

77. TALBLOCKERING

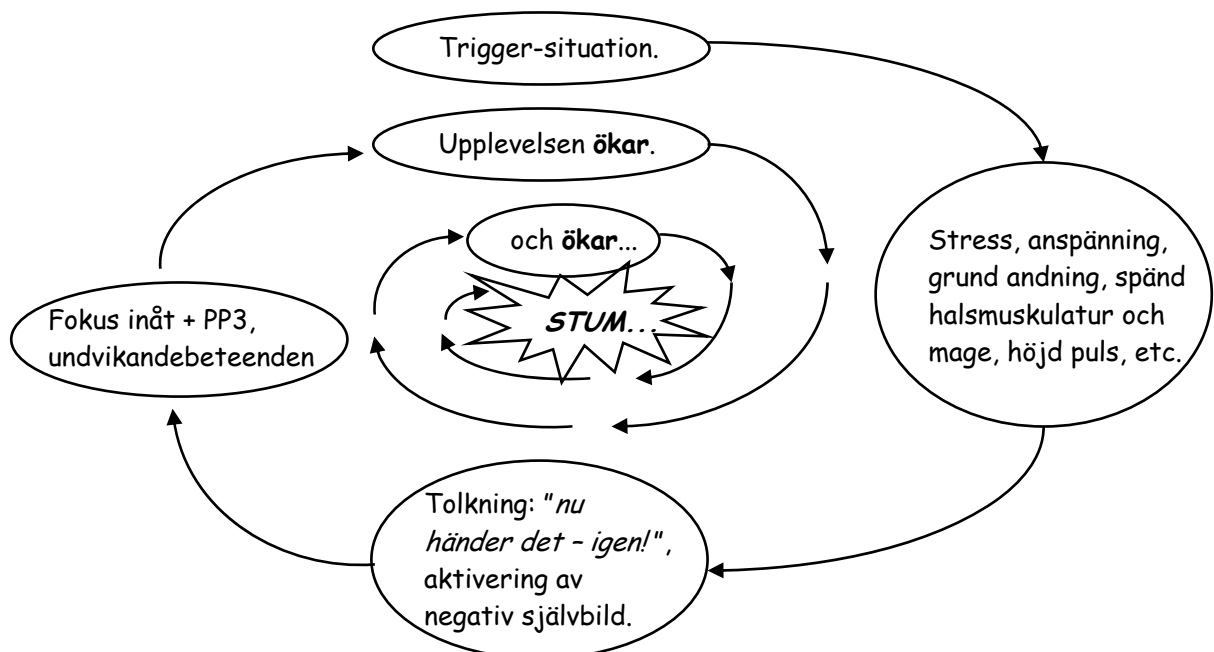
(Från *Mastering Blocking and Stuttering*, Bob G. Bodenhamer)

Oftast används *stamning* som term. *Talblockering* är dock en mer ändamålsenlig term, eftersom den beskriver huvudproblemet i talstörningar av stamningstyp.

Talblockeringen orsakas av att PSS (personen som stammar) i vissa specifika situationer hamnar i ett *inlärnt och betingat tillstånd* präglad av nervositet, tankeläsning (av andras förmodade inställning), anspänning och påföljande muskulära spasmstillstånd.

Eftersom det nästan alltid finns andra tillstånd där PSS talar flytande, är talblockering *inte* ett fysiologiskt problem, utan ett *psykologiskt*. Trots att talblockeringen av PSS upplevs som en "verklig" muskulär störning utan tydlig yttre orsak, är den ett *symptom*. Symptomatisk behandling, till exempel talträning, är därför relativt verkningslös, och kan dessutom förstärka PSS negativa självbild som kronisk stammare.

Mekanismen för talblockering följer samma mönster som vid panikångest, och kan åskådliggöras via samma typ av figur som "hotspiralen", här kallad stammings-spiralen:



Processen är helt undermedveten och tidsrymden från trigger till talblockering är några sekunder. Precis som vid panikångest är det *undvikandebeteendena* som gör att cirkeln fortsätter och förstärks. Typiska undvikandebeteenden är att undvika

vissa startbokstäver, att undvika vissa situationer, avledande beteenden som skämtsamhet, gester, grimaser, etc.

Triggers har ofta sitt ursprung i barndomsupplevelser, och / eller i prägling genom andras negativa beskrivningar av en själv.

Talträning fokuserar bara på ett av stegen, den muskulära anspänningen, och i allmänhet inte på de andra stegen i stamningsspiralen, och har av denna anledning mycket begränsad verkan.

Det inlärdade och betingade inre tillstånd, som klienten via stamningsspiralen hamnar i, uppfyller dessutom i allmänhet "PPP-kriterierna":

Personlig: Klienten tolkar sin oförmåga som en personlig *egenskap*, och tenderar att identifiera sig med den - "*mitt talförmåga är fel på, och det är det på mig med...*"

Påverkar allt: PSS generaliserar sin talstörning till livets andra områden. Talstörningen påverkar självbilden, så att PSS avstår ofta från högre utbildningar, sociala sammanhang, relationer.

Permanent: Efter att i många år försökt få bukt med sin stamning och sin talblockering, hamnar PSS i övertygelsen att tillståndet är permanent - "*jag har stammat sedan jag var liten. Jag har ägnat tusentals timmar och tusentals kronor åt det, och jag stammar fortfarande...*"

Samtliga dessa P:n är förstås falska.

Talblockeringstillståndet är komplext, och kan beskrivas med nedanstående figur, "stamningshexagonen", där det komplexa sambandet och det ömsesidiga beroendet mellan ett antal inblandade faktorer åskådliggörs:

