

Hintergrundinformationen zum Logovid[®]

Mund- u. Gesichtsmotorik

Mund- und gesichtsmotorische Übungen zum Mitmachen

Eine filmgestützte Anleitung für das selbstständige Üben

Autor: Dr. Volker Middeldorf

Aufnahme und Technik: Marcus Scharrenbroich

Text und Assistenz: Anke Bitzinger

DVD-Bearbeitung: Michael Röth, Reiko Göllner, Ingo Laudenberg

Logovid[®] ist ein eingetragenes Warenzeichen und ein Produkt der LogoMedien[®] der VMS
Gesellschaft für therapeutische Medien mbH Lindlar. Logovid[®] und die Hintergrundinformation sind
urheberrechtlich geschützt. © by VMS GmbH Lindlar, Germany 2006

LogoMedien®

Logovid®

LogoCedee®

VMS Gesellschaft für therapeutische Medien mbH Lindlar

Produktion und Vertrieb:

Alsbacher Str. 22
D – 51789 Lindlar

Telefon 022 66 - 901 58 64
Telefax 022 66 - 901 58 66

Bundesrepublik Deutschland

e-mail:info@logomedien.de
<http://www.logomedien.de>

Logovid® ist ein eingetragenes Warenzeichen und bezeichnet die gesamte Ausgabe an Logopädischen Videos, die bei VMS GmbH Lindlar veröffentlicht werden. Das Logovid® „**Mund- und Gesichtsmotorik**“ wie auch die Hintergrundinformationen dazu sind urheberrechtlich geschützt.

Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, des Vortrags, der Entnahme von Abbildungen, der Funk- und Fernsehsendung, der Mikroverfilmung oder der Vervielfältigung auf anderen Wegen und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweise Verwertung, ausschließlich der VMS GmbH Lindlar vorbehalten. Die Hintergrundinformationen dürfen aus dem Internet für den privaten Gebrauch und nur im Zusammenhang mit dem Gebrauch des Logovids herunter geladen werden.

Eine Vervielfältigung dieses Werkes oder von Teilen dieses Werkes ist auch im Einzelfall nur in den Grenzen der gesetzlichen Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes der Bundesrepublik Deutschland vom 9. September 1965 in der jeweils geltenden Fassung zulässig. Sie ist grundsätzlich vergütungspflichtig. Zuwiderhandlungen unterliegen den Strafbestimmungen des Urheberrechtsgesetzes.

© by VMS Gesellschaft für therapeutische Medien mbH Lindlar 2006

INHALT

- Was ist das Logovid[®] „Mund- und Gesichtsmotorik“? 3
- Der Aufbau des Logovid[®] „Mund- und Gesichtsmotorik“? 4
- Für wen ist das Logovid[®] „Mund- und Gesichtsmotorik“? 5
- Mindestanforderungen an den Logovid-Benutzer 6
- Operatorische Übungen 6
- Anmerkungen 9

Was ist das Logovid[®] „Mund- und Gesichtsmotorik“ ?

Das Logovid[®] „Mund- und Gesichtsmotorik“ ist ein logopädisches Video (als VHS-Videoband oder auf DVD), mit dessen Hilfe dem Logovid-Anwender ermöglicht wird, am Fernsehgerät mund- und gesichtsmotorische Übungen durchzuführen.

Es geht in diesem Logovid um artikulationsmuskuläre Funktionsförderung durch Initiierungen von Bewegungen der Mundmuskulatur (Artikulationsmuskulatur) und Gesichtsmuskulatur und damit um die Schaffung der Voraussetzung für eine bessere Artikulation.

Das Logovid[®] *Mund- u. Gesichtsmotorik* zeigt 52 Übungen (6 Bewegungsübungen für die Gesichtsmuskulatur, 5 Übungen für die Kiefermuskulatur, 14 Übungen für die Lippenmuskulatur, 20 Übungen für die Zungenbewegung und 7 Übungen zur Aktivierung des Gaumensegels).

Diese Übungen kann der Logovid-Anwender zur weitestgehend allein und unabhängig von Übungshelfern und ohne hemmendes Schamgefühl durchführen. Der Logovid-Anwender arbeitet „abgeschirmt“.

