

# Redeangst, Logophobie

Autor/in:

Was ist Logophobie?

Bei der Logophobie handelt es sich um eine psychogene (d.h. seelisch bedingte) Redestörung, welche den normalen Redefluss beeinträchtigt. Logophobie kann als eigenständiges Störungsbild auftreten oder aber als Komponente bei verschiedenen Sprach-, Sprech-, Rede- und Stimmstörungen enthalten sein, insbesondere bei Stottern und Mutismus.

Wogegen hilft eine Logophobie-Therapie?

Logophobie bezieht sich auf den Zustand der krankhaften Sprechangst in einer Publikumssituation und ist aufgrund ihrer phobischen Grundkomponente eine unangemessene, dauerhafte und starke Angstreaktion in Sprechsituationen, von denen keine reale Gefahr oder Bedrohung ausgeht.

Die starke Angstreaktion ist mit entsprechenden Vermeidungs- und Fluchttendenzen verbunden, die in unterschiedlicher Art und Weise aber reduziert und ausgeglichen werden. Versucht ein Betroffener angstauslösende Sprechsituationen zu meiden, wird es ihm oft unmöglich, seine Anliegen und Bedürfnisse zu verwirklichen.

Symptome der Logophobie - Angst beim Sprechen folgendes Symptome können in einer Redesituation beobachtet werden  
Stimme: Sprechstimme ist zu hoch, Dynamik ist zu leise, Melodie ist monoton Redefluss: Wortfindung verzögert, Sprechblockaden, Sprechunflüssigkeit, unpassende Pausen, zu rasches Sprechtempo  
Atmung: gesteigerte Atemfrequenz, Luftschnappen  
Mund und Kehle: häufiges Räuspern und Schlucken  
Gesichtsausdruck: kein Blickkontakt, Augenrollen, gespannte Gesichtsmuskultur, Grimassieren, Zuckungen, starrer Gesichtsausdruck  
Motorik: angespannt, zappeln, bewegungslos, steif, Hände und Füße zittern/schwanken, von einem Fuß auf den anderen treten  
Bei einer Therapie wird vor versucht, dem Menschen die Angst beim Reden zu nehmen, wenn es sich um lebensnotwendige Gespräche oder alltägliche Gesprächssituationen handelt.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten