

Frauen-Wohlfühlwochenende

Vom 22. bis 24. März fand das Frauen-Wohlfühl-Wochenende der BVSS statt. Nach der Premiere letztes Jahr wurde das Seminar dieses Jahr in einem Selbstversorgerhaus im wunderschönen Schwarzwald veranstaltet.

Wir waren insgesamt 10 Frauen und damit eine gute Gruppengröße. Die Idee dahinter waren der Austausch über Themen, die sonst vielleicht keinen Raum unter gemischten Geschlechtern finden würden. Da Männer häufiger stottern als Frauen, fühlen sich Frauen nicht immer vollständig in der Stotter Selbsthilfe repräsentiert.

Unter der inhaltlichen Leitung von Eva Steißlinger haben wir Aufgaben zur Reflexion über das eigene Stottern erarbeitet und durften uns in diesem Rahmen auch kreativ austoben. Das Buch „Jetzt spuck's endlich aus: vom mutig drauf los Stottern“ von Josefine Melanie Klingner hat uns das Wochenende über begleitet und tolle Denkanstöße gegeben. Die Autorin berichtet, dass sie sich immer ein Buch von einer mutigen, stotternden Frau gewünscht, aber nie gefunden hat – daher hat sie beschlossen, dieses Buch selbst zu schreiben.

Zudem gab es eine Menge Spaß und Entspannung, was dem Wochenende die richtige Mischung verliehen hat. Das Wetter war zwar leider nicht auf unserer Seite, aber einen kleinen Ausflug zum nahe gelegenen Mummelsee haben wir trotzdem gemacht. Zudem war der anschließende Saunagang nach der Kälte draußen noch wohltuender!

Abends wurde dann zusammen gekocht und in entspannter Atmosphäre gemeinsam gegessen. Ich glaube, dass jede von uns von diesem Wochenende viel mitgenommen hat: seien es die tollen Gespräche, neue Erkenntnisse über das (eigene) Stottern und den Umgang damit oder einfach ein entspanntes Wochenende in einem Safespace, in dem jede so sprechen konnte, wie sie es kann oder möchte – ich finde, das Wochenende war ein voller Erfolg und ich hoffe, dass es nächstes Jahr wieder zustande kommt.

Daniela