Beim selbstständigen Üben mit dem Logovid[®] *Mund- u. Gesichtsmotorik* geht es darum, dass der Logovid-Anwender die von den beiden Moderatoren vorgestellten Bewegungen beobachtet, diese gedanklich und motorisch rekonstruieren und selbst

reproduziert. Seine eigenen Bewegungsdurchführungen verfolgt er im Spiegel und vergleicht seine Ausführungen mit denen der Moderatoren im Logovid®.

Der besondere Wert des Logovid® „Mund- und Gesichtsmotorik“ liegt darin, dass der Logovid-Anwender weitestgehend unabhängig, eigeninitiativ und selbstständig üben zu können und damit Basisfähigkeiten zu entwickeln, die z.B. für die individuelle Sprachtherapie nützlich sind.

Ausführlichere, über die in diesem booklet hinausgehende Informationen und Tipps zum operatorischen Üben mit dem Logovid® „Mund- u. Gesichtsmotorik“ können als PDF-Datei unter www.logomedien.de herunter geladen oder bei der VMS GmbH angefordert werden.

Der Aufbau des Logovid® *Mund- u. Gesichtsmotorik*

Die 52 Übungen werden in eigenen Arbeitsabschnitten bearbeitet. In jedem Abschnitt beschreiben und zeigen die beiden Moderatoren dem Logovid-Anwender die Bewegungen. Der Logovid-Anwender beobachtet und macht mit.

1. Arbeitsphase: *Gesichtsmuskulatur*

Die Augenbrauen werden im Wechsel hochgezogen und zusammengezogen. Dann werden die Nase gerümpft, die Augen fest zusammen gekniffen, die Haut über Stirn, Schläfen und Wangen mit den Händen (oder mit einer Hand) nach unten gezogen, bis hin zum Kinn.

2. Arbeitsphase: *Kiefermuskulatur*

Der Unterkiefer wird kontrolliert gesenkt und gehoben, der Mund extrem weit geöffnet und langsam geschlossen, dann wird das Tempo gesteigert; der Unterkiefer wird vor und zurück geschoben, dann sanft hin und her. Dann werden Kaubewegungen rotierend bei geschlossenem Mund, dann mit geöffneten Lippen durchgeführt.

3. Arbeitsphase: *Lippenmuskulatur*

Die Lippen werden im Wechsel nach vorne und wieder zurück bewegt, dann im wiederholten Wechsel breit gezogen und nach vorn gestülpt, das Tempo erhöht; die Mundwinkel werden zuerst im Wechsel, dann gleichzeitig hochgezogen. Die Lippen werden zusammengedrückt, dann in verschiedene Richtungen bewegt, sie halten dabei einen Bleistift, auch einen Knopf, der am Faden von innen gegen die geschlossenen Lippen gezogen wird, Lippenschluss beim Aufblasen der Wangen, Lippensprengung, Wechsel der Lippenform bei Artikulationseinstellung zum A und O.

4. Arbeitsphase: *Zunge*

Die Übungen mit der Zunge beinhalten folgende Schwerpunkte: Hinausstrecken und Hereinziehen der Zunge im Wechsel, Zunge nach hinten rollen, Zungenrücken gegen harten Gaumen drücken, die Zungenspitze auf und ab bewegen, Zunge nach oben „biegen“, Wegdrücken mit der Zungenspitze, dabei Seitwärtsbewegungen der Zunge, Auf- und Abwärtsbewegungen an den Wangeninnenseiten, „Zähne putzen“.

5. Arbeitsphase: *Gaumensegel*

Die Übungen zur Kräftigung der Muskulatur im weichen Gaumen haben die Schwerpunkte: Gähnen, Artikulationsstellung zum /a/ und fester Stimmansatz, Gurgeln, explosives /pa/, /ta/, /ka/, /p/, /t/, /k/, /hap/, /hapa/, /hat/, /hata/, /hak/, /haka/.

Der gesamte Übungstext des Logovid[®] *Mund- u. Gesichtsmotorik* ist im *Logovid-Text* abgedruckt, der als PDF-Datei unter www.logomedien.de heruntergeladen oder bei der VMS GmbH angefordert werden kann.

