



LUDWIG-
MAXIMILIANS-
UNIVERSITÄT
MÜNCHEN

FAKULTÄT FÜR PSYCHOLOGIE UND PÄDAGOGIK
DEPARTMENT FÜR PÄDAGOGIK UND REHABILITATION
LEHRSTUHL FÜR SPRACHHEILPÄDAGOGIK
FORSCHUNGSINSTITUT FÜR SPRACHTHERAPIE UND
REHABILITATION



Zur Alltagstauglichkeit des Fluency Shaping
Sprechmodifikationstechniken als personenbezogene Förderfaktoren im Rahmen der ICF?

Abschlussarbeit zur Erlangung des
Bachelor of Arts im Fach Sprachtherapie
an der Ludwig-Maximilians-Universität München

vorgelegt von
Caroline Müller

aus
München

im
Juni 2011

Erschienen in der epub- Reihe
„Sprachheilpädagogik und Sprachtherapie“
“Speech Language Therapy and Special Education”

Herausgegeben von Prof. Dr. M. Grohnfeldt und Dr. K. Reber

Erster Gutachter: Dr. S. Baumgartner
Zweiter Gutachter: Dr. D. Kiening

INHALTSVERZEICHNIS

1. EINLEITUNG	1
2. THEORETISCHE GRUNDLAGEN.....	2
2.1 DIE ICF.....	2
2.1.1 <i>Aufbau und Komponenten</i>	2
2.1.2 <i>Kodierung</i>	4
2.1.3 <i>Stottern im Rahmen der ICF</i>	5
2.1.3.1 <i>Körperfunktionen und -strukturen</i>	5
2.1.3.2 <i>Aktivitäten und Partizipation (Teilhabe)</i>	6
2.1.3.3 <i>Kontextfaktoren</i>	6
2.1.4 <i>Sprachtherapie im Rahmen der ICF</i>	10
2.1.4.1 <i>Allgemeine Überlegungen</i>	11
2.1.4.2 <i>Stottertherapie</i>	12
2.2 FLUENCY SHAPING	13
2.2.1 <i>Definition</i>	13
2.2.2 <i>Formen</i>	13
2.3 DER BEGRIFF DER ALLTAGSTAUGLICHKEIT	15
2.3.1 <i>Definition</i>	15
2.3.2 <i>Komponenten und Problematik</i>	15
2.3.2.1 <i>Anwendbarkeit/Praktikabilität</i>	16
2.3.2.2 <i>Natürlichkeit</i>	16
2.3.2.3 <i>Identifikation</i>	17
2.3.2.4 <i>Exkurs: Soziale Akzeptanz</i>	18
2.4 SPRECHMODIFIKATIONSTECHNIKEN ALS PERSONENBEZOGENE FÖRDERFAKTOREN IM RAHMEN DER ICF?	19
3. EMPIRISCHER TEIL	21
3.1 VORGEHEN.....	21
3.1.1 <i>Problemzentriertes Interview</i>	21
3.1.2 <i>Probanden</i>	22
3.1.3 <i>Aufnahme und Transkription</i>	23
3.2 ERGEBNISSE	23
3.2.1 <i>Faktor Anwendbarkeit/Praktikabilität</i>	24
3.2.2 <i>Faktor Natürlichkeit</i>	27
3.2.3 <i>Faktor Identifikation</i>	30
3.2.4 <i>Ergänzung: Faktor Affektive und Kognitive Reaktionen</i>	34
3.3 FAZIT	37
4. ZUSAMMENFASSUNG UND AUSBLICK.....	39
ANHANG	

1. Einleitung

Die vorliegende Arbeit möchte vor dem Hintergrund der Internationalen Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit die in der Stottertherapie verbreitete Sprechtechnik des Fluency Shaping näher auf seine Alltagstauglichkeit hin untersuchen.

Dazu sollen im **Kapitel 2** zunächst die theoretischen Grundlagen erarbeitet werden: Als Erstes wird die ICF beschrieben (*Kapitel 2.1*), das heißt auf den Aufbau sowie die Komponenten (2.1.1) eingegangen und die Kodierung von Gesundheitsbeeinträchtigungen anhand der Klassifikation erläutert (2.1.2). Danach folgt die für die Fragestellung relevante Einordnung des Stotterns (*Kapitel 2.1.3*) und der Sprachtherapie selbst (2.1.4) in das Konzept der ICF.

Die Definition (2.2.1) sowie Formen (2.2.2) des Fluency Shaping werden in *Kapitel 2.2* vorgestellt.

Kapitel 2.3, das näher auf den für die Arbeit wichtigen Begriff der Alltagstauglichkeit eingeht (Definition: 2.3.1; Komponenten und Problematik: 2.3.2), stellt zusammen mit *Kapitel 2.4*, der ausführlichen Formulierung der Fragestellung der Arbeit, die Verbindung zwischen Theorie und Empirie her.

Der empirische Teil des Werkes (**Kapitel 3**) widmet sich zunächst der Beschreibung des Vorgehens zur wissenschaftlichen Erkenntnisgewinnung (*Kapitel 3.1*). Ausführungen zum problemzentrierten Interview (3.1.1), den befragten Probanden (3.1.2) sowie der Aufnahme und Transkription der Interviews (3.1.3) machen das Vorgehen zur Beantwortung der Fragestellung transparent.

Im Ergebnisteil der Arbeit, *Kapitel 3.2*, werden dann die gewonnenen Erkenntnisse zur Alltagstauglichkeit des Fluency Shaping anhand der verschiedenen Komponenten der Alltagstauglichkeit aufbereitet und analysiert: Anwendbarkeit/Praktikabilität (3.2.1), Natürlichkeit (3.2.2), Identifikation (3.2.3) und ergänzend affektive und kognitive Reaktionen (3.2.4). *Kapitel 3.3* fasst die Ergebnisse noch einmal zusammen und gibt zudem einen Ausblick über mögliche stottertherapeutische Konsequenzen auf Grundlage der gewonnenen Einsichten.

Eine Zusammenfassung der Arbeit findet sich in **Kapitel 4**.

2. Theoretische Grundlagen

2.1 Die ICF

Die Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit (International Classification of Functioning, Disability and Health/ICF) wurde im Mai 2001 auf der 54. Vollversammlung der World Health Organization (WHO) verabschiedet und 2002 ins Deutsche übersetzt.

Sie stellt eine Klassifikation zur Beschreibung von „Gesundheits- und mit Gesundheit zusammenhängenden Zuständen“ (DIMDI, 2010: 3) dar und hat zum Ziel, einen international einheitlichen und standardisierten Rahmen zur Erfassung von Gesundheitskomponenten bereitzustellen. Dies soll die internationale Kommunikation über Gesundheit und gesundheitliche Versorgung, vor allem auch in den Wissenschaften, erleichtern.

Auch in der sprachtherapeutischen Arbeit findet die ICF zunehmend Anwendung, wenn es darum geht, an den Komponenten der ICF orientierte Diagnostikverfahren zu entwickeln, alltagsrelevante Therapieziele zu formulieren oder den Verlauf einer Therapie in Hinblick auf die verschiedenen ICF-Komponenten zu evaluieren (Stadie/Schröder, 2009).

Im Folgenden soll daher zuerst allgemein die ICF vorgestellt werden und in einem zweiten Schritt auf die an die ICF angelehnte Kodierung des Stotterns sowie für die Sprach- und Stottertherapie relevanten Aspekte eingegangen werden.

2.1.1 Aufbau und Komponenten

Im Rahmen der ICF wird Gesundheit nicht als Abwesenheit von Krankheit definiert, sondern als eine die ganze Person umfassende, physische und psychische Stimmigkeit, welche ihr die Ausübung der von ihr gewünschten Tätigkeiten und damit eine gesellschaftliche Integration ermöglicht (sogenanntes *Biopsychosoziales Modell*).

Sie setzt sich aus zwei Teilen mit jeweils zwei Komponenten zusammen: Teil 1: Funktionsfähigkeit und Behinderung mit den Komponenten (a) Körperfunktionen und Körperstrukturen sowie (b) Aktivitäten und Partizipation (Teilhabe) sowie Teil 2: Kontextfaktoren mit den Komponenten (c) Umweltfaktoren und (d) Personenbezogene Faktoren (DIMDI,

2010).

Die Wechselwirkungen der verschiedenen Komponenten, die in enger Beziehung zueinander stehen, werden durch die folgende Graphik verdeutlicht:

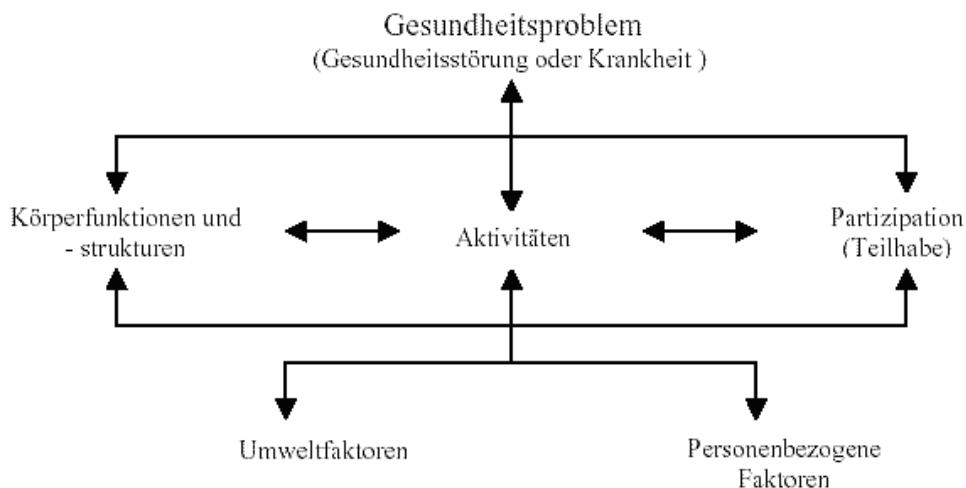


Abbildung 1: Biopsychosoziales Modell der ICF (aus: DIMDI, 2010: 21)

Der Begriff der *Schädigung* bezieht sich in der ICF auf Beeinträchtigungen der Körperfunktionen und -strukturen, das heißt Abweichungen von Standards bezüglich des biomedizinischen Zustands des Körpers und seiner Funktionen. Die betroffene Person kann zwar infolge einer Schädigung ein Gesundheitsproblem entwickeln, sie ist jedoch deswegen nicht notwendigerweise als krank anzusehen (DIMDI, 2010).

Für das allgemeine Wohlbefinden einer Person, das die ICF als jene Aspekte definiert, „die das ausmachen, was ein ‚gutes Leben‘ genannt werden kann“ (DIMDI, 2010: 270), ist vielmehr die Dimension der Teilhabe entscheidend. Diese umfasst zum einen die *Aktivitäten*, d. h. Aufgaben oder Handlungen, und zum anderen die *Partizipation*, also das Einbezogenensein der betreffenden Person in eine Lebenssituation, welche trotz der bestehenden Schädigung noch möglich ist. Vor allem die Aktivitäten, das heißt die individuelle Perspektive, die der Betroffene in Bezug auf seine allgemeine Funktionsfähigkeit hat, stehen dabei im Fokus des therapeutischen Interesses und auch im Zentrum des biopsychosozialen Modells der ICF (vgl. Abb. 1).

Des Weiteren werden in der ICF erstmals Kontextfaktoren mitberücksichtigt: Zum einen Umweltfaktoren, also materielle, soziale und einstellungsbezogene Aspekte, die sich auf die Menschen und ihr tägliches

Leben auswirken sowie zum anderen personenbezogene Faktoren. Während die Umweltfaktoren außerhalb des Individuums liegen, also Umstände repräsentieren, unter denen der Mensch lebt, stellen die personenbezogenen Faktoren eher in der Person wurzelnde Eigenschaften und Fähigkeiten dar, also „Gegebenheiten des Menschen, die nicht Teil [seines] Gesundheitsproblems oder -zustands sind“ (DIMDI, 2010: 20). Darunter fallen z. B. das Geschlecht, die ethnische Zugehörigkeit, das Alter sowie Fitness, Lebensstil und Gewohnheiten, aber auch Bewältigungsstil, allgemeine Verhaltensmuster und Charakter sowie das psychische Leistungsvermögen.

Zu beachten ist, dass sich sowohl Umwelt- als auch personenbezogene Faktoren positiv oder negativ auf die Aktivität und damit indirekt auch auf die anderen Bestandteile des psychosozialen Gesundheitsmodells auswirken können. Die Kontextfaktoren können somit einerseits fördernde, andererseits aber auch beeinträchtigende Wirkung auf die Lebensqualität eines Menschen haben.

2.1.2 Kodierung

Um eine möglichst genaue Darstellung der für die Gesundheit eines Menschen relevanten Faktoren zu ermöglichen, werden in der ICF die einzelnen Komponenten weiter in Domänen, Kategorien und Items untergliedert.

Die alphanumerische Kodierung setzt sich dabei an erster Stelle aus einem Buchstaben („b“ für Körperfunktion, „s“ für Körperstruktur, „d“ für Aktivität und Partizipation sowie „e“ für Umweltfaktoren) und an zweiter bis sechster Stelle aus Ziffern zusammen. Letztere klassifizieren die Domäne (zweite Stelle), die Kategorie (dritte und vierte Stelle) sowie die Items (fünfte und sechste Stelle) näher.

Das Beispiel „b3302“ steht somit für die Komponente „Körperfunktionen“ mit der Domäne 3 „Stimm- und Sprechfunktionen“, der Kategorie 30 („Funktionen des Redeflusses und Sprechrhythmus“) sowie dem Item 2 „Sprechtempo“.

Da die ICF zugleich auch ein Bewertungssystem darstellt, wird zudem die Ausprägung des kodierten Sachverhaltes auf einer Skala von 0 für „Problem nicht vorhanden“ bis 4 „Problem voll ausgeprägt“ angegeben.

Bei einer erheblich ausgeprägten Beeinträchtigung des Sprechtempos im Rahmen einer Stottersymptomatik würde somit die Kodierung

„b3302.3“ zutreffen.

Bei der Kodierung der Kontextfaktoren werden die einzelnen Sachverhalte jeweils entweder als Förderfaktor (Vorhandensein positiver Faktoren oder Fehlen negativer Faktoren) oder Barriere (Anwesenheit negativer Faktoren oder Fehlen positiver Faktoren) berücksichtigt. Dabei werden Barriefaktoren von 0-4 und Förderfaktoren von (+0)-(+4) dargestellt.

2.1.3 Stottern im Rahmen der ICF

Auch die Redeflussstörung Stottern kann im Rahmen der ICF kodiert werden. Im Folgenden wird aufgezeigt, welche Domänen und Kategorien dabei insbesondere für das Sprechen beziehungsweise Stottern von Bedeutung sind.

Laut Hansen et al. (2009) bietet die ICF zudem einen „hervorragenden Argumentationsrahmen dafür, dass die individuellen Bedingungen der stotternden [...] Person sowie ihre individuellen Kontextbedingungen in Diagnose und Therapie zwingend berücksichtigt werden müssen“ (ebd.: 119). Da die personenbezogenen Faktoren als Bestandteil der Kontextfaktoren, die im Zusammenhang mit Stottern eine entscheidende Rolle für das Wohlbefinden des Betroffenen spielen, in der ICF jedoch nicht näher klassifiziert sind, wird in *Kapitel 2.1.3.3.2* eine eigene Übersicht der Persönlichkeitsattribute, die in Verbindung mit Stottern stehen, vorgestellt.

2.1.3.1 Körperfunktionen und -strukturen

In Bezug auf die Domäne der Körperfunktionen ist Kapitel 3 „Stimm- und Sprechfunktionen“ für die Kodierung einer Redeflussstörung relevant. Unter der Kategorie b330 (Funktionen des Redeflusses und Sprechrhythmus) sind als für das Sprechen relevante Funktionen „Sprechflüssigkeit“ (b3300), „Sprechrhythmus“ (b3301), „Sprechtempo“ (b3302) sowie „Melodik des Sprechens“ (b3303) aufgeführt.

Etwas schwieriger gestaltet sich die Beschreibung der beim Stottern beeinträchtigten anatomischen Strukturen. Zwar gibt es mittlerweile hinreichend Studien, die belegen, dass bei Stotterern in den Sprachregionen des Gehirns Strukturabweichungen in den Faserverbindungen vorliegen (zur Übersicht vgl. Neumann, 2007), die ICF erlaubt jedoch keine nähere Eingrenzung der Störung der Strukturen des Zentralen

Nervensystems. Einzig die Kategorie s1100 („Struktur der Großhirnhälften“) und hier genauer die Sprachregionen, also sowohl Frontallappen (s11000) als auch Temporallappen (s11001), bieten eine zumindest teilweise treffende Beschreibung der beim Stottern gestörten Körperstrukturen.

2.1.3.2 Aktivitäten und Partizipation (Teilhabe)

Eine Reihe von Aktivitäten, die in der ICF aufgelistet sind, kommt für einen Stotternden als beeinträchtigt in Frage.

So ist vor allem Kapitel 3 (Kommunikation) zu nennen und hierbei besonders Aktivitäten, die das „Kommunizieren als Sender“ (d330-d349) betreffen sowie „Konversation und Gebrauch von Kommunikationsgeräten und -techniken“ (d350-d369), hier z. B. d3500 („Eine Unterhaltung beginnen“) oder als für Stotterer besonders schwierig geltend, „Telekommunikationsgeräte benutzen“ (d3600).

Laut Rapp (2007) kann zudem auch das Kapitel 6 „Häusliches Leben“ (d610-d629), in dem unter anderem auch das Beschaffen von Lebensmitteln aufgeführt wird, genannt werden, da dies gegebenenfalls laut sprachliche Anforderungen an den Betroffenen stellt.

Als ebenfalls äußerst relevant anzusehen ist Kapitel 7, „Interpersonelle Interaktionen und Beziehungen“ (d710-d729), welches neben allgemeinen sozialen Beziehungen (z. B. zu Nachbarn, d7501) auch freundschaftliche, partnerschaftliche, familiäre sowie formelle Beziehungen, so z. B. zu Autoritätspersonen (d7400), umfasst.

In letztgenanntem Zusammenhang kommt zudem Kapitel 8 (Bedeutende Lebensbereiche) zum Tragen, da es die Bereiche Erziehung/Bildung (d810-d839), Arbeit und Beschäftigung (d840-d859) sowie Wirtschaftliches Leben (d860-d879) beinhaltet. Dabei ist beispielsweise daran zu denken, dass die Ausbildungs- und Berufswahl eines Stotterers oftmals von seiner Stotterproblematik beeinflusst ist.

2.1.3.3 Kontextfaktoren

Das ICF-Konzept der Kontextfaktoren, welche zum einen Umweltfaktoren (z. B. Zuhörerverhalten) und zum anderen personenbezogene Faktoren umfasst, hat für das Stottern eine besondere Relevanz (Rapp, 2006). Dies ist darauf zurückzuführen, dass nicht die Stärke der Stotter-symptomatik, sondern das Bewältigungsverhalten (Coping) der Betroffenen maßgeblich für den Leidensdruck der Betroffenen und damit ent-

scheidend für deren Lebensqualität zu sein scheint (Weikert, 2003).

2.1.3.3.1 Umweltfaktoren

Die Umweltfaktoren der ICF sind in fünf Unterkapitel unterteilt: 1. Produkte und Technologien, 2. Natürliche und vom Menschen veränderte Umwelt, 3. Unterstützung und Beziehungen, 4. Einstellungen sowie 5. Dienste, Systeme und Handlungsgrundsätze.

Für das Stottern relevante Bereiche sind im Kapitel „Produkte und Technologien“ nur bedingt aufzufinden, da es abgesehen von Hilfsmitteln (z. B. Software) im Zusammenhang mit dem delayed auditory feedback (DAF)-Mechanismus, welcher Stotternden mittels eines verzögerten auditiven Feedbacks eine vorübergehend gesteigerte Sprechflüssigkeit ermöglicht, wohl kaum Instrumente oder Produkte gibt, die verfügbar sind, um dem Stottern „vorzubeugen, [es] zu kompensieren zu überwachen, zu lindern oder zu beheben“ (DIMDI, 2010: 220). Im Kapitel „Unterstützung und Beziehungen“ hingegen sind für das Stottern äußerst relevante Umweltfaktoren aufgeführt, z. B. die emotionale Unterstützung durch den engsten Familienkreis (e310) oder Freunde (e320) sowie die Hilfe durch Fachleute der Gesundheitsberufe (e355), also beispielsweise durch Sprach- oder Psychotherapeuten.

Ebenso erfasst Kapitel 4 („Einstellungen“) wichtige, für den sozialen Alltag eines Stotternden und damit auch für seine Lebensqualität ausschlaggebende Faktoren: Die individuellen Einstellungen aller mit dem Stotternden in Kontakt stehenden Personen (e410-e455) sowie gesellschaftliche Einstellungen, d. h. Meinungen, Überzeugungen (e460) sowie Regeln und Bräuche (e465, darunter fallen beispielsweise auch Kommunikationsnormen), die einen Einfluss (Förderfaktor oder Barriere, vgl. *Kapitel 2.1.2*) auf die Wahrnehmung einer kommunikationsgestörten, stotternden Person durch die Gesellschaft haben.

2.1.3.3.2 Personenbezogene Faktoren

Die personenbezogenen Faktoren sind gegenwärtig in der ICF nicht weiter klassifiziert, allerdings wird es von den Autoren als zukünftiges Ziel formuliert, entsprechende Komponenten der personenbezogenen Faktoren zu entwickeln (DIMDI, 2010).

Abgesehen von dem Alter, das heißt der Möglichkeit eines bereits über Jahre bestehenden, chronischen Stotterns, und dem Geschlecht (da Männer wesentlich häufiger betroffen sind als Frauen), erscheinen die in

der Einführung der ICF weiter erwähnten Merkmale wie ethnische Zugehörigkeit, andere Gesundheitsprobleme, Fitness, Lebensstil, Gewohnheiten und Erziehung für das Stottern von eher geringer Relevanz.

Bewältigungsstile sowie allgemeine Verhaltensmuster und der persönliche Charakter, die im Weiteren als „psychische Faktoren“ bezeichnet werden sollen, sind für die Bewältigung des Stotterns hingegen von größter Bedeutung. Dabei kommen als relevante psychische Faktoren speziell für das Stottern zunächst all diejenigen Faktoren in Betracht, die die Reaktion des Betroffenen auf sein Stottern bestimmen (Yaruss, 2004). Dies sind neben affektiven, also emotionalen Reaktionen, vor allem auch bestimmte Verhaltensweisen oder aber kognitive Vorgänge. In der englischsprachigen Literatur wird daher auch vom „ABC des Stotterns“ (**A**ffective, **B**ehavioral and **C**ognitive reactions) gesprochen (Yaruss, 1998).

Im Bereich der affektiven Reaktionen auf ein Stottereignis sind negative Gefühle von Versagen, Hilflosigkeit, Kontrollverlust und Schuld (Kollbrunner, 2004), sowie Scham, Angst, Unsicherheit und Enttäuschung sowie Wut denkbar. Ein positiver emotionaler Umgang mit dem Stottern würde sich dagegen eher in einer humorvollen Reaktion oder beispielsweise Gleichgültigkeit in Bezug auf das eigene Sprechproblem zeigen.

Als Verhaltensreaktionen sind im Bereich der Förderfaktoren Offenheit (z. B. das Ansprechen der eigenen Stotterproblematik/Aufklärung von Gesprächspartnern) sowie Gelassenheit zu nennen. Außerdem stehen vielen Betroffenen, die eine Therapie besucht haben, Techniken zur Verfügung, um auf das Stottern einzuwirken. Die Sprechmodifikationstechnik des *Fluency Shaping* soll im Rahmen dieser Arbeit näher betrachtet und auf ihre Wirkung hin untersucht werden (vgl. *Kapitel 2.3.3*). Zu den Barrierefaktoren hingegen zählen Reaktionsweisen wie (körperliche) Anspannung und Verkrampfung, Selbstbestrafung sowie Kommunikationsabbruch bis hin zum sozialen Rückzug, also gegebenenfalls vollständiger Vermeidung von Sprechsituationen. Ein häufig in der Literatur beschriebenes Verhalten von Betroffenen ist zudem das Vermeidungsverhalten, welches sich auf a) sprachlicher Ebene (Austausch und Umstellungen von Wörtern und Sätzen, Vermeiden von Lauten und Wörtern), b) nonverbaler Ebene (Vermeiden von Blickkontakt, Hand vor der Mund halten) sowie c) kommunikativer Ebene

(Verkürzung von Aussagen auf das Nötigste, Schweigen) äußern kann (Weikert, 2003). Problematisch ist laut Kollbrunner (2004) zudem eine Verhaltensweise, die darin besteht, „jede Art von persönlichen Schwierigkeiten [...] seinem Sprechproblem zuzuschreiben“ (ebd.: 394). Man spricht auch von „sekundärem Krankheitsgewinn“, der darin besteht, dass die Betroffenen immer mehr Verantwortung und damit Selbstautonomie abgeben, sich umsorgen lassen und sich damit vermeintlich schonen als Ausgleich für ihre psychische Belastung im Rahmen der Stotterproblematik.

Die kognitiven Prozesse, die Betroffene oftmals als Reaktion auf ihr Stottern zeigen, sind maßgeblich von der individuellen Art die Welt zu sehen und zu bewerten, z. B. also durch die Sichtweise bezüglich der eigenen Handlungsoptionen, geprägt (Gronhovd/Rice, 2004; Wendlandt, 2010). Dabei kann es sich um bewusste, aber auch um automatisierte Gedankengänge handeln. Häufig erleben sich die Stotterer dabei als „abnormal“, empfinden sich nicht als gleichwertiges Mitglied der Gesellschaft und leiden unter starken Minderwertigkeitsgedanken. Dementsprechend ist auch oftmals eine pessimistische Grundhaltung bezüglich der eigenen Fähigkeiten und Zukunftsaussichten vorhanden (Wendlandt, 2010), sodass auch Gedanken der Selbstabwertung nicht selten sind. Ist die Denkweise des Stotternden hingegen von einer umfassenden Akzeptanz der eigenen Schwächen geprägt, sowie von Hoffnung und einem Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten (Selbstbewusstsein), so kann die kognitive Ebene auch als Förderfaktor zum eigenen Wohlbefinden beitragen.

Nachfolgende Tabelle gibt zusammenfassend einen Überblick über die eruierten psychischen personenbezogenen Faktoren im Bezug auf das Stottern. Besonders zu beachten ist dabei, dass einem gegenseitigen Bedingungsgefüge der einzelnen Faktoren untereinander ausgegangen werden muss. So ist es beispielsweise plausibel, dass eine affektive Reaktion in Form von Versagensgefühlen zu Gedanken von Minderwertigkeit führt und sich als Folge entsprechend eine Verhaltensreaktion im Sinne eines sozialen Rückzuges ausbilden kann. Die verschiedenen psychischen personenbezogenen Faktoren sind somit immer im Zusammenhang zu betrachten.

	Förderfaktoren	Barrierefaktoren
Affektive Reaktionen (Gefühle von...)	Humor	Versagen
	Gleichgültigkeit	Hilflosigkeit
		Kontrollverlust
		Schuld
		Scham
		Angst
		Unsicherheit
		Wut
		Enttäuschung
Verhaltensreaktionen	Offenheit	Vermeidung
	Gelassenheit	Anspannung/Verkrampfung
	<i>Sprechtechnik</i>	Kommunikationsabbruch
		sozialer Rückzug
		Selbstbestrafung
		Schonung
Kognitive Reaktionen (Gedanken von...)	Akzeptanz	Ausgrenzung
	Hoffnung	Abnormalsein
	Selbstbewusstsein	Minderwertigkeit
		Selbstabwertung
		Pessimismus

Tabelle 1: Übersicht über für das Stottern relevante psychische personenbezogene Faktoren (eigene Darstellung)

2.1.4 Sprachtherapie im Rahmen der ICF

Da die ICF in Deutschland bereits in der Gesetzgebung berücksichtigt wurde (z. B. im Rahmen des IX. Sozialgesetzbuches, der Rehabilitationsrichtlinien und der Leitlinien zur Gesundheitsversorgung), stellt sie auch für Sprachtherapeuten eine verpflichtende Grundlage für das therapeutische Handeln dar (Grötzbach/Iven, 2009). Das ressourcenorientierte, personenzentrierte und alltagsbezogene Klassifikationssystem der ICF kann somit auch als Erklärungs- und Rechtfertigungsmodell für therapeutische Entscheidungen herangezogen werden und dient zur Begründung einer funktional ausgerichteten Sprachdiagnostik und -therapie.

2.1.4.1 Allgemeine Überlegungen

Die Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit stellt neben der Wiederherstellung und Verbesserung der Struktur beziehungsweise Funktion des betreffenden Körperorgans vor allem die Dimensionen *Aktivität* und *Partizipation* in den Mittelpunkt therapeutischer Bemühungen.

Ziel einer an der ICF orientierten Sprachtherapie ist es somit vornehmlich, dem Patienten die Ausübung seiner Alltagstätigkeiten und damit die gesellschaftliche Teilhabe in den von ihm gewünschten Bereichen zu ermöglichen. Isolierte sprachsystematische Therapiebestrebungen (z. B. Verringerung phonematischer Paraphasien im Kontext einer Aphasie), oder ausschließliche Erfolge im Therapieraum, haben damit im Rahmen der ICF keine Relevanz, wenn sie nicht auch zu einer Verbesserung der Aktivitäten (z. B. den Enkelkindern wieder vorlesen können), und folglich zu verbesserter Partizipation und Lebensqualität beitragen. Vielmehr ist entscheidend, dass Aspekte der individuellen Kompensationsfähigkeit, persönlicher Einstellungen und personaler Ressourcen mitberücksichtigt werden, um das Ziel einer funktionalen Gesundheit erreichen zu können. (BAR, 2010).

Daraus lässt sich die Forderung nach einer multiaxialen Diagnostik sowie einer die verschiedenen Ebenen der ICF betreffenden, alltags-, also teilhabeorientierten, Therapie ableiten. Für viele Sprachtherapeuten ist – vor allem im Bereich der Aphasietherapie – die Definition von Rehabilitationszielen im Sinne einer Verbesserung der Lebensqualität der Betroffenen schon länger Teil des Berufsverständnisses (Beushausen, 2009; Iven/Grötzbach, 2009). Die Orientierung des therapeutischen Vorgehens an der ICF hat sich aber dagegen in der Kindersprach- und Stottertherapie beispielsweise noch nicht gänzlich etabliert (Baumgartner, 2008).

Konkret bedeutet die Ausrichtung der Sprachtherapie an der ICF, dass neben der sprachsystematisch ausgerichteten Therapie, vor allem in der Akutphase einer Störung, vor allem auch kommunikativ-pragmatische Sprachrehabilitation im Sinne einer funktionalen, alltagsorientierten Therapie stattfinden sollte (Rapp, 2009).

2.1.4.2 Stottertherapie

Auch für die Stottertherapie ergeben sich im Rahmen einer ICF-Orientierung direkte Auswirkungen auf die Gestaltung der therapeutischen Arbeit.

So ist es laut Wendlandt (2009) unbedingt erforderlich, im Rahmen einer Stottertherapie Veränderungsziele zu formulieren, die über die Veränderung der primären Stottersymptomatik, also der sprechmotorischen Ebene, mittels einer Sprech- oder Stottermodifikationstechnik hinausgehen.

Eine verbesserte Sprechflüssigkeit, die lange Zeit als wichtigster Faktor einer erfolgreichen Stottertherapie galt (Yaruss, 2001), betrifft dagegen lediglich die ICF-Ebene der Körperfunktion. Zudem hat flüssigeres Sprechen für viele Betroffene nicht automatisch eine verbesserte Lebensqualität zur Folge. Und auch bei einem Gesprächspartner führt sie nicht notwendig zu dem Eindruck, er habe einen Menschen ohne Kommunikationsstörung vor sich (Wendlandt, 2009). Vielmehr zeichnet sich eine verbesserte Lebensqualität oftmals dadurch aus, dass sich der Betroffene trotz seiner Sprechproblematik nicht in den von ihm gewünschten Tätigkeiten (Ebene der Aktivität) eingeschränkt sieht und sich vor allem als vollwertiges Mitglied der Gesellschaft (Ebene der Partizipation) verstehen kann (Chrichton-Smith, 2002; Plexico et al., 2004). Darüber hinaus spielt die psychische Gesundheit, also die Minderung des Leidensdrucks der betroffenen Stotterer, eine wesentliche Komponente einer integrativen, funktionalen und damit ICF-orientierten Stottertherapie.

In dem gerade dargestellten Zusammenhang rückt dementsprechend die Arbeit an den Kontextfaktoren, vor allem den personenbezogenen Faktoren (vgl. *Kapitel 2.1.3.3.2*) in den Fokus der therapeutischen Arbeit (Rapp, 2009). Wendlandt (2010) führt dabei folgende Bereiche als Arbeitsfelder einer personenbezogenen Stottertherapie auf: Sensibilisierung und Entspannung, Angst und Vermeidung, Kommunikative Fähigkeiten und Sozialverhalten, Selbstsicherheit und Selbstvertrauen, Aufbau positiver Überzeugungen und Einstellungen zur eigenen Person und zur Umwelt sowie Lebensentwurf, Zukunftsplanung und Sinnfindung. Zudem wird der Miteinbezug der Bezugspersonen in die Therapie (Umweltfaktoren) als weiterer Baustein aufgeführt.

2.2 Fluency Shaping

Vor allem im Rahmen (teil-)stationärer Stottertherapien erlernen Betroffene Techniken, um ihr Sprechen flüssiger gestalten zu können und das Auftreten von Stotterereignissen zu reduzieren. In den folgenden zwei Kapiteln wird zunächst das Fluency Shaping, wie es im Rahmen der vorliegenden Arbeit gebraucht wird, definiert. Außerdem werden die drei in Deutschland bekanntesten Therapien, in denen eine Sprechmodifikationstechnik erlernt werden kann, kurz vorgestellt.

2.2.1 Definition

In der Stottertherapie gängige Therapieverfahren zur Erhöhung der Sprechflüssigkeit (engl.: „fluency“) und Verminderung der Primärsymptomatik lassen sich grob in zwei Richtungen einteilen: Globale, das heißt. *Sprechmodifikationstechniken* sowie lokale, also *Stottermodifikationstechniken* (Guitar/McCauley, 2010).

Während Letztere dabei vor allem auf die Verringerung der Sprechanstrengung und körperlichen Anspannung während eines Stotterereignisses abzielen, soll eine Sprechmodifikationstechnik dazu dienen, das Sprechen so zu verändern und zu formen (engl.: „(to) shape“), dass im Idealfall die Anzahl der Stotterereignisse wesentlich reduziert und dadurch eine erheblich flüssigere Sprechweise ermöglicht wird.

Feste Bestandteile der Technik sind in unterschiedlichen Varianten und auch in unterschiedlich vermittelter Form ein weicher Stimmeinsatz, die Vokaldehnung/-verlängerung sowie ein insgesamt vermindertes Sprechtempo (Ham, 2000). Außerdem wird versucht, das gesamte Sprechen zu verflüssigen, indem eine sog. „Restdehnung“ innerhalb sowie zwischen den einzelnen Worten eines Satzes beibehalten wird, man spricht daher auch von „gebundenem“ oder „gedehntem“ Sprechen. Weitere Bestandteile einer Sprechmodifikationstechnik können kurze und weiche Artikulationskontakte oder Modifikationen der Sprechatmung sein.

In der vorliegenden Arbeit werden die Begriffe „Fluency Shaping“ und „Sprechmodifikationstechnik“ als Synonyme verwendet.

2.2.2 Formen

In Deutschland werden Fluency Shaping Techniken vor allem im Rahmen mehrwöchiger stationärer Therapieaufenthalte vermittelt, da das Erlernen einer Sprechtechnik häufigem Training bedarf. Oft wird

dabei die Sprechweise in Stufen angebahnt, was bedeutet, dass anfangs beispielsweise nur ein Bestandteil der Sprechtechnik (z. B. der weiche Stimmeinsatz) im Mittelpunkt steht, während die Dehnung der Vokale zunächst vernachlässigt wird. Die Komplexität der Technik kann somit sukzessive gesteigert werden, was den Erwerb wesentlich erleichtert.

Innerhalb Deutschlands gibt es drei (teil)stationäre Therapieprogramme, in denen eine Fluency Shaping Technik erlernt wird: Die Kasseler Stottertherapie (KST), die Bonner- und die Ravensburger Stottertherapie.

In der KST wird das Fluency Shaping mithilfe eines Computerprogramms („flunatic“), mit dem Sprechübungen durchgeführt werden, erlernt. Der Betroffene bekommt dabei Rückmeldungen über die Qualität seines weichen Stimmeinsatzes und die allgemeine Stimmgebung und kann somit mit visueller Unterstützung intensiv an seiner Sprechtechnik arbeiten (Euler et al., 2009).

In der Bonner Stottertherapie wird die sogenannte „Stufensprechweise“ angebahnt, indem zunächst Wort für Wort gesprochen, das heißt der weiche Stimmeinsatz sowie die Anfangsdehnung eingeübt wird. Auf der zweiten Stufe werden dann maximal drei Wörter durch den Stimmfluss miteinander verbunden, wobei das Sprechtempo noch erheblich vermindert ist. In den weiteren Stufen wird schließlich sukzessive das Tempo erhöht und der Stimmfluss auf immer größere sprachliche Einheiten ausgeweitet (Prüß, 2000).

Die in der Ravensburger Herziger-Intensiv-Stottertherapie (HIS) als „bewusst Klangvolles Sprechen“ bezeichnete Sprechtechnik wird ebenfalls in mehreren Schritten aufgebaut und mit Einheiten zur Sinnes- und Selbsterfahrung sowie mit einer ein- bis zweitägigen absoluten Schweigephase vorbereitet. Eine Besonderheit der Technik ist, dass Vokale nicht gedehnt, sondern bewusst kurz gehalten werden und das Augenmerk vor allem auf die Dehnung von Sonoranten (/m/, /w/, /n/) gelegt wird (Herziger, 2007). Nichtsdestotrotz soll längerfristig das gesamte Sprechen modifiziert werden und zum „eigenen, automatisierten Sprechen“ (ebd.: 73) werden, sodass auch das bewusst klangvolle Sprechen unter den Fluency Shaping Techniken subsummiert werden kann.

2.3 Der Begriff der Alltagstauglichkeit

Im Rahmen der vorliegenden Arbeit soll der Begriff der „Alltagstauglichkeit“ einer Sprechmodifikationstechnik (Fluency Shaping) in Anlehnung an die Forderung der ICF nach einer personenzentrierten, funktionalen und teilhabeorientierten Stottertherapie definiert werden. Wie in *Kapitel 2.1.4.2* bereits dargestellt, müssen sich Therapieinhalte, also auch der Erwerb einer Sprechtechnik, an dem Ziel messen lassen, die allgemeine Lebensqualität des Betroffenen merklich zu verbessern (funktionale Gesundheit). Dies ist dann der Fall, wenn die verschiedenen Komponenten der Alltagstauglichkeit als unproblematisch bewertet werden können.

Nach einer kurzen Definition des Begriffs „Alltagstauglichkeit“ soll daher in den folgenden Kapiteln auf die einzelnen Komponenten und mögliche Problematiken eingegangen werden.

2.3.1 Definition

Eine Sprechtechnik ist dann als alltagstauglich anzusehen, wenn der Betroffene sie mit einem möglichst geringen Übungs- und Aufrechterhaltungsaufwand in allen gewünschten Situationen des täglichen Lebens einsetzen kann (Anwendbarkeit/Praktikabilität) und dies auch gerne tut. Dazu sollte die Technik den Betroffenen zum Einen nicht allzu sehr in seiner Sprechnaturalität einschränken, das heißt ihm beispielsweise noch Spontaneität ermöglichen und seine individuelle Sprechweise größtenteils erhalten (Natürlichkeit). Zum Anderen sollte sich der Betroffene möglichst wohl in der Anwendung seiner Technik fühlen, also sich weder für seine Sprechweise schämen noch sich im Ausdruck seiner Persönlichkeit gestört fühlen (Identifikation).

2.3.2 Komponenten und Problematik

Im Folgenden werden die einzelnen Komponenten der Alltagstauglichkeit, auf die in der vorliegenden Arbeit eingegangen werden soll, näher beleuchtet. Zudem sollen mögliche Probleme auf den einzelnen Ebenen diskutiert werden.

In *Kapitel 2.3.2.4* folgt zudem ein kurzer Exkurs, der einen weiteren interessanten Aspekt, welcher im Rahmen dieser Arbeit jedoch nicht weiter untersucht wurde, erörtert: Die Wahrnehmung und Bewertung der Sprechtechnik durch Zuhörer.

2.3.2.1 Anwendbarkeit/Praktikabilität

Eine Sprechtechnik lässt sich als praktikabel bezeichnen, wenn der Betroffene sie sowohl im privaten als auch beruflichen Alltag einsetzen kann.

Zudem sollte der Übungsaufwand „im Verhältnis zum Ertrag“ der Technik stehen. Dies bedeutet, dass die Übungen zur Aufrechterhaltung der Sprechtechnik derart gestaltet sein sollten, dass der Betroffene leicht die Motivation für regelmäßige Übungen aufbringen kann und dabei der Zeitaufwand realistisch bleibt, das Üben also leicht in den Alltag des Betroffenen zu integrieren ist.

Als problematisch bekannt sind jedoch Situationen, in denen die Betroffenen einem größeren Stress (z. B. Zeitdruck, Emotionen) ausgesetzt sind oder gesteigerte Anforderungen an eine Sprechsituation bestehen, also beispielsweise Vorträge halten, Telefonieren, über inhaltlich anspruchsvolle Themen reden (Crichton-Smith, 2002). Auch die Tageszeit oder Müdigkeit kann bereits einen Einfluss auf die Möglichkeit des Betroffenen ausüben, seine Technik zuverlässig einzusetzen (O'Brian et al., 2003).

Ebenso ist die Funktionsfähigkeit des Fluency Shaping in Fremdsprachen fraglich, was direkte negative Konsequenzen auf die wahrgenommene Sprechnatürlichkeit und Identifikation des Betroffenen mit seiner Sprechtechnik haben kann.

2.3.2.2 Natürlichkeit

Der Aspekt der Sprechnatürlichkeit umfasst die Parameter Sprechtempo, Prosodie (Sprechrhythmus, Betonungsmuster, Intonation) sowie Spontaneität und individuelle Anpassbarkeit der Technik.

Eine Vielzahl von Studien (Franken et al., 1992; Kalinowski et al., 1994; Stuart/Kalinowski, 2004; Teshima et al., 2010) weist auf die Tatsache hin, dass das Sprechen bei Anwendung einer Fluency Shaping Technik unnatürlich klingt, also „abgehackt“, „roboterhaft“, „monoton“ oder „ausdruckslos“.

Dies ist zum einen darauf zurückzuführen, dass die Längung aller Vokale eine gleichmäßige Betonung aller Silben zur Folge hat und damit die Prosodie in Bezug auf Betonung und Sprachrhythmus beeinträchtigt (Teshima et al., 2010). Außerdem haben sowohl die Vokal- als auch die Restdehnung ein insgesamt verlangsamtes Sprechtempo zur Folge, was

ebenfalls zu einem unnatürlichen Klang der Sprechweise beiträgt. Problematisch ist zudem, dass der Betroffene eine Abwägung zwischen Natürlichkeit und Zuverlässigkeit der Technik vornehmen muss. So kann eine relativ kurz gehaltene Anfangsdehnung beispielsweise die Natürlichkeit der Sprechweise erhöhen, jedoch ist dann fraglich, ob der Betroffene sich dann auch auf seine Technik verlassen kann. Der Aspekt der Natürlichkeit ist somit eng mit dem Aspekt der Praktikabilität der Technik verknüpft. Cream et al. (2003: 380) sprechen daher auch von einem „trade-off between natural sounding speech and stutter-free speech“.

Darüber hinaus schränkt die Technik den Betroffenen aufgrund des verlangsamten Sprechtempos oftmals in seiner Spontaneität ein, was den Eindruck eines artifiziellen, da gehemmten Sprechens verstärkt. Ein weiterer problematischer Aspekt ist zudem, dass die Sprechweise nur sehr eingeschränkt individualisierbar ist, das heißt die idiosynkratische Sprechweise des Betroffenen, welche beispielsweise auch dialektale Färbungen umfasst, kann oftmals nicht aufrecht erhalten werden. Auch fällt es den Betroffenen schwer, Emotionen oder Stimmungslagen zu übermitteln.

Die Folge einer unnatürlichen Sprechweise ist, dass die Betroffenen mit ihrer Sprechtechnik (unangenehm) auffallen, da sie vom Zuhörer leicht als von der normalen Sprechweise abweichend identifiziert wird (Stuart/Kalinowski, 2004). Eine auffällige, künstlich klingende Sprechweise hat daher häufig auch direkte negative Konsequenzen für die Identifikation des Betroffenen mit seiner Sprechweise.

2.3.2.3 Identifikation

In engem Zusammenhang mit der Sprechnatürlichkeit einer Technik steht der Aspekt der Identifikation: Der Betroffene sollte sich dauerhaft mit seiner Sprechweise identifizieren und diese als zu seiner Person dazugehörig wahrnehmen können. Denn nur dann ist davon auszugehen, dass er seine Sprechtechnik im Alltag auch ohne Scham einsetzen und sie nicht als störend empfinden wird.

Der Parameter „Identifikation“ ist daher auch als Folge aus den Parametern „Anwendbarkeit/Praktikabilität“ und „Natürlichkeit“ zu betrachten. *Kann* ein Betroffener die Technik nicht in allen Situationen des täglichen Lebens einsetzen, so wird die Technik auch nie vollständig in seine

Persönlichkeit integriert werden. *Will* der Betroffene die Technik aufgrund des unnatürlichen und auffälligen Klangs gar nicht immer einsetzen, so wird auch dies die Identifikation mit der Technik beeinträchtigen.

Ebenfalls unter den Aspekt „Identifikation“ subsumiert werden kann die Frage, ob die Identifikation des Stotternden mit seiner auch trotz Sprechtechnik weiterbestehenden Sprechproblematik durch den Einsatz des Fluency Shaping beeinträchtigt wird. Unter Umständen kann eine erhöhte Sprechflüssigkeit sogar zur Verstärkung der Vermeidungs- oder Angstproblematik eines Betroffenen beitragen (Cream et al., 2003), da der Wunsch nach immer mehr Flüssigkeit entsteht und die psychische Auseinandersetzung mit dem eigentlichen Stottern nicht (mehr) ausreichend stattfindet.

2.3.2.4 Exkurs: Soziale Akzeptanz

Die in *Kapitel 2.1.3.3.1* beschriebenen externen Kontextfaktoren, also beispielsweise gesellschaftliche Einstellungen oder Stereotype in Bezug auf das Stottern, können auch Einfluss auf die Copingstrategien der Betroffenen haben, da die oftmals negative Bewertung und Reaktion der Zuhörer von den Betroffenen größtenteils richtig antizipiert werden kann. So konnte in verschiedenen Studien (z. B. MacKinnon et al., 2007; Panico et al., 2005) aufgezeigt werden, dass Stotternde von ihren Mitmenschen oftmals tatsächlich als emotional instabil, kommunikationsgestört und weniger intelligent eingestuft werden - und dass die Betroffenen dies auch wissen.

Tiling (2010) konnte jedoch nachweisen, dass die Einschätzung der sozialen Akzeptanz einer Sprechtechnik durch die Betroffenen unrealistisch positiv ist. Denn entgegen der Erwartungen der Stotterer wird eine Fluency Shaping Technik von den Zuhörern nicht besser bewertet als die reine Kernsymptomatik des Stotterns (Prolongationen, Repetitionen, Blockaden). Die Sprechmodifikationstechnik wird sogar unter Umständen als eine Art Vermeidungsverhalten („er spricht wie ein Stotterer, der versucht, nicht zu stottern“, Tiling, 2010: 297) interpretiert und damit wesentlich negativer bewertet als das eigentliche Stottern.

In diesem Zusammenhang wird deutlich, dass neben der Alltagstauglichkeit auch eine realistische Erwartungshaltung an die soziale Akzeptanz des Fluency Shaping von großer Bedeutung für eine erfolgreiche

Bewältigung des Stotterns ist. Ebenso ist ein selbstbewusster Umgang mit der eigenen Sprechtechnik vonnöten, damit diese von den Zuhörern nicht als weiteres Vermeidungsverhalten missinterpretiert wird.

Eine Sprechtechnik sollte von dem Betroffenen selbst auch nie als weitere Möglichkeit zur Verbergung seiner Sprechproblematik (Vermeidungsverhalten) eingesetzt, sondern als wertvolles Werkzeug zur Erleichterung der alltäglichen Kommunikation betrachtet werden. Auch sollte in Fällen, in denen der Einsatz der Technik nicht gelingt oder nicht gewünscht ist, lieber auf das Stottern als auf ein Vermeidungsverhalten ausgewichen werden. Denn sonst wird das Stottern von einem primär sprechmotorischen zu einem viel schwerwiegenderen kommunikativ-sozialen Problem.

2.4 Sprechmodifikationstechniken als personenbezogene Förderfaktoren im Rahmen der ICF?

Mit Blick auf die in *Kapitel 2.1* dargelegte ICF-Zielsetzung einer funktionalen, personenzentrierten und alltagsorientierten Stottertherapie zur Verbesserung der allgemeinen Lebensqualität der Betroffenen, stellt sich unter den in *Kapitel 2.3* erörterten Problematiken von Sprechmodifikationstechniken die Frage, inwieweit das Erlernen globaler Sprechtechniken einen entscheidenden Baustein einer Stottertherapie darstellt.

Das Versprechen einer nahezu vollkommenen Sprechflüssigkeit und damit erheblichen Verringerung der Sprechproblematik erscheint letztendlich aufgrund der fraglichen Alltagstauglichkeit des Fluency Shaping als nicht realistisch. Ebenso kann die Effektivität von hauptsächlich auf Sprechtechnik basierenden Therapien, also die nachhaltige Verbesserung der Lebensqualität der Betroffenen primär auf Grundlage einer veränderten Sprechweise, angezweifelt werden.

Im Rahmen der vorliegenden Arbeit soll daher analysiert werden, inwieweit das Erlernen von Sprechmodifikationstechniken im Rahmen von Stottertherapien zur Verbesserung der alltäglichen Lebensqualität der Betroffenen beitragen kann, also im Sinne der ICF als positiver personenbezogener Faktor (Förderfaktor) bewertet werden kann.

Dabei muss sich das Fluency Shaping aufgrund der in der ICF postulierten Zielsetzung einer funktionalen Gesundheit daran messen

lassen, ob es den Betroffenen dazu verhilft, sich unter Beherrschung der Technik in allen gewünschten Bereichen des alltäglichen Lebens einzubringen (Ebene der Aktivität) und dadurch aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen (Ebene der Partizipation). Ebenso sollte die Sprechtechnik maßgeblich dazu beitragen, den Leidensdruck der Betroffenen zu mindern, um als positive Copingstrategie im Sinne eines förderlichen personenbezogenen Umweltfaktors gelten zu können. Zur Beantwortung der Fragestellung soll der Stellenwert der Sprechmodifikationstechnik im Alltag der Betroffenen erörtert werden, die Alltagstauglichkeit der Technik hinterfragt sowie ein Augenmerk auf weitere relevante psychologische personenbezogene Faktoren in der Bewältigung des Stotterns gelegt werden.

3. Empirischer Teil

3.1 Vorgehen

Im Weiteren wird das Vorgehen zur Überprüfung der in *Kapitel 2.3.3* formulierten Fragestellung näher beleuchtet.

Zunächst wird auf die verwendete Methode, das Problemzentrierte Interview, eingegangen, und die Gewinnung der Probanden beschrieben. Danach folgen Details zur Aufnahmemodalität sowie zur weiteren Analyse der geführten Interviews.

3.1.1 Problemzentriertes Interview

Ein in der qualitativen Sozialforschung weit verbreitetes Instrument zur wissenschaftlichen Erkenntnisgewinnung ist das qualitative Interview. Dabei gibt es je nach Fragestellung (Ja-Nein-Fragen/offene Fragen) oder Grad der Standardisierung unterschiedliche Formen (Hopf, 2009), wobei sich das Problemzentrierte Interview besonders für Fragestellungen eignet, in denen eine „möglichst unvoreingenommene Erfassung individueller Handlungen sowie subjektiver Wahrnehmungen und Verarbeitungsweisen“ (Witzel, 2000: 1) erfolgen soll.

Charakteristisch für das Problemzentrierte Interview ist eine Teilstandardisierung, das heißt die Erstellung eines Interviewleitfadens, anhand dessen das Interview durchgeführt wird. Die Kommunikationsstrategie ist eine erzählungsgenerierende: Mittels einer vorformulierten Einstiegsfrage wird der Interviewte zunächst zum freien Erzählen und Assoziieren angeregt; danach greift der Interviewer die thematischen Aspekte der Antwort auf, um mit Rückfragen ins Detail zu gehen. Vom Interviewten zunächst ausgeklammerte Themenbereiche werden dann mit Hilfe der vorformulierten Fragen ergänzt und durch Zurückspiegelungen der Äußerungen des Befragten, Verständnisfragen und erneute Konfrontation mit getätigten Äußerungen vertieft (Helfferich, 2004).

Der in der vorliegenden Arbeit verwendete Interviewleitfaden ist im *Anhang* beigefügt. Er enthält Fragen zu den in *Kapitel 2.3.2* analysierten Komponenten der Alltagstauglichkeit von Sprechtechniken. Im Laufe des Interviews ergaben sich zudem oftmals weitere spezifischere Fragen zur jeweiligen Therapie oder Sprechweise. Ebenso wurde im Verlauf der Interviews deutlich, dass der Aspekt der Kognition (vgl. *Kapitel 3.2.4*) als

weiterer wichtiger Faktor für die Alltagstauglichkeit einer Sprechtechnik zu berücksichtigen ist. Daher wurden Fragen nach dem allgemeinen Umgang der Betroffenen mit ihrer Sprechsymptomatik bzw. deren Erfahrungen im psychologischen Bereich bei Gelegenheit spontan ergänzt.

3.1.2 Probanden

Insgesamt wurden sieben stotternde Personen interviewt, die alle im Rahmen einer mehrwöchigen, stationären Therapie eine Sprechmodifikationstechnik erlernt hatten. Es wurden fünf Männer und eine Frau im Alter von 15 bis 42 Jahren befragt. Jeweils zwei Interviewpartner hatten die Herziger-Intensiv-Stotter-Therapie (HIST) in Ravensburg und die Kasseler Intensiv-Stottertherapie (KST) besucht, die restlichen drei Befragten die Stottertherapie nach Holger Prüß in Bonn.

Folgende Tabelle gibt einen Überblick über die Probanden:

Kürzel (Initialen)	Alter	Geschlecht (m/w)	Therapieort	Therapiezeitraum (Monat/Jahr)
AS	35	m	Bonn	07/2008 - 03/2009
BS	41	m	Bonn	07/2009 - 03/2010
FS	34	m	Kassel	06/2004 (3 Wochen)
JS	15	w	Ravensburg	09/2009 - 07/2010
MB	19	m	Ravensburg	09/2009 - 07/2010
WA	42	m	Bonn	07/2008 - 03/2009

Tabelle 2: Überblick über die im Rahmen der Arbeit interviewten Probanden
(eigene Darstellung)

Der Kontakt zu den stotternden Personen wurde zum einen über Kommilitonen, die Praktika in den entsprechenden Einrichtungen absolviert hatten, sowie über die Münchener Stottererselbsthilfe hergestellt. Mittels einer E-Mail wurden die Betroffenen zunächst über die Bachelorarbeit informiert und schließlich ein Interviewtermin vereinbart.

Die Betroffenen wurden darauf hingewiesen, dass die im Interview getätigten Aussagen zu ihrem Datenschutz in der Arbeit anonymisiert (Initialen zur Zuordnung) wiedergegeben werden würden. Neben Informationen zum Alter, Geschlecht, der Therapieart und Therapiezeitraum wurden keine weiteren persönlichen Daten erfasst. Ebenso wenig wurde die (Rest-)Stotterersymptomatik analysiert, also beispielsweise keine Diagnostik zur Erhebung der Stotterstärke durch-

geführt, da diese für die Fragestellung als nicht relevant betrachtet wurde. Bei der Auswertung der Interviews erfolgte somit eine Fokussierung auf inhaltliche Gesichtspunkte.

3.1.3 Aufnahme und Transkription

Die durchgeführten Interviews wurden entweder per Computer oder mit Hilfe eines Diktiergerätes aufgezeichnet. Das online verwendete Programm „Skype“, das als Kommunikationsmedium diente, wurde dabei mit der Software „call graph“ verknüpft, welche das per Headset geführte Gespräch aufzeichnete und als Sounddatei verfügbar machte.

Anschließend erfolgte eine Verschriftlichung der getätigten Interviews (siehe *Anhang*), wobei bei der Transkription vornehmlich auf den Inhalt geachtet wurde, d. h. weder dialektale Besonderheiten noch Stotter-symptome mitberücksichtigt wurden. Auch Füllwörter wurden größtenteils nicht transkribiert und lediglich der Verständlichkeit dienende, metasprachliche Informationen (z. B. „[lacht]“) ergänzt. Ebenfalls erfolgten Anmerkungen zu den von den Betroffenen verwendeten therapiespezifischen Begrifflichkeiten, wie beispielsweise Desensibilisierungsmethoden.

Zur Erleichterung des Zitierens wurden Zeilennummern angefügt, sodass mithilfe des Kürzels und der Zeilenangabe (z. B. [BS/27]) eine eindeutige Zuordnung der getätigten Aussagen möglich ist.

Das Kürzel „CM“ steht für die Initialen der Verfasserin.

3.2 Ergebnisse

Im vorliegenden Kapitel sollen die Ergebnisse in Bezug auf die in den Interviews eruierten Aspekte der Alltagstauglichkeit des Fluency Shaping interpretierend dargestellt werden. Neben der Anwendbarkeit/Praktikabilität, der Natürlichkeit und der Identifikation der Betroffenen mit ihrer Technik, werden dabei ergänzend die Faktoren „Emotionale und Kognitive Reaktionen“ mitberücksichtigt.

Im Sinne eines „induktiv-deduktive[n] Wechselverhältnisses“ (Witzel, 2000: 2), das heißt einer einerseits vom Einzelfall auf das Gesamte verallgemeinernden Interpretation und andererseits vom bereits erforschten Allgemeinen auf den Einzelfall schließenden Deutung der Interviewaussagen sollen dadurch die im Theorieteil entwickelten Hypothesen am Datenmaterial erhärtet werden.

Auch wenn die Probandenzahl für quantitative Aussagen zu gering war, wurden verallgemeinernde Schlussfolgerungen aus den Interviewaussagen abgeleitet. Diese stützen dabei größtenteils die im theoretischen Teil der Arbeit analysierten wissenschaftlichen Erkenntnisse in Bezug auf die verschiedenen Aspekte der Alltagstauglichkeit des Fluency Shaping. Es erfolgte somit eine Bestätigung bereits bekannter Faktoren, allerdings mit zusätzlichem Fokus auf mögliche therapeutische Konsequenzen im Rahmen einer ICF-orientierten Stottertherapie.

3.2.1 Faktor Anwendbarkeit/Praktikabilität

Ein Aspekt der Alltagstauglichkeit einer Sprechmodifikationstechnik betrifft die Frage, ob die Technik von den Betroffenen in allen Lebensbereichen angewendet werden kann, also beispielsweise sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich. Die Möglichkeit des Einsatzes der Technik in verschiedenen Bereichen wurde von allen Befragten grundsätzlich bestätigt, wobei jedoch keiner der Befragten angab, die Technik tatsächlich immer anzuwenden:

- *„Also nur dann, wenn ich eben merke, ich kriege ein Stottergefühl, dann versuch ich eben die Stufensprechweise einzusetzen.“ [BS/6]¹*
- *„Man nimmt sie [die Sprechtechnik] halt nicht immer her.“ [FS/5]*

Dies ist vor allem darauf zurückzuführen, dass es eine Reihe von Faktoren gibt, die einen möglichen Einsatz der Technik beeinträchtigen, wie beispielsweise Stress und emotionale Situationen:

- *„Wenn [...] es hektisch und stressig ist [...], dann wird es aber sehr schwierig werden, die Technik anzuwenden [...].“ [WA/21]*
- *„Ja... wenn ich manchmal weinen muss, dann kann ich glaube ich nicht so klangvoll sprechen.“ [JS/40]*
- *„[...] wenn ich aufgereggt bin, dann fällt es mir eher schwer.“ [BS/67]*

¹ [BS/6] steht für das Patienten Kürzel (Initialen) „BS“ und die Zeile 6 als Beginn des Zitates. Die aufgeführten Zitate sind dabei als beispielhafte Äußerungen zu verstehen, das heißt einzelne Befragte können den zitierten Äußerungen durchaus widersprechen.

Ebenso scheint der Faktor Konzentration bzw. „kognitive Ressourcen“ eine entscheidende Rolle zu spielen:

- *„Man muss sich halt extrem konzentrieren auf das, was man sagen will und wie man es sagen will.“ [MB/20]*
- *„Wenn man halt einfach für andere Sachen die Kapazität braucht zum Nachdenken. Dann kann man es [die Technik] einfach nicht gebrauchen.“ [AS/35]*

Dies hat zur Folge, dass zum einen Müdigkeit und Tagesform Auswirkungen auf die Anwendbarkeit der Technik haben können:

- *„[...] gerade wenn ich einen langen Tag hinter mir habe, jetzt so um die Uhrzeit, da ist es dann eher schwierig, sich auf das Sprechen so richtig zu konzentrieren.“ [BS/69]*

Und zum Anderen kann die Technik meist auch nicht auf Fremdsprachen übertragen werden:

- *„[...] bis jetzt habe ich halt noch ziemlich viele Schwierigkeiten, klangvoll auf Französisch zu sprechen.“ [MB/9]*
- *„Ich denk einfach, dass du dir deine Ressourcen einerseits einteilen musst auf die Fremdsprache, auf die Vokabeln, auf den Satzbau – und auf deine Technik... das wird einfach zu viel.“ [FS/126]*

Des Weiteren führen die Betroffenen eine Reihe weiterer Umstände an, die den Einsatz des Fluency Shaping für sie persönlich erschweren oder gar unmöglich machen:

- *„Also wo ich es nicht einsetze oder wo es mir schwerfällt, wenn ich z. B. Vorlesen muss.“ [BS/35]*
- *„[...] wenn ich eine Person jetzt erst seit zwei Wochen kenne oder eine Person schon seit mehreren Jahren kenne, das ist schon ein Unterschied. Oder wenn ich mit einer Respektperson spreche, da habe ich dann auch große Probleme, klangvoll zu sprechen.“ [MB/180,201]*
- *„Und manchmal, wenn ich halt Schmarrn [Anmerkung: im Sinne*

von „Unsinn“] *mache, dann spreche ich auch nicht so klangvoll.*“
[JS/34]

- *„Im Bayerischen zu reden und mit Technik ist verdammt schwierig, das Ganze.“* [FS/34]

Gleichzeitig nehmen die Betroffenen das Fluency Shaping aber in bestimmten Situationen auch als sehr hilfreich wahr und zeigen sich insgesamt zufrieden mit ihrer Sprechtechnik:

- *„[...] ich find die [Sprechtechnik] voll gut.“* [JS/8]
- *„Wenn ich z. B. vor Leuten sprechen muss oder ich muss einen Vortrag halten [...] da setz ich die Technik dann ein.“* [BS/28]
- *„Also in entspannten Sprechsituationen mit Freunden und Bekannten oder im Lokal was bestellen, da ist es gar kein Problem, die Technik anzuwenden.“* [WA/18]
- *„[...] also ich weiß halt, dass ich bei den Vokalen z. B. zum Wortanfang sehr gerne hängenbleibe.“* [FS/80]

Ein weiterer Aspekt in Bezug auf die Praktikabilität des Fluency Shaping ist ein realistischer Übungsaufwand zur Aufrechterhaltung der Technik beziehungsweise das Vermögen der Betroffenen, längerfristig und regelmäßig die Motivation zum Üben aufzubringen. Dies gelingt jedoch nicht allen Befragten:

- *„Wenn du keinen Partner hast, dann ist es schwierig. Dann ist das [regelmäßige Üben] nach einer Woche oder nach 14 Tagen gestorben“* [WA/132]
- *„Der Aufwand ist, dass man Übungen macht und auch mal wieder Umweltraining macht. Aber der Aufwand ist halt extrem.“* [AS/182, 195]
- *„Und ich habe halt zwei, drei Jahre danach noch geübt... die Tendenz geht halt immer nach unten und inzwischen übe ich überhaupt nicht mehr.“* [FS/153]

Die Frage nach der Ausgeglichenheit von Übungsaufwand und „Ertrag“, also der zuverlässigen Funktionsweise der Technik, wird von den Befragten entsprechend unterschiedlich bewertet:

- *„Also das hält sich die Waage.“* [BS/132]

- „Ja das Üben, das bringt schon was.“ [JS/95]
- „Aber nur ein Mal Üben ist echt vergeudete Zeit.“ [FS/171]

Das leichte Erlernen bzw. Wiederauffrischen des Fluency Shaping wird von den Betroffenen insgesamt positiv betrachtet und auch als ein wichtiger Faktor der Alltagstauglichkeit bewertet:

- „Also ich kann ja die Stufe jetzt einfach wieder hervorholen und sie wieder praktizieren, weil ich sie in Bonn sehr intensiv geübt habe, klar.“ [WA/168]
- „Aber die Stufensprechweise ist jetzt schon sehr hilfreich, ja. Und auch leicht zu erlernen. [...] eine Sprechtechnik sollte leicht zu erlernen sein, das ist ein ganz wichtiger Punkt.“ [BS/13, 175]

Zusammengefasst kann festgehalten werden, dass die alltägliche Anwendbarkeit des Fluency Shaping durch eine Reihe von Faktoren (Stress, Emotionen, Konzentrationsfähigkeit, Fremdsprachen, etc.) beeinträchtigt wird. Die Sprechmodifikationstechnik *kann* von den Betroffenen also nicht zuverlässig angewendet werden, da sie nicht in allen Situationen „funktioniert“. Nichtsdestotrotz wird das Fluency Shaping von den Betroffenen als grundsätzlich hilfreiches Werkzeug zur Bewältigung ihrer Sprechproblematik angesehen.

Die Praktikabilität der Technik in Bezug auf den Übungsaufwand erscheint jedoch ebenfalls fraglich, da es den meisten Betroffenen nicht dauerhaft gelingt, die Motivation für ein regelmäßiges, intensives Üben aufzubringen. Auch dies wirkt sich negativ auf die Zuverlässigkeit des Fluency Shaping aus.

3.2.2 Faktor Natürlichkeit

Insgesamt weisen die Betroffenen der Natürlichkeit einer Sprechtechnik für die alltägliche Anwendung eine hohe Priorität zu:

- „Es sollte nicht zu auffällig sein. Denn wenn man mit der Sprechtechnik genauso auffällt wie mit dem Stottern, dann bringt das nichts.“ [BS/177]
- „Ja. Ja. Also das sehe ich schon ganz klar so.“ [FS/96] (Auf die Frage: „Heißt aber auch, dass die Natürlichkeit ein ganz wichtiger Faktor ist?“)

Dabei fällt jedoch auf, dass sich die meisten Betroffenen in Bezug auf ihr Sprechtempo beeinträchtigt fühlen beziehungsweise sich eine Sprechtechnik wünschen würden, die sich besser mit dem persönlichen Sprechtempo vereinbaren lässt:

- *„Ja, also... ich bin eher so ein schneller Sprecher und mir fällt es eben dann schwer, [...] in Technik zu sprechen.“ [BS/57]*
- *„Mit dem Tempo... also ich rede einfach immer noch zu schnell, das ist einfach so.“ [FS/36]*

Folglich kann sich das durch das Fluency Shaping vorgegebene verlangsamte Sprechtempo auch auf die mögliche Spontaneität auswirken und den Eindruck eines gehemmten, eher unnatürlichen Sprechens verstärken:

- *„Ja... das [die Spontaneität] kann man vergessen. Also Null.“ [AS/75]*
- *„[...] weil sie [die Technik] halt wirklich in der Spontaneität einschränkt und so [...].“ [WA/108]*

Das Problem des unnatürlichen, da zu langsamen Sprechens, wird außerdem dadurch verschärft, dass die Betroffenen von ihren Gesprächspartnern oftmals unterbrochen werden, sodass das Sprechtempo wiederum indirekt auch Auswirkungen auf die Praktikabilität der Technik haben kann:

- *„Wenn du zu langsam redest, dann werden dir deine Mitmenschen die Wörter aus dem Mund nehmen, oder dich unterbrechen, den Satz abhacken oder dir schon antworten [...]. Eine zu langsame Sprechtechnik geht nicht.“*

Ebenso wird die Dehnung der Vokale als unnatürlich klingend eingestuft, was dazu führt, dass die Betroffenen versuchen, die Dehnungen möglichst kurz zu halten:

- *„[...] deswegen versuch ich, den weichen Stimmeinsatz schon so kurz wie möglich zu halten, dass es eben nicht allzu sehr auffällt.“ [BS/22]*

- *„[...] die Anfangsdehnung, das fällt halt auf.“ [AS/55]*
- *„[...] weil ich es inzwischen so „verharmlost“ habe. Ja... also ich rede halt so, dass ich dass ich – z. B. bei „a“ – „Autobahn“, da müsstest du so reden [redet mit langer Anfangsdehnung sowie ausgeprägter Restdehnung]: „Au...to...bahn“. Da schauen dich ja die Leute echt blöd an. Und wenn ich sage „Au...tobahn“ [einmalige kurze Anfangsdehnung], klingt das zwar auch nicht ganz normal, aber es fällt halt keinem auf.“ [FS/80,88]*

Auch sonst wird der Wunsch nach einer individualisierbaren und damit authentischen Technik deutlich:

- *„[...] der eine ist etwas spontaner, der andere bisschen zurückhaltender, der eine bisschen langsamer, der andere bisschen schneller usw. ... und dass man [...] ganz natürlich spricht indem ich einfach etwas mit der Geschwindigkeit jonglieren kann oder mit der Betonung jonglieren kann ohne bei jedem Satzanfang diese Anfangsdehnung zu machen. Das wirkt einfach nicht natürlich, weil ich mein natürliches Sprechen einfach variieren kann wie im Alltag ja auch.“ [WA/350]*
- *„Ja. Genau. Individuell [...]. Es muss halt immer interessant bleiben und zugeschneidert, dass man dranbleibt.“ [AS/370] (auf die Frage: „Dass man quasi eine ganz individuelle Sprechweise bekommt?“)*

Problematisch ist in diesem Zusammenhang jedoch, dass die Betroffenen unter Umständen eine Abwägung zwischen Natürlichkeit beziehungsweise Individualisierung einerseits und Zuverlässigkeit der Technik andererseits vornehmen müssen:

- *„Aber wenn man diesen weichen Einsatz, diesen langsamen Einsatz dann nicht mehr so lang macht, dann ist halt die Frage, ob es einem hilft.“ [AS/67]*

Darüber hinaus stellt sich die Frage, inwieweit es überhaupt möglich ist, bei Anwendung der Sprechtechnik überzeugend und glaubhaft persönliche Gefühle zu vermitteln, was einen weiteren Bestandteil einer natürlichen Sprechweise darstellt. Wie bereits im vorangegangenen Kapitel unter dem Aspekt der Anwendbarkeit erwähnt, stellen emotionale Situa-

tionen ohnehin Gegebenheiten dar, in denen der Einsatz des Fluency Shaping meist nicht gelingt. Wird die Sprechtechnik trotz der genannten Schwierigkeiten erfolgreich eingesetzt, so beeinträchtigt die veränderte Prosodie jedoch die glaubwürdige Vermittlung von Emotionen:

- „Also ich habe es nicht geschafft.“ [AS/90]
- (spricht mit extrem verlangsamter Technik): „Ich freue mich jetzt total, dich hier zu sehen. Müssen wir uns da noch mehr drüber unterhalten? Also nein... geht nicht.“ [WA/92](beide als Antwort auf die Frage: „Inwiefern kann man mit der Sprechtechnik überhaupt so sein Sprechen so verändern, dass man noch Gefühle transportieren kann?“)
- „Da schaffst du es eh nicht, in Technik zu reden. Wenn du jetzt richtig sauer bist oder streitest... nein.“ [FS/51]

In diesem Kapitel wurde der Frage nachgegangen, inwiefern die Betroffenen ihre Sprechweise mit Technik als natürlich empfinden und diese somit auch einsetzen *wollen*. Dabei wird deutlich, dass die Technik in ihrer ursprünglich erlernten und zuverlässigsten Form, das heißt mit geringem Sprechtempo, langen Anfangs- und Restdehnungen sowie vermehrten Sprechpausen, von den Betroffenen kaum als für die alltägliche Kommunikation tauglich beziehungsweise als für die Zuhörer akzeptabel wahrgenommen wird.

3.2.3 Faktor Identifikation

Der Faktor Identifikation kann teilweise als Folge der Ergebnisse der bereits analysierten Faktoren Anwendbarkeit/Praktikabilität und Natürlichkeit betrachtet werden. *Kann* oder *will* ein Betroffener seine Sprechmodifikationstechnik nicht in allen Situationen anwenden, so wird er sich auch kaum dauerhaft mit der Sprechweise identifizieren können und sie als gänzlich zu seiner Person gehörend wahrnehmen:

- „Also so hundertprozentig dazugehören tut es noch nicht zu mir.“ [FS/99]
- „Nein. Das möchte ich jetzt so nicht sagen.“ [BS/94] (auf die Frage: „Und würden Sie sagen, dass Sie sich mit Ihrer Sprechweise identifizieren? Dass es regelrecht zu ihrer Person dazugehört?“)

- *„Ja... während dem halben Jahr, [...] da war das wirklich was von mir, da hat es richtig zu mir gehört, das klangvolle Sprechen. [...] aber jetzt ist es halt wieder so in den Hintergrund gerutscht [...].“ [JS/64]*

Auch geben die Betroffenen an, oftmals einfach keine Lust auf die Anwendung der Sprechtechnik zu haben, respektive sich durch diese in ihrer Sprechfreude beeinträchtigt zu fühlen:

- *„Also entweder hat man keine Lust, sie anzuwenden oder wie auch immer.“ [FS/67]*
- *„Und was noch ein negativer Aspekt ist, ist, dass man sich halt extrem konzentrieren muss [...] und da kann das Sprechen schon halt nicht immer Spaß machen.“ [MB/257]*

Des Weiteren bleibt die Anwendung der Sprechtechnik bei den meisten Befragten bewusst auf bestimmte Situationen beschränkt oder wird gar als „letztes Mittel“ betrachtet, da das eigene Stottern teilweise bevorzugt wird:

- *„Also es ist schon so, also wenn ich die Möglichkeit habe, [...] den Satz entsprechend umzubauen, dann ziehe ich das teilweise vor. Also nur, wenn ich merke, dass es nicht klappen wird, setze ich die Technik ein.“ [BS/94,118]*
- *„Vielleicht beim fremde Frauen ansprechen. Weil es natürlicher ist [...].“ [FS/226, 230] (auf die Frage: „Gibt es jetzt Situationen, wo du das Stottern bevorzugen würdest?!)“*

Dabei scheint aber der bewusste Einsatz der Fluency Shaping Technik beziehungsweise die Identifikation mit derselben auch stark mit der Abhängigkeit des Betroffenen von der Technik, also beispielsweise der Stärke und Häufigkeit seiner Stottersymptome oder dem subjektiven Leidensdruck, zusammenzuhängen:

- *„[...] es ist halt bisher die einzige Möglichkeit, wie ich richtig flüssig sprechen kann.“ [MB/98]*
- *„Wenn mein Leidensdruck sehr groß ist und ich flüssig sprechen will, dann werde ich diese Sprechtechnik dann machen. Und wenn dein Leidensdruck nicht hoch ist – egal wie stark deine*

Symptomatik ist –, dann wirst du sagen: ‚Ne, die gehört nicht zu mir‘“ [WA/102,120]

Bedenklich ist in dem oben genannten Zusammenhang einerseits jedoch die bereits im Exkurs (*Kapitel 2.3.2.4*) besprochene Problematik, dass die Betroffenen die Sprechtechnik unter Umständen nur zum vermeintlichen Nutzen der Zuhörer, also nicht aus eigenem Antrieb, einsetzen:

- *„Weil es ist halt immer, dass man die Anderen mit seinem Stottern nicht belasten will. Und man will auch nicht unbedingt im Unterricht stottern.“ [MB/140]*
- *„Nein... weil es eigentlich fast immer für den Zuhörer besser klingt, als wenn ich stottere.“ [FS/77] (auf die Frage: „Gibt es auch Situationen, wo die Technik [...] für dich überhaupt nicht passt?“)*

Andererseits erscheint es zudem als äußerst problematisch, dass die Auseinandersetzung der Betroffenen mit den sekundären, psychischen Problematiken ihrer Sprechstörung, wie beispielsweise Vermeidungsverhalten und mangelndes Selbstbewusstsein, aufgrund des Einsatzes der Sprechtechnik beeinträchtigt zu sein scheint. Die Sprechtechnik wird also mitunter lediglich als Alternative zur Vermeidung betrachtet:

- *„Naja... die spannendste Frage ist ja einfach: Kann ich zu mir stehen, zu meinem Stottern oder kann ich das nicht.“ [WA/46] (auf die Frage: „Inwiefern fällt man unangenehm mit der Technik auf?“)*
- *„Denn wenn man mit der Sprechtechnik genauso auffällt wie mit dem Stottern, dann bringt das nichts. Das [Umbauen von Sätzen und Austauschen von Wörtern] ist vielleicht ein Vermeiden, ein Vermeidungsverhalten, aber mir hilft es halt flüssiger zu sprechen einfach. Also die Sprechtechnik setz ich eher dann ein, wenn ich merke, an dem Wort oder an dem Satz komme ich nicht vorbei.“ [BS/178, 98]*
- *„Bewusst nicht. Unterbewusst bestimmt. Da bin ich mir ziemlich sicher, dass es da irgendetwas gibt, was man nicht macht. Sich nicht traut [...]“ [FS/249] (auf die Frage: „Und es gibt auch keine*

Bereiche mehr, wo du sagen würdest: ‚Da schränkt mich das [Stottern] nach wie vor so ein, das sich auch mit Sprechtechnik ausweiche‘“?)

Ein weiterer Aspekt, der die Identifikation der Betroffenen mit ihrer Sprechweise erschwert, sind die bereits besprochenen eingeschränkten Möglichkeiten der Individualisierung der Sprechweise. Ebenso scheint die Gewöhnung an die veränderte Sprechweise eine Rolle zu spielen. Die Aussagen der Betroffenen sind deswegen auch abhängig von der Zeit, die seit Therapieende vergangen ist:

- *„[...] wenn man in der Heimat ist oder mit Jemandem spricht, der ziemlich Dialekt spricht – und du kannst den grundsätzlich auch – aber durch die Sprechtechnik dann überhaupt nicht... oder eben nur sehr schlecht. Dann finde ich es glaub ich schon ein bisschen störend oder hinderlich einfach.“* [FS/113]
- *„Noch nicht so ganz, weil es muss sich noch mehr stabilisieren.“* [JS/59] (auf die Frage: „Würdest du auch sagen, dass sie [die Technik] ein Teil von dir ist, dass sie so richtig zu dir als Person gehört?“)

Insgesamt betrachtet kann also konstatiert werden, dass auch die Identifikation der Betroffenen mit dem Fluency Shaping als weitere Komponente der Alltagstauglichkeit einer Sprechtechnik fraglich ist.

Die mangelnde Identifikation kann dabei als Folge und gleichzeitig Ursache der beiden zuvor bereits erörterten Probleme in den Bereichen Anwendbarkeit/Praktikabilität und Natürlichkeit aufgefasst werden: Wird die Sprechweise aufgrund der eingeschränkten Natürlichkeit nur bedingt als zu der eigenen Person gehörend beziehungsweise passend wahrgenommen (Identifikation), wird sie folglich auch nicht konsequent angewendet beziehungsweise geübt. Dies wiederum führt dazu, dass das Fluency Shaping meist auch nicht völlig automatisiert eingesetzt werden kann, also nicht immer „funktioniert“ (mangelhafte Anwendbarkeit/Praktikabilität) und somit eine dauerhafte Identifikation der Betroffenen mit dem Fluency Shaping erneut erschwert.

3.2.4 Ergänzung: Faktor Affektive und Kognitive Reaktionen

Im Zusammenhang mit den Fragen nach der Identifikation der Betroffenen mit ihrer Sprechtechnik wurden von den Befragten eine Reihe weiterer Aspekte benannt, die als Voraussetzung für die erfolgreiche Anwendung des Fluency Shaping betrachtet werden können. Daher soll ergänzend auf die in *Kapitel 2.1.3.3.2* bereits vorgestellten, im Rahmen dieser Arbeit jedoch nur ergänzend untersuchten Faktoren der affektiven und kognitiven Reaktionsmöglichkeiten, eingegangen werden. Die dargestellten Denk- und Verhaltensmuster werden damit indirekt als weitere Bausteine der Alltagstauglichkeit des Fluency Shaping betrachtet, da sie als Grundlage für die Anwendung der Sprechtechnik einen erheblichen Einfluss auf das Stotterbewältigungsverhalten des Betroffenen ausüben:

Erstens scheint der Abbau von Scham und Angst, das heißt die Desensibilisierung auch als Voraussetzung für die Anwendung einer Sprechtechnik eine wichtige Rolle zu spielen. Dies ist darauf zurückzuführen, dass einerseits die allgemeine psychische Auseinandersetzung mit dem Stottern einen entscheidenden Aspekt für eine erfolgreiche Therapie darstellt:

- *„Also was mir am meisten geholfen hat, war eigentlich so der Angstabbau. Also dass ich eben mein Stottern gezeigt habe in der Therapie und das war also eigentlich für mich der allerwichtigste Schritt, mit dem Stottern umzugehen.“ [BS/10, 158]*
- *„Vor dem halben Jahr habe ich mich voll geschämt für mein Stottern. [...] obwohl es schon mehreren Leuten aufgefallen war, dass da was mit meinem Sprechen ist.“ [JS/108]*
- *„Man muss ja sagen: Ich falle mit meinem Stottern genauso auf... oder etwas mehr auf... als wenn ich eine Sprechtechnik anwende. Also natürlich falle ich auf, aber eigentlich geht es darum ja auch in der Therapie, bei der Desensibilisierung.“ [WA/48]*

In diesem Zusammenhang wird von den Betroffenen selbst auch immer wieder die Notwendigkeit betont, gelassen mit ihrer Sprechproblematik

umgehen zu können:

- *„Wenn man die [Desensibilisierung] hinter sich hat, dann sollte es mir eigentlich – egal ob ich eine Sprechtechnik anwende oder ob ich stottere – egal sein.“ [WA/51]*
- *„Dass es dir einfach scheißegal sein muss, wenn du stotterst. Dass es dir einfach total egal sein muss, wenn dich die Leute mal blöd ankucken oder so.“ [FS/265, 269]*
- *„Also ob ich jetzt 15% flüssiger spreche oder nicht... das ist egal. Ja dass man halt gelassen damit umgeht. Dass man sagt ‚Ja mein Gott...‘.“ [AS/161, 293]*

Auch spielt die Akzeptanz des Stotternden eine große Rolle:

- *„Also in der Literatur steht ja, dass ich, wenn ich als Kind angefangen habe, zu stottern, das wahrscheinlich eh nie mehr wieder loswerde. Ja... jeder Stotterer hat ja bestimmt 15 oder 30 gute Sachen, die einfach auch da sind. Das Stottern ist das 31., was vielleicht nicht so gut ist. Und das akzeptieren können, dass man dann einfach sagen kann: ‚Na, das eine, das wiegt nicht so schwer.‘“ [AS/294, 404]*
- *„Es [das Stottern] ist zwar nicht schön... ich hab ne Brille – du hast gerade auch eine Brille – und ja... so ist es halt. Wäre schöner, wenn ich keine Brille hätte, aber gut.“ [FS/193]*

Zweitens ist zu erwähnen, dass sich die Sprechtechnik ihrerseits auch positiv auf die kognitive und emotionale Verhaltensreaktion auswirken kann:

- *„Naja... mein Selbstbewusstsein ist gestiegen [...]“ [FS/238]*
- *„Die Technik hat mir mehr Mut gegeben, weil sie hat mir wirklich Werkzeuge in die Hand gegeben.“ [MB/147]*
- *„Dann kann ich mich durch Technik sag ich mal von meinen Sprechängsten runterholen, kann wieder flüssiger reden, usw.“ [WA/219]*

Drittens scheint jedoch die Gefahr zu bestehen, dass bei unzureichender psychischer Auseinandersetzung mit dem Stottern die Sprechtechnik gar zu einer Verschärfung des allgemeinen Leidens-

drucks der Betroffenen oder ihrer Vermeidungsproblematik beitragen kann beziehungsweise diese aufrecht erhält. Mit der Frage nach dem freiwilligen Verzicht auf die Technik in bestimmten Situationen wurde versucht, die Problematik zu erfassen:

- *„Also bei mir ist es eher so, dass ich schon immer vermeide. Also ich möchte nicht sagen, dass ich mein Stottern nicht zeigen möchte, aber mir ist es eher unangenehm [...]. Ganz bewusst stottern tue ich eigentlich nicht.“* [BS/20, 144]
- *„Man fällt mit seinem Stottern halt nicht gleich bei den anderen Leuten auf [...]. [...] weil es [das Stottern] ist halt wirklich schon ein Hindernis, das mich halt von vielen Sachen abhält.“* [MB/35, 136]
- *„Mich nervt es dazwischen jetzt auch mehr, wenn ich wieder mehr stottere als früher. Weil ich weiß, dass es auch anders geht.“* [FS/ 196, 199]
- *„Ja, und es ist halt immer so ein kleiner Kampf mit dieser Technik und manchmal verzweifelt man halt auch, weil man die Technik nicht in allen Situationen anwenden kann.“* [MB/251]

Viertens bleibt noch zu ergänzen, dass auch in diesem Zusammenhang die Unterstützung durch Freunde und Familie oder Selbsthilfegruppen eine wesentliche Stütze für die Betroffenen darstellt. Dieser Sachverhalt ist zwar zum einen eher unter den externen Kontextfaktoren (vgl. *Kapitel 2.1.3.3.1*) einzuordnen, andererseits stellt es aber auch oftmals eine Hürde für die Betroffenen dar, Hilfe offen einzufordern. Insofern lässt sich das Verhalten auch als positive Bewältigungsstrategie im Sinne von fördernden Verhaltensweisen interpretieren. Außerdem kann die Unterstützung durch Außenstehende das Automatisieren der Sprechtechnik erleichtern:

- *„Sagen wir mal so: Es [das Erinnern an die Technik durch Bekannte] ist sogar eine ganz große Hilfe [...]. Weil ich sonst eben so halb stottere, halb in Technik rede.“* [MB/63]
- *„Aber man braucht auch die Unterstützung von seinen Freunden oder seiner Familie. Weil das haben wir in Ravensburg auch gelernt, da fragen dann die anderen „Wie sprichst du?“. Und das hilft.“* [JS/95]

- *„[...] und da sind jetzt viel mehr Leute im Fitness und das beflügelt mich auch immer wieder, dass ich da hingeh. Obwohl das auch immer dieselben Übungen sind, immer das Gleiche, wo man sich anstrengen muss. Aber wenn es halt so etwas in einer Stotterform gäbe, dass man halt die Leute trifft, also das wäre halt super.“ [AS/198]*

Insgesamt betrachtet bleibt zu konstatieren, dass die verschiedenen Ebenen der Emotion, Kognition und Verhalten als Komponenten der psychischen personenbezogenen Faktoren eine starke Wechselwirkung entfalten.

Die erfolgreiche Bewältigung der Sprechproblematik „Stottern“ mittels einer Sprechtechnik ist damit neben der eigentlichen Alltagstauglichkeit der Technik auch in hohem Maße von dem emotionalen Erleben, Verhalten und Denken der Betroffenen abhängig.

3.3 Fazit

Ausgehend von der Fragestellung der Arbeit, „Sprechmodifikationstechniken als personenbezogene Förderfaktoren im Rahmen der ICF?“, wurde in den vorangegangenen Kapiteln die Alltagstauglichkeit des Fluency Shaping untersucht.

Dabei konnten viele der in der Fachliteratur bereits beschriebenen Problematiken des Fluency Shaping mithilfe der geführten Interviews bestätigt werden. So sind sowohl die Parameter Anwendbarkeit/Praktikabilität und Natürlichkeit der Sprechtechnik, als auch als Folge daraus die Identifikation der Betroffenen mit ihrer Sprechweise als mangelhaft zu beurteilen. Als Ergebnis ist demnach festzuhalten, dass keineswegs von einer „globalen“ Sprechtechnik ausgegangen werden kann, das heißt von einem Fluency Shaping, das das gesamte Sprechen dauerhaft flüssiger macht, in seiner Anwendung automatisiert werden kann und von den Betroffenen darüber hinaus noch als zu ihrer Persönlichkeit passend empfunden wird. Trotzdem konnte bestätigt werden, dass das Erlernen einer Sprechmodifikationstechnik im Rahmen einer integrativen, also sowohl sprechtechnische als auch funktionale Ziele verfolgenden Stottertherapie, durchaus ihre Berechtigung hat. Das Fluency Shaping kann als *ein* personenbezogener Förderfaktor aufgefasst werden, welcher allerdings nur in Kombination mit einer

gleichzeitigen Berücksichtigung und Unterstützung von affektiven und kognitiven Bewältigungsprozessen auch wirklich eine positive Wirkung auf das allgemeine Wohlbefinden (Lebensqualität) des Betroffenen ausübt. Damit konnte der Stellenwert einer umfassenden emotionalen und kognitiven Auseinandersetzung der Betroffenen mit ihrer Sprechproblematik als weitere personenbezogener Förderfaktor nicht nur als zusätzlicher Baustein einer Stottertherapie, sondern als Mitvoraussetzung für die erfolgreiche Anwendung einer Sprechtechnik erhärtet werden.

In diesem Zusammenhang ergeben sich folgende stottertherapeutischen Konsequenzen:

1. Unabdingbarer Bestandteil einer Stottertherapie und auch Voraussetzung für das Erlernen einer Sprechmodifikationstechnik stellt die psychische Auseinandersetzung der Betroffenen mit ihrer Sprechproblematik auf den Ebenen „Emotion“ und „Kognition“ dar.
2. Die Rolle und Aufgabe einer Sprechmodifikationstechnik als Werkzeug zur Erleichterung der Kommunikation, nicht aber als weitere Alternative im Sinne eines Vermeidungsverhaltens, sollte vom Therapeuten thematisiert werden.
3. Den Betroffenen sollte von Anfang an eine realistische Erwartungshaltung an die soziale Akzeptanz sowie Alltagstauglichkeit der Sprechtechnik vermittelt werden. Zudem sollten sich die Therapeuten auch selbst der nur unzureichenden Alltagstauglichkeit des Fluency Shaping bewusst sein.
4. Die Verbesserung der allgemeinen Kommunikationsfähigkeit einer stotternden Person und damit Sicherung der Aktivität und Teilhabe im Alltag sollte immer Vorrang vor Therapien haben, die rein auf die Verbesserung der Sprechflüssigkeit ausgerichtet sind.
5. In jedem Falle sollte eine alltagsnahe, individuell ausgerichtete und die allgemeine Lebensqualität der Betroffenen verbessernde Therapie das oberste Ziel stottertherapeutischer Bemühungen sein.

4. Zusammenfassung und Ausblick

Die ICF stellt ein Klassifikationssystem zur Beschreibung von Faktoren dar, die mit Gesundheit im Zusammenhang stehen. Anders als bei traditionellen, defizitorientierten Klassifikationsmodellen, rückt sie daher neben Körperfunktion und -struktur auch die Ebenen der Aktivitäten und Partizipation sowie umwelt- und personenbezogene Kontextfaktoren in den medizinischen und therapeutischen Aufmerksamkeitsfokus.

Auch für die Sprach- und speziell Stottertherapie stellt die ICF vor allem in Bezug auf verfolgenswerte, relevante Therapieziele einen Maßstab dar. Dabei steht die Verbesserung der Aktivität und Partizipation der Betroffenen im Mittelpunkt der sprachtherapeutischen Bestrebungen und führt damit zur Forderung nach einem personenzentrierten und alltagsnahen Vorgehen. In diesem Zusammenhang wird die Arbeit an den Kontextfaktoren, genauer den personenbezogenen Faktoren, in der Stottertherapie besonders relevant, da sie bedeutend zu einer Verbesserung der funktionalen Gesundheit der Betroffenen beitragen kann.

Eine Sprechtechnik zur Erhöhung der globalen Sprechflüssigkeit kann zu dem Reaktionsrepertoire und damit Bewältigungsverhalten einer Person, also zu ihren personenbezogenen Faktoren, gezählt werden. Fraglich ist jedoch, welchen Stellenwert das Fluency Shaping im Rahmen einer funktional orientierten Therapie einnehmen sollte. Diese Frage steht dabei in engem Zusammenhang mit den Zweifeln an der Alltagstauglichkeit von Sprechmodifikationstechniken. Denn nur, wenn ein Betroffener die Technik in allen gewünschten Situationen des täglichen Lebens auch erfolgreich einsetzen *kann* und *will*, ist die Technik als personenbezogener Förderfaktor einzustufen. Andernfalls kann sogar befürchtet werden, dass die Technik eine hemmende Wirkung entfaltet, indem sie die emotionale und kognitive Auseinandersetzung der Betroffenen mit ihrer Sprechproblematik erschwert oder gar verhindert.

Wie in der vorliegenden Arbeit gezeigt werden konnte, ist die Alltagstauglichkeit des Fluency Shaping in Bezug auf die Faktoren Anwendbarkeit/Praktikabilität, Natürlichkeit und Identifikation tatsächlich als eingeschränkt zu beurteilen. Darüber hinaus konnte auch die Relevanz der beiden anderen psychischen personenbezogenen Faktoren Emotion und Kognition beziehungsweise ihre Wirkung auf den Faktor „Verhalten“

aufgezeigt werden. Der Miteinbezug der psychischen Komponenten in die Therapie durch den Stottertherapeuten sollte somit unbedingt Bestandteil einer an der funktionalen Gesundheit orientierten Stottertherapie sein. Auch, weil die Vorstellung von einer „globalen“ Sprechtechnik, mit der das Stottern von den Betroffenen jederzeit beherrscht werden kann, als nicht realistisch erscheint.

Nichtsdestotrotz ist das Fluency Shaping als wertvolles Teilelement einer kommunikativ-pragmatisch orientierten Stottertherapie zu betrachten. Es sollte dabei nicht nur als Möglichkeit zur Verbesserung der Sprechflüssigkeit (Funktionsebene), sondern auch als Werkzeug zur Verbesserung der Kommunikationsfähigkeit des Betroffenen (Aktivitäts- und Partizipationsebene) wahrgenommen werden.

Auch die Patienten selbst wünschen sich oftmals einen stärkeren Miteinbezug der psychischen Aspekte in die Stottertherapie. Sprachtherapeuten sollten daher keine Scheu haben, Themen aus dem Bereich der psychischen Bewältigung des Stotterns zu thematisieren und therapeutisch mit einzubeziehen. Die Angst vor einer „Psychotherapeutisierung“ (Wendlandt, 2010: 59) der Stottertherapie sollte dabei der Bereitschaft und dem Mut zu einer verstärkten Lebensweltorientierung, also einer personenfokussierten und alltagsnahen Therapie, weichen.

Eine Kombination aus der Vermittlung hilfreicher sprechtechnischer Copingvarianten und der Unterstützung der Betroffenen in emotionalen und kognitiven Problembewältigungsprozessen, scheint somit nach wie vor der erfolversprechendste Weg einer Stottertherapie zu sein:

Denn wir beide sind eigentlich mit unserem Stottern, das zu unserem Leben gehört, [...] einfach zufrieden.

[...] und ich bin irgendwann an den Punkt gekommen, dass das Stottern zu mir gehört und ich aber immer wieder gucken muss, dass ich an meinen persönlichen Defiziten arbeite – so wie jeder Normalsprechende – und versuche, mich zu entwickeln. Und wenn es mir dann gelingt und ich auch mal in schwierigen Situationen weiß, ich habe da eine Sprechtechnik, die hilft mir beim Telefonieren oder an der Wursttheke, oder was weiß ich... dann denke ich ist das eine gute Kombination. [WA/146;325]

5. Literaturverzeichnis

Monographien

Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation (BAR) (Hrsg.) (2008): *ICF-Praxisleitfaden 3*. Frankfurt: BAR.

Baumgartner, S. (2008): *Kindersprachtherapie. Eine integrative Grundlegung*. München: Ernst Reinhardt.

Beushausen, U. (2009): *Therapeutische Entscheidungsfindung in der Sprachtherapie. Grundlagen und 14 Fallbeispiele*. München: Elsevier.

Deutsches Institut für Medizinische Dokumentation und Information (DIMDI) (Hrsg.) (2010): *ICF. Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit*. Neu-Isenburg : MMI, Med. Medien-Informations-GmbH.

Guitar, B.; McCauley, R. (2010): *Treatment of stuttering. Established and emerging interventions*. Philadelphia: Wolters Kluwer.

Ham, R. (2000): *Techniken in der Stottertherapie*. Köln: Demosthenes.

Helferich, C. (2004): *Die Qualität qualitativer Daten. Manual für die Durchführung qualitativer Interviews*. Wiesbaden: Verlag für Sozialforschung.

Herziger, F. (2007): *Ich spüre die Schwingungen in mir... Eine erlebnis- und handlungsorientierte ganzheitliche Intensiv-Stottertherapie (H-I-S-T)*. Berlin: Pro Business.

Kollbrunner, J. (2004): *Psychodynamik des Stotterns. Psychosoziale Ursachen, Stottertheorien, tiefenpsychologisch orientierte Therapie, Zukunftsperspektiven der Sprachtherapieausbildung*. Stuttgart: Kohlhammer.

Rapp, M. (2009): *Stottern im Spiegel der ICF. Neue Maßstäbe für Assessment und Therapie*. Bremen: Edition HarVe.

Stadie, N; Schröder, A. (2009): *Kognitiv orientierte Sprachtherapie. Methoden, Material und Evaluation für Aphasie, Dyslexie und Dysgraphie*. München: Elsevier.

Wendlandt, W. (2009): *Stottern im Erwachsenenalter. Grundlagenwissen und Handlungshilfen für die Therapie und Selbsthilfe*. Stuttgart: Thieme.

Wendlandt, W. (2010): *Abenteuer Stottern. Ganzheitliche Wege und integrative Konzepte für die Therapie und Selbsttherapie*. Köln: Demosthenes.

Artikel in Zeitschriften

Cream, A.; Onslow, M.; Packman, A. & Llewellyn, G. (2003): Protection from harm. The experience of adults after therapy with prolonged speech. In: *International Journal of Language & Communication Disorders*, 38/4, 379-395.

Crichton-Smith, I. (2002): Communicating in the real world. Accounts from people who stammer. In: *Journal of Fluency Disorders*, 27, 333-352.

Euler, H; Gudenberg, A. von; Jung, K.; Neumann, K. (2009): Computergestützte Therapie bei Redeflussstörungen: Die langfristige Wirksamkeit der Kasseler Stottertherapie (KST). In: *Sprache, Stimme, Gehör*, 33, 193-201.

Franken, M; Boves, L.; Peters, H.; Webster, R. (1992): Perceptual evaluation of the speech before and after fluency shaping stuttering therapy. In: *Journal of Fluency Disorders*, 17, 223-241.

Kalinowski, J.; Noble, S.; Armson, J.; Stuart, A. (1994): Pretreatment and posttreatment speech naturalness ratings of adults with mild and severe stuttering. In: *American Journal of Speech-Language Pathology*, 3, 61-66.

MacKinnon, S.; Hall, S.; MacIntyre, P. (2007): Origins of the stuttering stereotype: Stereotype formation through anchoring adjustment. In:

Journal of Fluency Disorders 32/4, 297-309.

Neumann, K. (2007): Stottern im Gehirn. Neue Erkenntnisse aus Humangenetik und Neurowissenschaften. In: *Forum Logopädie*, 2/21, 6-13.

O'Brian, S.; Onslow, M.; Cream, A.; Packman, A.: The Camperdown Program: Outcomes of a new prolonged-speech treatment model. In: *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 46, 933-946.

Panico, J; Healey, E.; Brouwer, K. et al. (2005): Listener perception of stuttering across two presentation modes: A quantitative and qualitative approach. In: *Journal of Fluency Disorders*, 30/1, 65-85.

Plexico, L.; Manning, W.H.; DiLollo, A. (2005): A Phenomenological understanding of successful stuttering management. In: *Journal of Fluency Disorders*, 30, 1-22.

Rapp, M. (2007): Stottern im Spiegel der ICF: Ein neuer Rahmen für Diagnostik, Therapie und Evaluation. In.: *Forum Logopädie* 2, 21, 14-19.

Stuart, A.; Kalinowski, J. (2004): The perception of speech naturalness of post-therapeutic and altered auditory feedback speech of adults with mild and severe stuttering. In: *Folia Phoniatica et Logopaedica*, 56, 347-357.

Teshima, S.; Langevin, M.; Halger, P.; Kully, D. (2010): Post-treatment speech naturalness of Comprehensive Stuttering Program clients and differences in ratings among listener groups. In: *Journal of Fluency Disorders*, 35, 44-58.

Tiling, J. von (2010): Die Angst vor dem Stottern und ihre Ursachen. Neue sozialpsychologische Studien und ihre Implikationen für die Stottertherapie. In: *Sprachheilarbeit*, 6, 291-300.

Yaruss, J. (1998): Describing the Consequences of Disorders: Stuttering and the International Classification of Impairment, Disabilities, and Handicaps. In: *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 41/2, 249-257.

Yaruss, J. (2001): Evaluating treatment outcomes for adults who stutter. In: *Journal of Communication Disorders*, 34, 163-182.

Yaruss, J.; Quesal, W. (2004): Stuttering and the International Classification of Functioning, Disability, and Health (ICF): An update. In: *Journal of Communication Disorders*, 37, 35-52.

Aufsätze in Sammelbänden

Grötzbach, H.; Iven, C. (2009): Mit der ICF auf dem Weg: Fazit und Ausblick. In: Grötzbach, H.; Iven, C. (Hrsg.): *ICF in der Sprachtherapie. Umsetzung und Anwendung in der logopädischen Praxis*. Idstein: Schulz-Kirchner.

Hansen, B.; Iven, C.; Rapp, M. (2009): Redefluss-Störungen als bio-psycho-soziales Geschehen. In: Grötzbach, H.; Iven, C. (Hrsg.): *ICF in der Sprachtherapie. Umsetzung und Anwendung in der logopädischen Praxis*. Idstein: Schulz-Kirchner.

Gronhøvd, K.; Rice, Phillip (2004): Research Summary on Stutterers and Nonstutterers' Belief System. In: Packmann, A.; Meltzer, A.; Peter, H. (Hrsg.): *Theory, Research and Therapy in Fluency Disorders*. Nijmegen: Nijmegen University Press.

Hopf, C. (2009): Qualitative Interviews – ein Überblick. In: Flick, U.; Kardorff, E.: *Qualitative Forschung. Ein Handbuch*. Reinbek: Rowohlt.

Weikert, K. (2003): Stottern bei Jugendlichen und Erwachsenen. In: Grohnfeldt, M. (Hrsg.): *Lehrbuch der Sprachheilpädagogik und Logopädie. Erscheinungsformen und Störungsbilder, 2*, Stuttgart: Kohlhammer.

Internetquellen

Witzel, A. (2000): *Das problemzentrierte Interview*. Forum Qualitative Sozialforschung, 1, 22, Art. 22. <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs0001228> (zuletzt abgerufen am 04.06.2011).

DVD

Prüß, H. (2000): *Stottern kontrollieren lernen. Stotter- und Sprech-
kontrollierungstechniken*. Köln: Demosthenes.

Anhang

A) Interviewleitfaden

Einstiegsfrage: Wie zufrieden sind Sie im Alltag mit ihrer Sprechtechnik?



Aspekt Natürlichkeit / Auffälligkeit im Alltag

- Inwiefern fallen Sie im Alltag mit Ihrer Sprechtechnik (unangenehm) auf / nicht auf?
- Inwiefern fühlen Sie sich durch die Sprechtechnik in Ihrer Sprechnatürlichkeit (Tempo, Rhythmus, Spontaneität, Ausdruck von Gefühlen) eingeschränkt?



Aspekt Einsetzbarkeit

- Gibt es bestimmte Sprechsituationen (welche?), in denen Sie die Technik nicht einsetzen *wollen* oder nicht zuverlässig einsetzen *können*?
- Gibt es Situationen, in denen die Technik Ihrer Meinung nach störend ist?
- Setzen Sie die Technik sowohl im Privaten als auch im beruflichen Bereich ein?



Aspekt Identifikation

- Würden Sie sagen, dass Sie sich mit Ihrer Sprechweise identifizieren? (Inwieweit gehört das Fluency Shaping zu Ihnen als Person?)
- Können Sie Ihre eigene Persönlichkeit *trotz* Sprechtechnik ausdrücken?
- Fällt es Ihnen leicht, Motivation für das Üben aufzubringen? / Wie motivieren Sie sich?



Sonstige Aspekte

- Steht der Übungsaufwand für Sie im Verhältnis zum „Ertrag“?
- Hat das Fluency Shaping Ihre Wahrnehmung / Bewertung des Stotterns (und der Flüssigkeit) verändert?
- Bevorzugen Sie in manchen Situationen Ihr Stottern gegenüber der Anwendung Ihrer Sprechtechnik?
- Inwiefern hat das Fluency Shaping positive Effekte auf ihren Alltag / ihr Leben allgemein?



Ausstiegsfrage: Was würden Sie sich von einer Sprechmodifikationstechnik / einem Kurs zum Erwerb der Technik noch mehr erhoffen?

B) Transkripte der Interviews

BS, aufgenommen am 22.03.2011 per Skype

- CM Also: Meine Einstiegsfrage wäre, wie zufrieden Sie im Alltag mit der Sprechtechnik sind, also sprich mit der Stufensprechweise. Einfach... genau, ganz generell: Wie gut kommen Sie damit zurecht? Wie zufrieden sind Sie?
- 5 BS *Genau... also mit der Stufensprechweise komme ich gut zurecht, wobei ich sie nicht allzu oft einsetze. Also nur dann, wenn ich eben merke, ich kriege ein Stottergefühl, dann versuch ich eben die Stufensprechweise einzusetzen. Also dass ich mit einem weichen Stimmeinsatz anfangen und das hilft mir also sehr, sehr weiter. Also was mir am meisten geholfen hat, war eigentlich eher so der Angstabbau, den wir da gemacht haben. Das hat mir eigentlich das Meiste gebracht. Aber die Stufensprechweise ist jetzt schon sehr hilfreich, ja. Und auch leicht zu erlernen. Und ein weiterer Vorteil ist, man kann es*
- 10 *dann auch so für sich soweit anpassen.*
- 15 CM Ok. Das wäre jetzt auch meine nächste Frage gewesen: Inwiefern man im Alltag auffällt? Oder vielleicht auch unangenehm auffällt?
- BS *Also bei mir ist es eher so, dass ich schon immer vermeide. Also ich möchte nicht sagen, dass ich mein Stottern nicht zeigen möchte, aber mir ist es eher unangenehm und deswegen versuch ich den weichen Stimmeinsatz schon so kurz wie möglich zu halten, dass es eben nicht allzu sehr auffällt.*
- 20 CM Was sind das vor allem für Situationen, in denen es eher unangenehm ist? Oder ist das eher grundsätzlich so?
- BS *Was mir sehr schwerfällt, ist, wenn ich z.B. vor Leuten sprechen muss oder ich muss einen Vortrag halten oder solche Dinge, die fallen mir dann eher schwer. Und da bin ich relativ aufgeregter und hab da eben mein Sprechen nicht mehr so im Griff. Und da setz ich die Technik dann ein.*
- 25 CM Gibt es auch bestimmte Sprechsituationen, in denen Sie die Technik also entweder nicht einsetzen können, weil sie nicht funktioniert, oder gar nicht einsetzen wollen?
- 30 BS *Also wo ich es nicht einsetze oder wo es mir sehr schwerfällt, wenn ich z. B. Vorlesen muss. Also wenn ich gerade... wenn ich jetzt irgendwie mich mit einem Buch hinsetze und muss dann eben was vorlesen, dann fällt es mir eher schwer, den weichen Stimmeinsatz anzuwenden. Da stottere ich dann eher. Da fällt es mir eher schwerer, weil ich mich dann eher auf das Lesen konzentrieren muss. Und dann hab ich das dann nicht mehr so im Griff.*
- 35 CM Also das ist dann auch so eine Situation, in der die Technik ein Stück weit störend ist, so beim Lesen?
- 40 BS *Genau.*
- CM Und sonst setzen Sie die Technik aber sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich überall ein?
- BS *Genau. Richtig. Also nicht allzu oft, weil ich spreche einigermassen flüssig, Gott sei Dank. Aber es gibt natürlich Situationen, wo ich dann eben auch merke, dass ich die Technik brauche.*
- 45
- 50

- 55 CM Gibt es irgendwelche Aspekte der Sprechtechnik, die Sie irgendwie in Ihrer Sprechnatürlichkeit einschränken? Also jetzt was Tempo angeht, Rhythmus, Spontaneität oder Ausdruck von Gefühlen, so was. Also gibt es da irgendwelche Situationen, wo es einfach nicht passt, wo es einschränkt?
- 60 BS *Ja, also... ich bin eher so ein schneller Sprecher und mir fällt es eben dann schwer, wenn ich gerade so ein Streitgespräch habe oder ich möchte meinen Gegenüber überzeugen von irgendetwas, dann fällt es mir eher schwer. Also in Technik zu sprechen. Oder wenn ich komplexe Dinge erklären muss, mich also konzentrieren muss, dann fällt es mir halt schwer, mich auf den Inhalt zu konzentrieren.*
- 65 CM Emotionale Faktoren spielen also auch eine Rolle? Sie haben jetzt gerade gesagt, bei Streitgesprächen und so?
- 70 BS *Genau, da ist es eher schwierig. Also da schaffe ich es nicht, die Technik einzusetzen oder wenn ich aufgeregt bin, dann fällt es mir eher schwer. Und wo es mir auch noch schwerfällt, ist, gerade wenn ich einen langen Tag hinter mir habe, jetzt so um die Uhrzeit, da ist es dann eher schwierig, sich auf das Sprechen so richtig zu konzentrieren. Auch wenn man den ganzen Tag geredet hat.*
- 75 CM Also das ist jetzt aber mehr eine Sache von einer gewissen Sprechanstrengung, aber jetzt weniger, dass es in der Situation einfach nicht passt? Dass man jetzt sagen könnte: „Wenn ich streite, dann möchte ich eigentlich flüssig sprechen können und dann passt es nicht, da irgendeine tolle Technik einsetzen zu wollen“.
- 80 BS *Ja... es ist eher so, dass ich mich auf das konzentriere, was ich sagen möchte und es dann gar nicht mehr so wichtig ist, wie meine Sprechweise ist.*
- 85 CM Das heißt... also eine weitere Frage wäre: Können Sie Ihre Persönlichkeit trotz Sprechtechnik ausdrücken? Also das spielt keine Rolle, sondern einfach eher Zeit und die Situation dann?
- BS *Wie ist die Frage gemeint? Also können Sie mir das noch einmal kurz erklären? Ich habe Sie inhaltlich nicht verstanden.*
- CM Also es geht darum, ob man seine Persönlichkeit trotz Sprechtechnik ausdrücken kann.
- 90 BS *Kann man schon, ja.*
- CM Also das empfinden Sie nicht irgendwie als einschränkend?
- BS *Nein, das schränkt mich nicht ein.*
- CM Und würden Sie sagen, dass Sie sich mit Ihrer Sprechweise identifizieren? Dass es regelrecht zu Ihrer Person dazugehört?
- 95 BS *Nein. Das möchte ich jetzt so nicht sagen. Also es ist schon so, also wenn ich die Möglichkeit habe, also merke ich komme jetzt an eine Stelle, an der ich stottern muss und ich habe die Möglichkeit, den Satz entsprechend umzubauen, dann ziehe ich das teilweise vor. Also ich baue dann auch Sätze um. Das ist vielleicht ein Vermeiden, ein Vermeidungsverhalten, aber mir hilft es halt flüssiger zu sprechen einfach. Also die Sprechtechnik setz ich eher dann ein, wenn ich merke, an dem Wort oder an dem Satz komme ich nicht vorbei. Also dann setze ich die Technik ein. Ansonsten ziehe ich es eher für mich persönlich immer eher vor, die Sätze dann entsprechend eher so zu gestalten, dass ich flüssig sprechen kann. Weil es halt nicht anders geht.*
- 100
- 105

- CM Das heißt flüssiges Sprechen gehört auch eher zu Ihnen als Sprechen mit Sprechtechnik?
- 110 BS *Mmmhmm.*
- CM Ok. Und die Sprechtechnik setzen sie eher unfreiwillig ein?
- BS *Also wenn ich merke beim Sprechen, ich kann nicht mehr das sagen, was ich sagen möchte, dann setze ich die Technik ein. Und meistens ist es so, dass ich dann schon so mit meiner Art so zu Sprechen, zurechtkomme. Also wenn ich mir die Sätze im Kopf schon merke, mir den Satzbau so zurechtlegen kann, dass ich flüssig sprechen kann, dann baue ich die Sätze um. Also nur, wenn ich merke, dass es nicht klappen wird, setze ich die Technik ein.*
- 115
- 120 CM Wie leicht fällt es Ihnen, die Motivation für das Üben aufzubringen? Oder wie viel üben müssen Sie überhaupt?
- BS *Also ich übe jeden dritten Tag. Für ca. 20 Minuten. Also die Wortreihen lesen und das hilft mir dann immer ganz gut, weil ich dann eben wieder dieses Gefühl für die Stufensprechweise bekomme.*
- 125
- CM Und ist es leicht, sich dafür zu motivieren?
- BS *Ja doch, das klappt ganz gut. Also da kann man ja auch einen Text nehmen, das müssen ja nicht immer dieselben Wortreihen sein, da kann man sicher auch ein Buch zur Hand nehmen.*
- 130
- CM Und dementsprechend steht auch der Übungsaufwand jetzt in einem ganz guten Verhältnis zum Ertrag quasi?
- BS *Genau. Also das hält sich die Waage. Ich habe jetzt nicht so den Aufwand. Wobei ich halt sagen muss, dass ich eben auch kein starker Stotterer bin. Daher fällt es mir noch leichter als wie bei einem, der mit seinem Sprachproblem größere Probleme, dass er sich eben dann nicht so gut ausdrücken kann. Da ist wahrscheinlich der Zeitaufwand schon wesentlich höher.*
- 135
- CM Ok. Sie haben jetzt gesagt, wenn es sich quasi vermeiden lässt, dann setzen Sie die Technik gar nicht erst ein.
- 140 BS *Ja.*
- CM Gibt es auch Situationen, in denen Sie jetzt das Stottern gegenüber der Sprechtechnik bevorzugen? Also ganz bewusst gegen das Stottern reingehen und keine Technik anwenden?
- BS *Ganz bewusst stottern tue ich eigentlich nicht. Natürlich stottere ich auch und es fällt auch auf, aber das stört mich dann auch nicht. Aber wenn ich stottere, dann merke ich das selber auch gar nicht. Also es geht dann halt relativ schnell. Also ich spreche relativ schnell und es passiert dann einfach.*
- 145
- CM Und auch nicht so, dass es in irgendeiner Situation für Sie passender wäre? Oder Sie freiwillig auf die Technik verzichten würden?
- BS *Nein, genau. Nein. Wenn ich merke, ich müsste stottern und ich habe so ein Stottergefühl, dann versuche ich schon, es so zu machen wie in der Therapie und die Technik einzusetzen aber manchmal merke ich es gar nicht, weil ich sehr schnell spreche.*
- 155
- CM Und hat die Technik insgesamt die Wahrnehmung oder auch die Bewertung des Stotterns verändert?
- BS *Also. Was mein Stottern verändert hat, war eher dieser Angstabbau. Also dass ich eben mein Stottern gezeigt habe in der Therapie und das war also eigentlich für mich der allerwichtigste Schritt, mit dem Stottern umzugehen. Und das Stottern eben zu zeigen. Und da eben mal ein Gefühl zu*
- 160

- bekommen, wie die Leute dann auch reagieren. Und da habe ich auch festgestellt, dass es nicht schlimm ist, zu stottern.*
- 165 CM Ist der Angstabbau, also auch Telefonate führen, auch ein Teil vom Training, vom Üben? Oder mehr so das Wortreihen lesen?
- BS *Telefoniert habe ich so auch schon. Nur halt eben nicht mit sehr sehr starkem Stottern. Und in der Therapie habe ich es eben mal machen können.*
- 170 CM Genau. Dann bin ich auch schon bei der letzten Frage. Und zwar, was Sie sich noch mehr von einer Sprechtechnik erhoffen würden? Oder auch von einem Kurs, in dem so eine Technik vermittelt wird?
- BS *Also was ich mir da erhoffen würde von so einer Sprechtechnik... also eine Sprechtechnik sollte leicht zu erlernen sein, das ist ein ganz wichtiger Punkt. Es sollte nicht zu auffällig sein. Denn wenn man mit der Sprechtechnik genauso auffällt wie mit dem Stottern, dann bringt das nichts.*
- 175 CM Können Sie da noch mal genauer drauf eingehen? Also was genau für sie auffällig bedeutet?
- BS *Auffällig wäre z.B. eine Sprechtechnik, wenn... ich... jetzt... so... [BS deutet stark verlangsamt und prosodisch veränderte Sprechweise an] sprechen würde. Das wäre für mich relativ auffällig.*
- 180 CM Auffällig jetzt in Bezug auf das Tempo oder auch auf die Sprechmelodie?
- BS *Also was mich daran stören würde, wäre die Sprachmelodie. Weil es erstens mal sehr verlangsamt ist und es klingt nicht natürlich. Aber es kommt natürlich auch auf das Stottern an.*
- 190 CM Wenn ich jetzt ein sehr starker Stotterer wäre, der sonst kein Wort herausbekommen würde, würde ich bestimmt nicht so denken. Aber in meiner Situation schon.
- CM Gibt es noch etwas, was man sich von der Technik erhoffen, erwarten, wünschen würde?
- 195 BS *Ja. Dass die Technik eben relativ natürlich wirkt und dass sie eben gut in den Alltag einzubauen ist. Das ist der Punkt. Also gerade wenn man in der Stadt unterwegs ist, dann muss es gut einbaubar sein.*
- CM Und gut „einbaubar“ ist sie, wenn sie unauffällig ist und wenn sie funktioniert?
- 200 BS *Genau, richtig. Genau. Also das ist eben beim weichen Stimmeinsatz der Fall. Zum großen Teil hilft sie einem weiter.*
- CM Ok. Das war es dann eigentlich auch schon. Ich werde jetzt die Aufnahme beenden und dann noch einmal kurz anrufen.
- 205 BS Ok.
- CM Dann bis gleich.

MB, aufgenommen am 10.04.2011 per Skype

- CM Meine erste Frage an dich wäre, jetzt ganz allgemein, wie zufrieden du im Alltag mit deiner Technik bist? Also wie gut du im Alltag damit zurechtkommst.
- 5 MB *Ok. Ja. Sagen wir mal, das klangvolle Sprechen, das habe ich ja während einem ganzen Jahr nur auf Deutsch geübt und ich lebe ja schließlich in Frankreich und da spreche ich ja fast nur Französisch. Und da war es halt schon ziemlich schwer, das dann auch auf die französische Sprache umzusetzen. Ja und bis jetzt habe ich halt noch ziemlich viele Schwierigkeiten klangvoll auf Französisch zu sprechen.*
- 10 CM Ok. Inwiefern würdest du sagen, dass du im Alltag auffällst mit deiner Technik, vielleicht auch unangenehm auffällst?
- 15 MB *Ja. Sagen wir mal es fängt schon in der Schule an. Da muss ich halt sehr viel reden, weil ich in dem Unterricht... da muss ich jetzt auch seit der Therapie viel mehr mit der Klasse reden und mit den Lehrern reden und da wird es halt manchmal zu schwierig, so klangvoll zu sprechen und dann fällt man dann halt ziemlich schnell wieder in das alte Stottern zurück.*
- 20 CM An was liegt das, dass es einem so schwerfällt?
- 20 MB *Ja. Man muss sich halt extrem konzentrieren auf das, was man sagen will und wie man es sagen will. Und z. B. das klangvolle Sprechen, das beruht auf ein paar sehr wichtigen Sachen wie z. B. die regelmäßigen Pausen, die man sich nehmen muss. Also ich muss jetzt ungefähr eine so lange Pause nehmen wie ich jetzt rede. So z. B.. Und ich muss halt immer sehr weich anfangen und dann besonders die „n“ und die „m“ betonen. Natürlich halt besonders die „n“ betonen, ein bisschen langziehen.*
- 25 CM Ok. Inwieweit würdest du sagen schränkt dich diese Technik dann ein so in der Sprechnatürlichkeit. Also was weiß ich – im Sprechtempo, Rhythmus, wie gut du Gefühle ausdrücken kannst, wie spontan du sein kannst... wie sehr schränkt dich das ein?
- 30 MB *Ja. Ich tät mal sagen, das klangvolle Sprechen ist schon ein sehr angenehmes Sprechen. Man fällt mit seinem Stottern halt nicht gleich bei den anderen Leuten auf und man kann eigentlich schon ziemlich flüssig sprechen und man muss sich halt extrem konzentrieren auf das, was man sagen will und wie man es sagen will. Und das ist halt wirklich sehr, sehr schwer.*
- 35 CM Aber wenn du in der Technik sprichst, dann fühlst du dich wohl damit? Also dann sagst du, „da kann ich spontan reagieren, da kann ich alles sagen, was ich will“?
- 40 MB *Ich tät mal sagen, das schwierigste an der Technik ist halt in die Technik reinzukommen.*
- 45 CM Ok. Gibt es bestimmte Situationen, in denen du die Technik jetzt gar nicht einsetzen willst oder die vielleicht auch gar nicht zuverlässig einsetzen kann?
- 50 MB *Ja. Es kommen manchmal Situationen vor, wo ich nicht unbedingt an diese Technik denke tue und wo ich dann einfach drauf los rede ohne halt an mein Sprechen zu denken. Z. B. gerade wo ich jetzt mit Ihnen rede, dann tue ich mich jetzt wieder mehr darauf achten, was ich sagen will als wie ich es sagen will.*

