



Stottern bei Kindern und das Nervensystem

Dein Kind weiß, was es sagen will, aber die Wörter bleiben stecken.

1 PHASE 1 Erkennt ihr das?

- ✓ Wiederholt Silben oder Laute
- ✓ Dehnt Laute („mmmama“)
- ✓ Vermeidet Sprechen oder bestimmte Wörter
- ✓ Bleibt an einem Wort „hängen“
- ✓ Anspannung in Gesicht oder Hals beim Sprechen
- ✓ Mehr Blockaden bei Nervosität

“ Weiß es, was es sagen will, aber es kommt nicht heraus?

“ Blockiert es mehr bei Eile oder Nervosität?

3 PHASE 3 Die Ampel, Schritt für Schritt

- 1 Will sprechen und der Körper aktiviert sich.
- 2 Das Wort bleibt auf Rot stecken.
- 3 Die Blockade bringt mehr Anspannung und Angst zu sprechen.

UND BEIM NÄCHSTEN MAL FÄLLT ES SCHWERER

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen seinem Nervensystem, die „Bremse“ wieder zu aktivieren.

~ Ein ruhigerer Körper beim Sprechen lässt die Wörter mit weniger Blockaden heraus.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *eine Wörter-Ampel vor, die auf Rot stehen bleibt*. Sein Nervensystem hat ein „Gaspedal“ und eine „Bremse“, die sich beim Sprechen nicht rechtzeitig abstimmen.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · springt beim Sprechen zu stark an.

⏸ Bremse

Parasympathikus · kommt nicht rechtzeitig: das Wort blockiert.

Beim Stottern **schießt das Gaspedal hoch**, genau wenn das Wort herauskommt.



Ein ruhigerer Körper, damit die Wörter fließen.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Es bereitet einen ruhigeren Körper vor, damit ihre Flüssigkeitstechniken besser greifen.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Mehr Ruhe beim Sprechen
 - ✓ Weniger Blockaden
 - ✓ Mehr Selbstvertrauen
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Sprachentwicklungsverzögerung und das Nervensystem

Deinem Kind fällt es schwer, zu verstehen und Wörter zu verbinden wie andere Kinder seines Alters.

1 PHASE 1 Erkennt ihr das?

- ✓ Sagt weniger Wörter als erwartet
- ✓ Kurze oder unklare Sätze
- ✓ Kann sich bei der Aktivität schwer konzentrieren
- ✓ Versteht schwer, was von ihm verlangt wird
- ✓ Wird frustriert, wenn es sich nicht verständlich macht
- ✓ Wirkt bei Lärm „in seiner eigenen Welt“

“ Fällt es ihm schwer zu folgen, was du sagst?

“ Lässt es sich bei Umgebungslärm leicht ablenken?

3 PHASE 3 Warum Lernen schwerfällt

- 1 Der Körper ist stark aktiviert (viel Rauschen).
- 2 Es fällt schwer, gut aufzumerken und zuzuhören.
- 3 Es kommt weniger neue Sprache an.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen seinem Nervensystem, dieses Hintergrundrauschen zu senken.

~ Mit weniger innerem Rauschen ist es aufnahmebereiter zum Aufmerken und Lernen in den Sitzungen.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *ein Radio vor, das sich im Rauschen schwer einstellen lässt*. Wenn der Körper stark aktiviert ist, übertönt dieses „Rauschen“ das Sprachsignal.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · hohe Aktivierung: viel Hintergrundrauschen.

⏸ Bremse

Parasympathikus · wenn er greift, sinkt das Rauschen und Aufmerksamkeit gelingt besser.

Bei so viel innerem Rauschen **fällt es schwer, aufzumerken, zuzuhören und zu lernen** – in Ruhe.



Ein besser reguliertes Kind lernt Sprache



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Ein besser reguliertes Kind nutzt ihre Sprachförderung besser.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Mehr Aufmerksamkeit
 - ✓ Mehr Lust zu kommunizieren
 - ✓ Besserer Lernerfolg
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Ausspracheschwierigkeit und das Nervensystem

Dein Kind ersetzt oder „verschluckt“ Laute und ist schwer zu verstehen.

1 PHASE 1 Erkennt ihr das?

- ✓ Ersetzt manche Laute durch andere
- ✓ „Verschluckt“ Buchstaben oder Silben
- ✓ Schwer zu verstehen, was es sagt
- ✓ Anstrengung oder Anspannung beim Aussprechen
- ✓ Ermüdet beim vielen Sprechen
- ✓ Schämt sich zu wiederholen

“ Verstehen Außenstehende es schwer?

“ Spannt es den Mund beim Sprechen an?

3 PHASE 3 Wie es schief klingt

- 1 Anspannung versteift Lippen und Zunge.
- 2 Die Bewegungen entkoppeln.
- 3 Der Laut kommt verändert oder undeutlich heraus.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen seinem Nervensystem, diese Anspannung zu lösen.

~ Mit entspannterem Mund koordiniert es die Sprechbewegungen besser, die es mit der Logopädin übt.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *das Orchester des Mundes vor, das schief spielt*. Anspannung versteift Lippen und Zunge und entkoppelt sie.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · Anspannung, die Lippen und Zunge versteift.

⏸ Bremse

Parasympathikus · entspannt und lässt die Bewegungen koordinieren.

Bei angespanntem Mund **spielen** die „Musiker“ nicht im Takt und der Laut klingt schief.



Ein entspannter Mund koordiniert jeden Laut besser.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Artikulationsübung wirkt besser bei entspanntem Körper.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Klarere Aussprache
 - ✓ Weniger Anstrengung
 - ✓ Leichter zu verstehen
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Sprechapraxie und das Nervensystem

Dein Kind kennt das Wort, aber sein Mund schafft die Bewegung nicht.

1 PHASE 1 Erkennt ihr das?

- ✓ Weiß, was es sagen will, aber es kommt nicht heraus
- ✓ Sucht tastend die Mundstellung
- ✓ Sagt das Wort jedes Mal anders
- ✓ Mehr Fehler bei langen Wörtern
- ✓ Viel Anstrengung beim Sprechen
- ✓ Wird frustriert und versucht es erneut

“Kommt dasselbe Wort jedes Mal anders heraus?”

“Wirkt es, als ob sein Mund „sucht“, wie er sich stellen soll?”

3 PHASE 3 Der Sprechweg

- 1 Das Gehirn plant die Bewegung.
- 2 Die Überlastung lässt den Weg stocken.
- 3 Das Wort kommt anders oder halb heraus.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen seinem Nervensystem, besser reguliert zu sein.

~ Besser reguliert plant und wiederholt es die Bewegungen besser, die es mit der Logopädin übt.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Die motorische Sprechtherapie ist die Basis; NESA begleitet die Regulation.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Beständigere Bewegungen
 - ✓ Weniger Frustration
 - ✓ Besserer Fortschritt
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *das GPS des Sprechens vor, das ständig neu berechnet*. Jede Bewegung zu planen verlangt viel, und die Überlastung erschwert es.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · Überlastung, die das Planen erschwert.

⏸ Bremse

Parasympathikus · Ruhe, die das Planen mit weniger Störung erleichtert.

Bei überlastetem System **stockt der Sprechweg** und bricht ab.



Ein reguliertes System plant das Sprechen



Schluckstörung und das Nervensystem

Deinem Kind fällt sicheres Schlucken oder Essen schwer; Mahlzeiten sind Anspannung.

1 PHASE 1 Erkennt ihr das?

- ✓ Hat Mühe, bestimmte Konsistenzen zu schlucken
- ✓ Sehr lange Mahlzeiten oder Verweigerung
- ✓ Wenig Abwechslung beim Essen
- ✓ Hustet oder verschluckt sich beim Essen
- ✓ Anspannung und Weinen am Tisch
- ✓ Angst, Neues zu probieren

“ Werden die Mahlzeiten mit Anspannung erlebt?

“ Hustet oder verschluckt es sich oft beim Schlucken?

3 PHASE 3 Warum es klemmt

- 1 Der Körper ist beim Essen in Alarm.
- 2 Die „Bremse“ des Schluckens greift nicht richtig.
- 3 Schlucken wird schwer und unsicher.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen seinem Nervensystem, der „Bremse“ Raum zu geben.

~ Mit aktiver Bremse geht es ruhiger und koordinierter mit dem Essen um.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *einen Schluck-Aufzug vor, der klemmt*. Das Schlucken steuert vor allem die „Bremse“; bestimmt das „Gaspedal“, klemmt es.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · Alarm und Anspannung: der Aufzug klemmt.

⏸ Bremse

Parasympathikus (Vagus) · koordiniert ein sanftes Schlucken.

Wenn Anspannung bestimmt, **verliert das Schlucken die Koordination** und Essen macht Angst.



Ein ruhigerer Körper geht sicher mit dem Essen um.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Die Schluck- und Esstherapie ist die Basis; NESA begleitet die Ruhe.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Ruhigere Mahlzeiten
 - ✓ Bessere Koordination beim Schlucken
 - ✓ Weniger Anspannung
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Speichelfluss und das Nervensystem

Dein Kind sabbert viel, was unangenehm ist und sozial auffällt.

1 PHASE 1 Erkennt ihr das?

- ✓ Sabbert tagsüber
- ✓ Mühe, die Lippen gut zu schließen
- ✓ Hautreizung
- ✓ Kinn oder Kleidung ständig nass
- ✓ Mund oft offen
- ✓ Soziales Unbehagen

“ Hat es oft ein nasses Kinn oder nasse Kleidung?

“ Fällt es ihm schwer, die Lippen geschlossen zu halten?

3 PHASE 3 Warum es tropft

- 1 Das Nervensystem ist verstellt.
- 2 Die Speichelkontrolle erschlafft zu sehr.
- 3 Es kommt zum Sabbern und Unbehagen.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen seinem Nervensystem, sich besser zu regulieren.

~ Bessere Regulation kann zu einer genaueren Speichelkontrolle beitragen.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *einen Wasserhahn vor, der tropft*. Den Speichel regelt das Nervensystem; ist es verstellt, bleibt der Hahn weiter offen.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · Störung der Speichelkontrolle.

⏸ Bremse

Parasympathikus · hilft zu einer genaueren Kontrolle.

Bei verstelltem System bleibt der „Hahn“ weiter offen als nötig.



Ein reguliertes System hilft, den Speichel besser zu kontrollieren.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Übungen zum Lippenschluss und zur Mundkontrolle bleiben die Basis.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Weniger Sabbern
- ✓ Besserer Lippenschluss
- ✓ Mehr Komfort

Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Heisere Stimme und das Nervensystem

Dein Kind ist oft heiser und überanstrengt die Stimme beim Sprechen oder Schreien.

1 PHASE 1 Erkennt ihr das?

- ✓ Oft heisere oder raue Stimme
- ✓ Schreit beim Spielen viel
- ✓ Räuspert sich oder hat Halsbeschwerden
- ✓ Überanstrengt die Stimme beim Sprechen
- ✓ Verliert am Ende des Tages die Stimme
- ✓ Stimme, die versiegt

“ Wird es häufig heiser?

“ Überanstrengt oder presst es die Stimme beim Sprechen?

3 PHASE 3 Wie die Stimme überanstrengt wird

- 1 Anspannung presst die Stimmbänder.
- 2 Die Stimme klingt forciert und rau.
- 3 Der Hals ermüdet und die Heiserkeit tritt auf.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen seinem Nervensystem, diese Grundspannung zu lösen.

~ Mit weniger Anspannung klingt die Stimme müheloser, während die Logopädin den Stimmgebrauch neu schult.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *eine zu straff gespannte Gitarrensaite* vor. Anspannung presst die Stimmbänder und die Stimme klingt forciert.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · Anspannung, die die Stimmbänder presst.

⏸ Bremse

Parasympathikus · löst und gibt eine freiere Stimme.

Bei angespanntem Hals **klingt die Stimme rau** und ermüdet.



Ein entspannter Hals lässt die Stimme mühelos klingen.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Die Stimmreduktion und die Stimmgewohnheiten sind die Basis.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Weniger heisere Stimme
- ✓ Weniger Anstrengung beim Sprechen
- ✓ Angenehmerer Hals

Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Kommunikation bei Autismus und das Nervensystem

Deinem Kind fällt Kommunizieren schwer und manchmal überfordert es die Welt.

1 PHASE 1 Erkennt ihr das?

- ✓ Hat Mühe, Kommunikation zu beginnen
- ✓ Wird überwältigt und beruhigt sich schwer
- ✓ Weniger Kontakt oder Austausch
- ✓ Wird durch Lärm oder Licht überreizt
- ✓ Kann sich bei vielen Reizen schwer konzentrieren
- ✓ Braucht Routinen, um ruhig zu sein

“ Wird es schnell überwältigt, wenn viel um es herum ist?

“ Fällt es ihm schwer, aufzumerken und zu kommunizieren, wenn es überreizt ist?

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *die Lautstärke der Welt auf Maximum vor*. Das „Gaspedal“ in Alarm dreht die sensorische Lautstärke hoch und es bleibt wenig Raum zum Kommunizieren.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · dreht das sensorische „Volumen“ hoch: Überreizung.

⏸ Bremse

Parasympathikus · senkt die Lautstärke und schafft Raum zum Kommunizieren.

Bei so hoher Lautstärke bleibt wenig Raum, um aufzumerken und zu kommunizieren.

3 PHASE 3 Wenn die Welt lauter wird

- 1 Die Umgebung dreht das sensorische Volumen hoch.
- 2 Der Körper geht in Alarm (Überforderung).
- 3 Es bleibt wenig Raum zum Kommunizieren.



Bei geringerer Lautstärke gibt es Raum zum Kommunizieren.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen seinem Nervensystem, dieses Grundvolumen zu senken.

~ Besser reguliert ist es aufnahmebereiter zum Kommunizieren und Lernen mit der Logopädin.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Die Arbeit an Kommunikation und Sprache bleibt die Basis.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Mehr Regulation
 - ✓ Mehr Bereitschaft zu kommunizieren
 - ✓ Weniger Überforderung
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Schluckstörung und dein Nervensystem

Schlucken ist schwer und unsicher geworden; du hast Angst, dich zu verschlucken.

1 PHASE 1 Erkenntst du dich?

- ✓ Du hast Mühe, Flüssigkeiten oder Festes zu schlucken
- ✓ Gefühl, dass das Essen stecken bleibt
- ✓ Angst, dich zu verschlucken
- ✓ Husten oder Verschlucken beim Essen
- ✓ Lange und ermüdende Mahlzeiten
- ✓ Du meidest bestimmte Lebensmittel

“ Hast du Angst, dich beim Essen zu verschlucken?

“ Merkst du, dass das Essen beim Schlucken stecken bleibt?

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *einen Schluck-Aufzug ohne Kraft* vor. Das Schlucken hängt stark von der „Bremse“ (Vagus) ab.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · Anspannung, die dem Schlucken Koordination nimmt.

⏸ Bremse

Parasympathikus (Vagus) · koordiniert ein sicheres Schlucken.

Das Nervensystem zu regulieren kann ein **besser koordiniertes Schlucken** unterstützen.

3 PHASE 3 Warum Schlucken schwerfällt

- 1 Die neurologische Schädigung **entkoppelt** das Schlucken.
- 2 Die „Bremse“ des Schluckens kommt mit **weniger Kraft**.
- 3 Schlucken wird langsam und **unsicher**.



Ein reguliertes System unterstützt ein **besser koordiniertes Schlucken**.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen deinem Nervensystem, Regulation zurückzugewinnen.

~ Mehr Regulation kann zu einer **besseren Schluckkoordination** beitragen, als Unterstützung deiner Logopädin.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Die Schlucktherapie (Manöver, Konsistenzen, Übungen) ist die Basis.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Besser koordiniertes Schlucken
 - ✓ Sicherere Mahlzeiten
 - ✓ Weniger Anstrengung
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Artikulationsstörung und dein Nervensystem

Du sprichst langsamer oder bist schwerer zu verstehen; der Mund reagiert nicht mehr wie früher.

1 PHASE 1 Erkennt du dich?

- ✓ Langsame oder verwaschene Sprache
- ✓ Leise oder monotone Stimme
- ✓ Man bittet dich zu wiederholen
- ✓ Mühe beim Artikulieren
- ✓ Du ermüdest beim Sprechen
- ✓ Mund und Zunge wenig beweglich

“ Bittet man dich oft zu wiederholen?

“ Ermüdet dich Sprechen mehr als früher?

3 PHASE 3 Warum Artikulieren schwerfällt

- 1 Das Signal Gehirn → Mund kommt schwach an.
- 2 Die Muskeln reagieren langsam.
- 3 Die Sprache klingt weniger klar und fest.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen deinem Nervensystem, besser reguliert zu sein.

~ Besser reguliert unterstützt du die Sprechkontrolle und Ausdauer, die du in der Therapie übst.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *eine Fernbedienung mit leeren Batterien* vor. Die Sprechmuskeln reagieren langsam oder unkoordiniert.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · Anspannung und Müdigkeit, die Kontrolle nehmen.

⏸ Bremse

Parasympathikus · ein reguliertes System unterstützt die motorische Kontrolle.

Ein besser reguliertes System **unterstützt eine bessere Sprechkontrolle**, während du in der Therapie übst.



Ein reguliertes System unterstützt festere Sprache.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Übungen für Artikulation, Atmung und Stimme sind die Basis.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Etwas klarere Aussprache
 - ✓ Festere Stimme
 - ✓ Weniger Ermüdung beim Sprechen
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Aphasie und dein Nervensystem

Du weißt, was du sagen willst, aber findest die Wörter nicht.

1 PHASE 1 Erkennst du dich?

- ✓ Du kennst die Idee, aber nicht das Wort
- ✓ Du vertauschst oder vermischt Wörter
- ✓ Mühe, lange Sätze zu verstehen
- ✓ Frustration beim Kommunizieren
- ✓ Du blockierst bei Eile oder Nervosität
- ✓ Mühe beim Lesen oder Schreiben

“ Hast du oft das Wort „auf der Zunge“?

“ Blockierst du mehr, wenn du nervös wirst?

3 PHASE 3 Die Brücke im Umbau

- 1 Die Idee ist dir klar.
- 2 Stress kappt Fahrspuren zum Wort.
- 3 Das Wort kommt nicht oder kommt verändert heraus.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen deinem Nervensystem, den Stress zu senken.

~ Mit weniger Stress gehst du die Sprachtherapie mit besserer Einstellung zum Wiedererlernen an.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *eine Wörterbrücke im Umbau* vor. Stress „sperrt Fahrspuren“ zwischen Idee und Wort.



Gaspedal

Sympathikus · Stress sperrt Fahrspuren der Brücke.



Bremse

Parasympathikus · mit Ruhe baut die Reha besser wieder auf.

Mit weniger Stress gehst du die Sprachtherapie ruhiger an und besser eingestellt.



Die Therapie ruhiger anzugehen hilft, die Brücke wieder aufzubauen.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Die Sprachrehabilitation ist die Basis, die die Brücke wieder aufbaut.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Mehr Ruhe in der Therapie
 - ✓ Weniger Frustration
 - ✓ Bessere Einstellung
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Angespannte oder müde Stimme und dein Nervensystem

Deine Stimme ermüdet, versiegt oder wird heiser, vor allem bei Stress.

1 PHASE 1 Erkenntst du dich?

- ✓ Stimme, die ermüdet oder versiegt
- ✓ Heiserkeit am Ende des Tages
- ✓ Anstrengung oder Pressen beim Sprechen
- ✓ Angespannter Hals oder Kloßgefühl
- ✓ Häufiges Räuspern
- ✓ Schlimmer bei Stress

“ Wird deine Stimme schlechter, wenn du gestresst bist?

“ Fühlt sich dein Hals beim Sprechen eng an?

3 PHASE 3 Wie die Stimme angespannt wird

- 1 Stress dreht das Gaspedal hoch.
- 2 Der Kehlkopf spannt sich an.
- 3 Die Stimme klingt gepresst und ermüdet.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen deinem Nervensystem, die „Bremse“ zu aktivieren und die Kehlkopfspannung zu lösen.

~ Mit entspannterem Kehlkopf klingt die Stimme müheloser, während die Logopädin deine Technik neu schult.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *eine zu straff gespannte Saite* vor. Stress hält das „Gaspedal“ hoch und spannt den Kehlkopf an.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · Stress, der den Kehlkopf anspannt.

⏸ Bremse

Parasympathikus · löst die Spannung und befreit die Stimme.

Bei angespanntem Kehlkopf klingt die Stimme gepresst und ermüdet.



Ein entspannter Kehlkopf gibt eine freiere Stimme.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Die Stimmreduktion und Stimmhygiene sind die Basis.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Weniger forcierte Stimme
 - ✓ Weniger Stimmermüdung
 - ✓ Angenehmerer Hals
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Berufsstimme und dein Nervensystem

Du nutzt die Stimme den ganzen Tag und am Ende ist sie erschöpft oder weg.

1 PHASE 1 Erkenntst du dich?

- ✓ Stimme, die am Ende des Tages erschöpft ist
- ✓ Wiederholte Stimmlosigkeit oder Heiserkeit
- ✓ Anstrengung beim Projizieren
- ✓ Trockener oder belasteter Hals
- ✓ Du spürst die Stimme „am Limit“
- ✓ Schlimmer in Stressphasen

“ Ist deine Stimme am Ende des Arbeitstages erschöpft?

“ Hast du oft Stimmlosigkeit oder Heiserkeit?

3 PHASE 3 Wie sie überhitzt

- 1 Intensiver Stimmgebrauch, ohne Pausen.
- 2 Anspannung „erhitzt“ den Kehlkopf.
- 3 Die Stimme erschöpft oder geht weg.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen deinem Nervensystem, Bremspausen zurückzugewinnen.

~ Diese Pausen helfen, die Stimmspannung „abzukühlen“ und die Stimme zu schützen – zusammen mit deiner Technik.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *einen Stimm-Motor vor, der überhitzt*. Intensiver Gebrauch und Dauerspannung „erhitzen“ sie ohne Bremspausen.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · intensiver Gebrauch und Anspannung: die Stimme erhitzt.

⏸ Bremsse

Parasympathikus · Bremspausen, die die Spannung „abkühlen“.

Ohne Bremspausen **ermüdet** und **schädigt** sich die Stimme.



Bremspausen, die dein Arbeitswerkzeug schützen.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Stimmtechnik, Aufwärmen und Stimmhygiene sind die Basis.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Stimme, die länger durchhält
 - ✓ Weniger Ermüdung am Ende des Tages
 - ✓ Weniger Stimmlosigkeit
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Stottern und dein Nervensystem

Schon bevor du sprichst, fürchtest du zu blockieren, und das blockiert dich mehr.

1 PHASE 1 Erkennst du dich?

- ✓ Du wiederholst oder dehnst Laute
- ✓ Anspannung in Erwartung des Sprechens
- ✓ Mehr Blockaden unter Druck
- ✓ Blockaden beim Sprechbeginn
- ✓ Du meidest Wörter oder Situationen
- ✓ Müdigkeit vom „ständigen Achten“

“ Fürchtest du zu blockieren, noch bevor du sprichst?

“ Meidest du Anrufe oder bestimmte Wörter?

3 PHASE 3 Der Kreis der Angst

- 1 Du erwartest die Blockade und spannst dich an.
- 2 Die Anspannung begünstigt die Blockade.
- 3 Die Blockade nährt mehr Angst.

UND ES WIEDERHOLT SICH BEIM NÄCHSTEN MAL

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen deinem Nervensystem, diese vorausgehende Aktivierung zu senken.

~ Mit weniger Aktivierung kommst du ruhiger ins Sprechen und durchbrichst den Kreis mit deiner Logopädin.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *die Wörter-Ampel und die Angst vor, dass sie klemmt*. Die Erwartung löst das „Gaspedal“ vor dem Sprechen aus.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · vorausgehender Alarm vor dem Sprechen.

⏸ Bremsen

Parasympathikus · Ruhe, um freier zu sprechen.

Die vorausgehende Anspannung **macht die Blockade wahrscheinlicher**: ein Kreis der Angst.



Ruhiger ins Sprechen zu kommen hilft, den Kreis zu durchbrechen.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Die Flüssigkeitstechniken und die Arbeit am Vermeiden sind die Basis.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Weniger vorausgehende Anspannung
 - ✓ Mehr Flüssigkeit
 - ✓ Mehr Selbstvertrauen beim Sprechen
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Orofaziale Spannung und dein Nervensystem

Du presst oder knirschst mit den Zähnen, atmest durch den Mund und hast Kieferspannung.

1 PHASE 1 Erkennt du dich?

- ✓ Du presst oder knirschst mit den Zähnen
- ✓ Angespannter oder schmerzender Kiefer
- ✓ Du atmest durch den Mund
- ✓ Anspannung in Gesicht und Hals
- ✓ Zunge in falscher Position
- ✓ Schlimmer bei Stress oder nachts

“ Fühlt sich dein Kiefer angespannt oder schmerzhaft an?

“ Presst oder knirschst du, vor allem bei Stress?

3 PHASE 3 Wie sich die Faust ballt

- 1 Stress hält das Gaspedal hoch.
- 2 Der Kiefer presst (geballte Faust).
- 3 Es treten Bruxismus und orofaziale Spannung auf.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen deinem Nervensystem, die „Bremse“ zu aktivieren.

~ Mit aktiver Bremse sinkt die orofaziale Spannung und die myofunktionelle Arbeit wirkt besser.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *den Kiefer als geballte Faust vor*. Dauerstress „ballt die Faust“: Pressen, Knirschen, orofaziale Spannung.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · Dauerstress, der „die Faust ballt“.

⏸ Bremse

Parasympathikus · entspannt und öffnet den Kiefer.

Bei hohem „Gaspedal“ bleibt die orofaziale Spannung Tag und Nacht.



Ein entspannter Kiefer lässt besser atmen und arbeiten.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Die myofunktionellen Übungen (Zunge, Lippen, Nasenatmung) sind die Basis.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Weniger Pressen und Knirschen
 - ✓ Lockerer Kiefer
 - ✓ Bessere Nasenatmung
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.



Leise Stimme bei Parkinson und dein Nervensystem

Deine Stimme ist sehr leise geworden; man bittet dich ständig zu wiederholen.

1 PHASE 1 Erkenntst du dich?

- ✓ Sehr leise oder schwache Stimme
- ✓ Monotone oder matte Stimme
- ✓ Du ermüdest beim Projizieren
- ✓ Man bittet dich zu wiederholen
- ✓ Du merkst nicht, wie leise sie wird
- ✓ Schwer, in der Gruppe gehört zu werden

“ Bittet man dich oft, lauter zu sprechen?

“ Glaubst du, normal zu sprechen, aber man hört dich nicht?

3 PHASE 3 Warum die Lautstärke sinkt

- 1 Die Steifheit senkt die Intensität der Stimme.
- 2 Der Körper merkt nicht, wie sehr sie sinkt.
- 3 Du sprichst leise, ohne es zu merken.

4 PHASE 4 Wie NESA ansetzt

Mikroströme, nicht-invasiv und schmerzfrei, mit Elektroden an Händen und Füßen, helfen deinem Nervensystem, besser reguliert zu sein.

~ Besser reguliert unterstützt du die Stimmmanstrengung und Ausdauer, die du mit der Logopädin übst.

2 PHASE 2 Was im Nervensystem passiert

Stell dir *die Stimmlautstärke vor, die heruntergedreht geblieben ist*. Die Parkinson-Steifheit senkt sie und man merkt es schwer.

⚡ Gaspedal

Sympathikus · Steifheit und Dysautonomie, die Intensität nehmen.

⏸ Bremse

Parasympathikus · ein reguliertes System unterstützt die Stimmmanstrengung.

Das Nervensystem zu regulieren **unterstützt die Stimm- und Intensitätsarbeit**.



Ein reguliertes System unterstützt eine hörbare Stimme.



Elektroden an Händen und Füßen · schmerzfreie Mikroströme.

5 PHASE 5 Mit deiner Logopädin und was du merken kannst

♥ Mit deiner Logopädin

NESA **ersetzt** deine Logopädin nicht: Die intensive Stimm- und Intensitätstherapie (Typ LSVT) ist die Basis.

✓ Was du merken kannst

- ✓ Etwas hörbarere Stimme
 - ✓ Weniger Stimmermüdung
 - ✓ Bessere Beständigkeit
- Die Ergebnisse sind bei jedem Menschen anders.