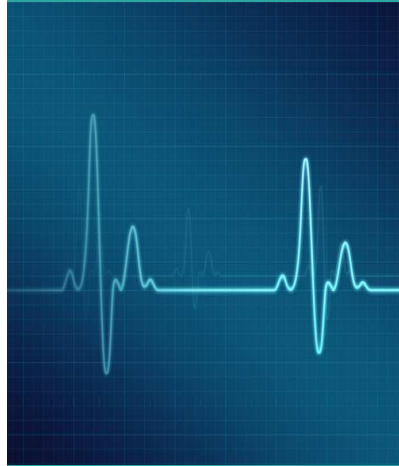


# THERAPEUTISCHE SPRACHGESTALTUNG



## HERZRHYTHMUSSTÖRUNGEN

Das Herz wird über das Sprechen von rhythmischen Texten ganz zentral harmonisiert (z.B. im Hexameter, einem Versmass der griechischen Kultur). Im Sprechen stellt sich nach kurzer Zeit ein gesundes Verhältnis von Atem und Puls (1:4) ein. Dies wirkt vertrauensbildend im seelischen Befinden und führt zu innerer Ruhe.

*Hast du die Welle gesehen, die über das Ufer einerschlug?  
Siehe die zweite, sie kommt! rollet sich sprühend schon aus!  
Gleich erhebt sich die dritte! Fürwahr, du erwartest vergebens,  
Dass die letzte sich heut ruhig zu Füßen dir legt.*

J.W. von Goethe

Die Therapeutische Sprachgestaltung arbeitet — nach einer ausführlichen Sprachdiagnose — mit Lautqualitäten, Rhythmen, Atem, Stimme und Bewegungen sowie geeigneten Texten aus der Dichtung. Die Wirkung dieser Therapieform beruht auf dem aktiven, eigenen Sprechen.

**Beispiel für eine Sprechübung bei Herzrhythmusstörungen:**

*Hast du die Welle gesehen, die über das Ufer einherschlug?  
Siehe die zweite, sie kommt! rollet sich sprühend schon aus ...*

J.W. von Goethe

Der bewusste Umgang der Atmung und der Atempause im Sprechen wirkt regulierend auf das Herz-Kreislaufsystem.

Der Therapeutischen Sprachgestaltung liegt die anthroposophische Menschenkunde zugrunde. Die Kosten werden in der Schweiz über die Zusatzversicherung der meisten Krankenkassen rückerstattet.

Weitere Informationen siehe unter: [www.therapeutische-sprachgestaltung.de](http://www.therapeutische-sprachgestaltung.de)

Herausgeber: Arbeitsgruppe Therapeutische Sprachgestaltung in Zusammenarbeit mit dem SVAKT, [www.svakt.ch](http://www.svakt.ch)