Für wen ist das Logovid[®] „Mund- und Gesichtsmotorik“ ?

Dieses Logovid ist gedacht für Menschen, die Bewegungsstörungen in Mund und Gesicht haben, die unter Lähmungen in Zunge, Lippen und in der Muskulatur des weichen Gaumens leiden oder die akute Fehlfunktionen beklagen.

Es ist auch für jene Benutzer geeignet, die durch mund- und gesichtsmotorische Bewegungsübungen ihre neuromuskulären Funktionen aktivieren und / oder ihre Sensibilität für diese steigern wollen, um dadurch die motorischen Voraussetzungen für ihre Artikulation z.B. im Rahmen von Sprech-Seminaren oder in Stotter- oder Stimmtherapien zu verbessern.

Mindestanforderungen an den Logovid-Benutzer

Für ein effektives Lernen und ein erfolgreiches, wiederholtes Durcharbeiten sollte der Logovid-Anwender möglichst folgende Mindestanforderungen erfüllen. Er sollte

- keine gravierenden zentralen Wahrnehmungs- und Verarbeitungsprobleme zeigen, wie beispielsweise eine visuelle Agnosie (zwar etwas sehen, es aber nicht erkennen können),
- Bewegungen wahrnehmen und erkennen können und keine generellen Probleme der auditiv-sensorischen Wahrnehmung bzw. Verarbeitung aufweisen, wie beispielsweise eine auditive Agnosie (zwar etwas hören, es aber nicht erkennen können),
- mit der Fernbedienung das Abspielgerät steuern können und
im Falle von Schwerhörigkeit ein kompensierendes Hörgerät benutzen.

Operatorische Übungen

Die folgenden Tipps beschreiben Übungs-Vorschläge, die über das alleinig Anschauen, Anhören und Mitmachen hinaus wertvolle Lernimpulse darstellen. Mit dem Logovid lassen sich in vielerlei Hinsicht interessante Maßnahmen durchführen. Die nennen wir operatorische Übungen.

Die Position Ihres Video- / DVD- Abspielgeräts und Ihres Monitors ist günstig, wenn Sie den Monitor von Ihrem Arbeitsplatz aus gut sehen und Sie das Abspielgerät mit Ihrer Fernbedienung von dort bequem betätigen können.

Sehr nützlich ist ein größerer Spiegel, den Sie neben dem Monitor platzieren sollten, damit Sie jeder Zeit zur Selbstkontrolle Ihre motorischen Mund- und Gesichtsübungen mit denen der Moderatoren vergleichen können.

Wenn Sie das Logovid nun laufen lassen, dann sollten Sie Ruhe um sich herum haben, nicht abgelenkt werden und sich voll und ganz auf das Schauen, Hören und Mitmachen konzentrieren können.

Es werden 1 - 3 Logovid-Übungen täglich empfohlen. Eine Übungssitzung sollte nicht länger als 20 Minuten dauern. Arbeiten Sie möglichst selbständig und weitestgehend ohne Unterstützung durch andere.

Wenn keine speziellen Vorgaben beachtet werden müssen, dann beginnen Sie damit, sich das gesamte Programm hintereinander in Folge anzuschauen und anzuhören. Stoppen Sie dann nach 15 - 20 Minuten und setzen Sie bei der nächsten Übung an dieser Stopstelle Ihre Arbeit fort.

Betrachten Sie zunächst jede einzelne der präsentierten Übungen genau und achten Sie darauf, wie die jeweilige Bewegung aussieht. Versuchen Sie dabei stets, gedanklich und in Ihrer Vorstellung den Bewegungsablauf in sich aufzunehmen und innerlich nach zu empfinden. Dann reproduzieren Sie die Bewegungen.

Wenn Sie es schaffen, dann stoppen Sie das Band / die DVD ruhig zwischendurch und reproduzieren Sie die Bewegung 2 – 3 x allein.

Nach etwa 10 Durchgängen des Logovids vom Anfang bis zum Ende legen Sie dann Ihren Übungsschwerpunkt auf *die* Bewegungen, die Sie intensiv, d.h. mehrmals üben möchten. Dazu springen Sie mit Hilfe der Fernbedienung immer wieder zum Anfang des zu übenden Kapitels zurück und lassen die gewünschte Bewegung so oft vorspielen, bis Sie diese ausführen können und Sie sich beim Mitmachen sicher fühlen.

