen

Marc Neukirch

---

- gute Gespräche
  - tolle Gruppe
  - trotz nach 10ter Teilnahme neues erfahren
  - einfühlsamer und kompetenter Seminarleiter
  - sehr gute Seminaratmosphäre
- 

Es tat gut sprachlich wieder mehr Ruhe einbinden zu können.  
Die gedruckten Sätze kann man im Alltag zuhause als gute Grundlage  
laufend wiederholen.  
Eine erneute Zuversicht für besseres Sprechen beginnt zu wachsen.  
Danke Roland

---

Ich fand die kleinen Steigerungen der Vorstellungsrunden ganz  
interessant, denn obwohl man immer mehr sagen musste, es durch  
die kleinen Steigerungen immer leichter wurde.

---

Als Ergänzung für meine Therapie (nach Zückner) nehme ich  
folgendes mit:

- Die Handbewegung - im Fluss bleiben
- Merksätze - zur Vertiefung was ich tun möchte
- Ziele setzen für eigenes Üben

Bernd Wingen

---

Das Lesen der Basis-Leitsätze will ich wieder regelmäßig in den Alltag einbauen,  
sowie die Handbewegung und die Nachbereitung.

---

Ich fand es gut, auf Gleichgesinnte zu stoßen.  
Ich habe gelernt, mich nicht mehr anzuspannen und wegzuschauen,  
wenn jemand anderes stottert.

---

- Interessante Tipps / Aspekte zu Mentaltraining im Sport, auf Reden übertragbar.
  - Schöne Übung: Vortrag mit quatschenden & abwertend verhaltenden Publikum.
  - gute Unterkunft und Essen.
- 

Mir wurden viele Tipps zum Sprechen und den drei Elementen  
wieder in Erinnerung gerufen.  
Man hatte viel Zeit zum Üben, zum Zeit nehmen beim Sprechen.  
Nette Teilnehmer, schöne Abendgestaltung, neue Motivation,  
um weiterzuarbeiten am Sprechen.

Eva Berberich

---

Hier wird das Sprechen mit einer fließenden Handbewegung synchronisiert.



Dadurch konnten die Teilnehmer einen sehr gelösten Sprechzustand erreichen.



Diese Handbewegung wurde anschließend nur noch wie eine natürliche Geste

angedeutet und letztlich nur noch bei Bedarf eingesetzt um Blocks schnell lösen zu können.



Unterhalb der Jugendherberge (oben im Bild) machten wir am Samstagnachmittag Leseübungen der rund um die Burg aufgestellten Informationstafeln. In den Geschäften der Altstadt wurde dann das Outdoortraining fortgesetzt.



Sehr beeindruckend war Franks souverän gehaltener Powerpointvortrag, den er vorher nicht einmal sprachlich eingeübt hatte.

Besonders hat mir die überaus aktive und fröhliche Gruppe gefallen.

Seminarleiter Roland Pauli