Achten Sie bei allen Übungen grundsätzlich darauf, dass Sie sich *das Gesehene und Gehörte einprägen*. Nutzen Sie dazu stets jede Hilfe, die Sie von den Moderatoren erhalten können.

Mit der Zahl der intensiven Übungen werden Sie zunehmend sicherer. Dann sollten Sie die Hilfen der Moderatoren nach und nach abbauen. Dazu blenden Sie deren Präsenz Schritt für Schritt aus.

Wenn Sie ohne das Vormachen der Moderatoren üben wollen, dann schauen Sie nicht mehr auf den Monitor sondern lassen das Logovid laufen, hören den Übungsanweisungen zu und verfolgen Ihre eigenen Bewegungen im Spiegel.

Führen Sie diese Aufgabe so oft durch, bis Sie meinen, die Bewegungen auswendig und sicher durchführen zu können. Dann werden Sie die gesprochenen Übungsanleitungen wohl nicht mehr benötigen.

Die täglichen Übungen sollten Sie jedoch konsequent fortführen. Dazu wird Ihnen empfohlen, den Logovid-Inhalt als Text (PDF-Datei) von der Internet-Seite www.logomedien.de herunter zu laden und aus zu drucken und als schriftliches Übungs-Programm zu benutzen. Dabei lassen Sie das Abspielgerät ausgeschaltet.

Lesen Sie die Übungen nun vom Arbeitsblatt ab, während Sie diese konzentriert mehrere Male täglich durchführen.

Wenn Sie Ihre mundmotorischen und gesichtsmotorischen Bewegungen auf Richtigkeit hin überprüfen wollen, dann gibt es zwei Möglichkeiten. Die eine ist: Sie lassen das Logovid ablaufen und vergleichen Ihre Bewegungen mit denen der Moderatoren und prüfen, ob die Bewegungen weitestgehend identisch sind.

Die andere Möglichkeit ist, Sie bitten Ihren Partner oder einen Familienangehörigen, Ihre Übungsabfolgen auf Richtigkeit zu überprüfen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß und viel Erfolg !

ANMERKUNGEN

1. Die Tipps zum operatorischen Üben führen den Logovid-Anwender konsequent vom Üben *mit* dem Logovid zum Üben *ohne* das Logovid und zielen das weitestgehend selbstständige Üben des Logovid-Anwenders mit und ohne Logovid an. Wegen möglicher Lese- und Verständnisprobleme bei dem einen oder anderen Logovid-Anwender bitten wir lesefähige Hilfspersonen (z.B. Ehepartner, Freund), die Einführung und Einarbeitung in die operatorischen Übungen zu begleiten und bei Bedarf zu unterstützen.
2. Den gesamten Video-Texte Logovid® „Mund- und Gesichtsmotorik“ können Sie als PDF-Datei von der Homepage www.logomedien.de herunterladen oder als Ausdruck bei der VMS GmbH Lindlar anfordern.
3. Jeder Logovid-Text enthält den kompletten, im Logovid gesprochenen Text des Logovids in Schriftform.
4. Es werden sich bei Ihnen (wie auch bei allen anderen Logovid-Anwendern) im Laufe der Zeit während des kontinuierlichen Übens individuelle Entwicklungen zeigen. Diese sollten Sie Ihrer Sprachtherapeutin mitteilen.

Sollten Sie den Wunsch haben, Ihre Fragen mit dem Autor des Logovids zu besprechen, so schreiben Sie uns

- brieflich per Post an: VMS GmbH, Alsbacher Str. 22, 51789 Lindlar,
- per e-mail an: info@logomedien.de
- per Fax an: 02266 – 90 15 866.

Wir antworten Ihnen so schnell wir können. Kostenfrei.

Versehen Sie bitte Ihre Nachricht mit dem Vermerk:

„Logovid-Übungs-Erfahrung – Mund- und Gesichtsmotorik“

Wir freuen uns auf Ihre Mitteilungen.