- 55 *Deswegen muss ich jetzt auch mal wieder meinen Satz sagen um wieder in das klangvolle Sprechen reinzukommen: „Ich spreche klangvoll, gebunden und mit deutlichen Pausen“. Und wenn Sie z. B. merken, dass ich zu schnell werde, können Sie mir ruhig sagen: „Wie sprichst du?“. Das ist so ein Satz, den haben wir während der Therapie gelernt und den soll man z. B.*
- 60 *allen Bekannten sagen, damit sie uns wieder daran erinnern, wie wir sprechen.*
- CM Und es stört dich nicht, wenn dich andere darauf hinweisen?
- MB *Ja. Sagen wir mal so: Es ist sogar eine ganz große Hilfe, weil dann kann ich tatsächlich viel mehr flüssiger reden. Weil ich sonst eben so halb stottere, halb in Technik rede.*
- 65 CM Ok. Du hast jetzt gesagt, dass die Technik quasi manchmal nicht funktioniert, wenn du dich so konzentrieren musst. Gibt es aber auch Situationen, wo du sagst - „ne, da passt die Technik jetzt nicht, da stört es mich irgendwie und du willst die gar nicht einsetzen“? Oder gibt es solche Situationen eher nicht?
- 70 MB *Ja. Solche Situationen gibt es eigentlich nicht sehr viele. Wie ich halt schon gesagt habe, meistens tut man halt einfach drauf losreden ohne an die Technik zu denken.*
- CM Mmhmm. Aber das heißt schon, dass wenn du besonders spontan sein möchtest, dass es dann schon ein kleiner „Störfaktor“ ist, weil du dich dann eben nicht so konzentrieren kannst, ok.
- 75 MB *Genau, ja.*
- CM Jetzt ein ganz anderer Aspekt: Inwieweit identifizierst du dich mit der Technik. Also inwieweit sagst du: „Das gehört zu mir als Person... genau... das passt zu mir, ist Teil von mir“?
- 80 MB *Ja also ich muss schon sagen, seitdem ich diese Technik in Ravensburg gelernt habe, ist sie schon wirklich ein Teil von mir geworden. Aber ich muss auch hinzufügen, dass ich diese Technik halt auch noch nicht ganz beherrsche.*
- 85 CM Aber du sagst trotzdem, dass sie trotzdem zu dir passt? Oder dass du dir auf Dauer vorstellen kannst, immer so zu sprechen?
- MB *Ja, das kann ich mir auf jeden Fall vorstellen. Und es ist halt bisher die einzige Möglichkeit, wie ich richtig flüssig sprechen kann.*
- 90 CM Du hast gesagt ihr müsst immer diesen Satz sagen. Machst du sonst auch andere Übungen?
- MB *Ja. Ich muss jeden Morgen, also jeden Tag und jeden Abend meine Übungen machen. Da haben wir so einen Basistext, den wir da immer aufsagen müssen. Wenn Sie wollen, kann ich Ihnen das auch mal vorführen.*
- 95 CM Ja, gerne.
- MB *Und dann müssen wir auch Stimmübungen machen. Und dann haben wir noch lauter so Texte, die wir auswendig gelernt haben und die wir uns dann halt auch aufsagen müssen. Und dann haben wir noch sehr viele Lesetexte, die wir halt auch regelmäßig üben sollten. Und dann haben wir noch so Blätter mit Ratschlägen, falls wir wieder sehr stark ins alte Stottern reinkommen und die sollen uns halt helfen, wieder ins klangvolle Sprechen zu kommen.*
- 100
- 105 CM Und wie leicht fällt es dir, die Motivation für das Üben aufzubringen? Also jetzt jeden Tag die gleichen Texte ist ja schon recht viel.

- 110 MB *Ja. So am Anfang hab ich die ganzen Übungen drei Mal pro Tag gemacht und mit der Zeit ich sie dann halt weniger gemacht. Aber ich muss schon sagen, dadurch, dass ich sie normalerweise immer jeden Tag am Morgen mache, fällt es mir leichter, klangvoll zu sprechen.*
- CM *Wie motivierst du dich da?*
- 115 MB *Ja. Es ist so. Es ist ungefähr so eine Gewohnheit, mit der habe ich mich jetzt halt angefreundet. Und das gehört jetzt halt schon vollkommen zu meinem Leben. Und es wäre z. B. komisch, wenn ich z. B. morgen aufstehe, ohne meine Übungen zu machen, weil ich das Bedürfnis habe, jeden Tag zu üben.*
- 120 CM *Und dementsprechend steht auch der Aufwand für dich in einem ganz guten Ertrag, also du merkst, dass es dir hilft?*
- MB *Ja.*
- CM *Meine nächste Frage wäre jetzt, inwiefern deine Technik, also das klangvolle Sprechen, deine Wahrnehmung vom Stottern verändert hat? Oder auch die Wahrnehmung der Flüssigkeit? Ob sich da an der Bewertung irgendwas geändert hat? Oder wie du es jetzt wahrnimmst.*
- 125 MB *Die Frage versteh ich irgendwie nicht.*
- CM *Also mit „Bewertung des Stotterns“ mein ich jetzt... also es gibt ja viele Leute, die vor der Therapie eine ganz große Sprechangst haben oder sich für ihr Stottern ganz schlimm schämen und da wollt ich einfach wissen, ob sich durch die Technik auch was verändert hat, wie du dein Stottern jetzt bewertest oder wahrnimmst.*
- 130 MB *Ja ähmmm... das mit dem Stottern ist halt immer schwer zu sagen, weil es ist halt wirklich schon ein Hindernis, das mich halt von vielen Sachen abhält. Z. B. wenn ich jetzt im Unterricht was nicht verstehe, dann bleibt es für mich trotzdem schwer, die Hand zu heben und eben dem Lehrer zu sagen, dass ich es eben nicht verstanden habe. Weil es ist halt immer dass man die Anderen mit seinem Stottern nicht belasten will. Und man will auch nicht unbedingt im Unterricht stottern.*
- 135 CM *Und dahingehend hat dir die Technik auch nicht weitergeholfen? Also du sagst quasi: „Trotz Technik ist mir das Risiko zu groß, oder hab ich da zu große Angst davor, dass es nicht klappen könnte“?*
- 140 MB *Ja, also ich würde mal sagen: Die Technik hat mir mehr Mut gegeben, weil sie hat mir wirklich Werkzeuge in die Hand gegeben. Aber das Problem ist halt, dass ich die tollen Werkzeuge, die mir gegeben wurden, nicht immer richtig einsetzen kann.*
- 145 CM *Und meinst du, dass das mit der Übung und je länger du die Technik anwendest, besser werden wird? Oder ist es eher was, wo du denkst „na da muss ich mich damit abfinden“?*
- 150 MB *Ja da habe ich schon ziemlich oft mit meinem Therapeuten darüber geredet. Und er meint halt immer, dass ich mich nicht genug anstrengte, um die Technik richtig anwenden zu können.*
- CM *Und wie siehst du das selbst?*
- 155 MB *Ja... ich würde mal sagen ich versuche schon, sie regelmäßig anzuwenden und mich halt immer daran zu erinnern, wie ich sprechen sollte. Aber ich muss halt auch zugeben, dass es ziemlich viele Momente gibt, wie wenn ich z. B. jetzt Französisch rede, wo ich ja nicht mehr an die Technik denke*
- 160

- 165 *und einfach drauf losrede. Und es endet dann halt auch im Stottern.*
- „Ich spreche klangvoll, gebunden und mit deutlichen Pausen“.*
Ich habe wieder das Gefühl, dass ich gerade viel zu schnell rede.
- 170 CM *Ja... das kann ich schlecht einschätzen.*
Also diese Störfaktoren, die interessieren mich ganz besonders. Also du hast gesagt, wenn du Französisch sprichst, dann funktioniert die Technik nicht, weil du die Technik in Französisch ja auch gar nicht gelernt hast. Und wenn du dich nicht konzentrieren kannst, hast du vorhin mal gesagt. Was gibt es da noch für Faktoren?
- 175 MB *Ja ich würde mal sagen der Stress und die Stimmung, die sind eigentlich überhaupt keine Faktoren, aber für mich ist der wichtigste Faktor, wenn ich jetzt z. B. mit einer anderen Person rede, da habe ich halt viel mehr Schwierigkeiten, das klangvolle Sprechen anzuwenden. Z. B. wenn ich eine Person jetzt erst seit zwei Wochen kenne oder eine Person schon seit mehreren Jahren kenne, da ist dann schon ein Unterschied. Das hat uns unser Therapeut auch mal erzählt: Sobald wir aus einem geschützten Umfeld rausgehen, da sind wir halt instabiler und da müssen wir halt aufpassen.*
- 180
- 185 CM *Das heißt ein neues Umfeld, oder Personen, die man noch nicht so lange kennt, sind auch immer so ein Faktor. Fällt dir noch was ein?*
- 190 MB *Da muss ich jetzt gerade mal nachdenken. Ja, ich glaube, wenn ich aufgeregt bin, dann tue ich auch nicht besonders auf die Technik achten und dann tue ich halt ziemlich oft stottern.*
- CM *Das heißt Emotionen sind auch immer so ein Faktor?*
- MB *Ja. Aber das hängt dann ziemlich von der Situation ab.*
- 195 CM *Gibt es Situationen, in denen du ganz bewusst stotterst, in denen du also stotterst und gar nicht erst versuchst, die Technik zu verwenden? In denen du also sagst: „ne, ich bevorzuge jetzt quasi mein Stottern gegenüber der Technik“?*
- 200 MB *Äh... das ist ein bisschen schwer zu sagen. Also ich würde sagen... wenn ich z. B. privat mit einem Lehrer rede, da habe ich z. B. auch sehr viele Schwierigkeiten, klangvoll zu sprechen. Oder wenn ich mit einer Respektperson spreche, da habe ich dann auch große Probleme, klangvoll zu sprechen. Ich weiß auch nicht genau, wo das herkommt. Aber da habe ich Probleme.*
- 205 CM *Ich meine jetzt gar nicht Schwierigkeiten, sondern ob du dich manchmal ganz bewusst gegen die Technik entscheidest?*
- MB *Nein.*
- CM *Ok. Das ist auch eine etwas allgemeine Frage, aber vielleicht fällt dir trotzdem was ein: Also inwiefern die Technik sich allgemein positiv auf deinen Alltag auswirkt oder dein Leben auswirkt? Also jetzt mal abgesehen vom reinen Sprechen oder von dem Stottern. Fällt dir da was ein?*
- 210
- 215 MB *Ähmm... also ich muss auf jeden Fall sagen, dass das Jahr in Ravensburg mich ziemlich geprägt hat. Und da habe ich viel von den Therapeuten und von dem ganzen Jahr gelernt. Vor allem ein ganzes Jahr mit Anderen. Und sehr viele Personen haben mir gesagt, dass sich mein Sprechen seitdem sehr viel verbessert hat. Ja, aber ich muss auch dazu sagen, dass es auch Phasen gab, wo ich sehr, sehr gut gesprochen habe. Da*

220 *habe ich während eines ganzen Wochenendes sogar fast kein Wort gestottert. Und da lief es halt ziemlich gut. Und dann gab es auch wieder Phasen, wo es bergab ging und ich wieder richtig krass in das Stottern gefunden hab.*

225 CM *Ja... dann wären wir auch schon bei meiner letzten Frage, und zwar, was du dir von so einer Sprechtechnik noch mehr erhoffen würdest. Oder was du dir wünschen würdest, was man mit dieser Technik erreichen kann. Oder vielleicht auch, was man in so einem Kurs noch besser machen könnte.*

230 MB *Das, was mir nicht so ganz gefallen hat, ist, dass es da ganz schön viele Regeln gab in dieser Schule in Ravensburg. Und es war auch nicht immer einfach für mich, mich in diese Gruppe einzufügen. Ich weiß nicht, ob Sie es schon wissen, aber Stotterer sind es halt nicht sehr gewohnt, viel in Gruppen zu sein. Das war halt schon ziemlich schwer am Anfang. Und mit den Therapeuten hatte ich halt auch so manchmal meine Probleme. Der Therapeut Herr Herziger, der hat uns gleich am Anfang gesagt: „Meine Stottertherapie ist keine Wunderfabrik und ich bin auch kein Wunderheiler“... und man muss halt sehr viel arbeiten.*

235

240 CM *Aber jetzt noch mal in Bezug nur auf die Technik, weniger in Bezug auf die Therapie... den Teil der Frage hast du schon beantwortet. Also was würdest du dir jetzt noch mehr von der Technik erhoffen oder gibt es irgendetwas, wo du jetzt sagen würdest: „Das müsste die Technik eigentlich auch leisten können, was sie nicht tut!“?*

245 MB *Ja... ähmm... das, was mich halt an der Technik ziemlich aufregt, ist, dass sie halt nicht immer funktioniert. Weil oft will man halt klangvoll sprechen, aber es funktioniert halt nicht. Z. B. jetzt, wo ich mit Ihnen rede, da habe ich halt auch wieder viele Probleme, klangvoll zu sprechen. Deswegen sage ich jetzt wieder meinen Satz: „Ich spreche...“. Ja, und es ist halt immer so ein kleiner Kampf mit dieser Technik und manchmal verzweifelt man halt auch, weil man die Technik nicht in allen Situationen anwenden kann. Und manchmal funktioniert sie halt und manchmal funktioniert sie nicht... das find ich ziemlich blöd.*

250

255 *Und was noch ein negativer Aspekt ist, ist, dass man sich halt extrem konzentrieren muss – auf die Atmung, auf das, was man sagen, will; auf die Pausen; auf die weichen Anfänge... man muss sich auf den Klang konzentrieren... und da kann das Sprechen schon halt nicht immer Spaß machen.*

260

265 CM *Mir kommt da gerade ein Gedanke – ich habe nämlich mal in Bonn ein Praktikum gemacht und die Therapeutin dort hat immer gesagt: „Der Satz: „Die Technik funktioniert nicht, den gibt es eigentlich gar nicht“. Also wenn die Technik nicht funktioniert, dann quasi, weil man sie selbst nicht richtig angewendet hat. Also würdest du das auch sagen oder würdest du sagen: „Nein, manchmal mach ich die Technik und sie funktioniert einfach nicht“. Oder liegt der Fehler dann bei dir?*

270 MB *Ja... diese Frage kann ich Ihnen nicht wirklich beantworten. Weil manchmal habe ich wirklich das Gefühl, dass ich mich voll konzentriere und dass ich alles beachte, damit die Technik funktionieren müsste und dann funktioniert sie trotzdem nicht. Und es kann schon sein, dass halt irgendwas im Unterbewusstsein geschieht, dass ich nicht sehe und es die*

275

anderen Leute halt sehen, die mich hören und sehen. Und es stimmt schon, dass ich die Technik manchmal falsch anwende.

280 CM Ok, cool. Dann wäre ich soweit durch mit meinen Fragen. Ich würde dann die Aufnahme hier beenden, ich ruf dich dann aber noch mal an, dass wir uns auch verabschieden können.

MB Ok.

CM Alles klar, dann bis gleich.

JS, aufgenommen am 13.04.2011 per Skype

- JS *Hallo*
- CM Hallo. Ok, dann kann es losgehen. Ich weiß nicht – hast du noch irgendwie Fragen vorher, bevor wir loslegen?
- JS *Nein, ich hab keine Fragen.*
- 5 CM Ok, alles klar. Dann frag ich dich! Und zwar: Die erste Frage ist einfach ganz allgemein, wie gut du im Alltag mit deiner Technik zurechtkommst, wie zufrieden du mit deiner Technik bist?
- JS *Ähmm... ich find die voll gut. Nur in der letzten Zeit, also bei mir in der Schule, hatte ich viel Stress und so. Aber ansonsten geht's ganz gut.*
- 10 CM Das heißt es gibt bessere und schlechtere Phasen, aber insgesamt bist du soweit ganz zufrieden?
- JS *Ja. Insgesamt schon.*
- CM OK. Gibt es im Alltag Situationen, wo du mit deiner Technik auffällst, wo es dir vielleicht auch unangenehm ist?
- 15 JS *Jetzt muss ich erst überlegen... ja, in der Schule, da mussten wir ja mal... also während der Therapiezeit mussten wir ja auch mal eine Woche in die Heimatschule und dort mussten wir auch ein Referat über die Therapie vortragen, da fanden meine Klassenkameraden die Sprechweise schon komisch.*
- 20 CM Ok. War sie da noch anders als jetzt, oder sprichst du jetzt auch immer noch genauso wie damals?
- JS *Vielleicht ein bisschen schneller... ja. Aber eigentlich fast genauso.*
- 25 CM Ok. Und wie ist es jetzt von den Reaktionen her, die du so kriegst von Anderen? Oder auch von Leuten, die dich nicht kennen?
- JS *Ne, also das sind jetzt eigentlich keine besonderen mehr.*
- CM Ok. Fühlst du dich irgendwie in deiner – also man nennt das Sprechnatürlichkeit“ – eingeschränkt. Also im Sprechtempo, oder wie spontan du sein kannst... fühlst du dich da irgendwie eingeschränkt?
- 30 JS *Ne. Jetzt eigentlich nicht so. Also man spricht halt insgesamt langsamer. Und manchmal, wenn ich halt Schmarrn [Anmerkung: Im Sinne von „Unsinn“] mache, dann spreche ich auch nicht so klangvoll, weil ich dann nicht so drauf achte.*
- 35 CM Ok. Wie ist es so im Ausdruck von Gefühlen? Also würdest du sagen: „Ja, ich kann alle meine Gefühle auch in Technik rüberbringen“. Oder setzt sie da manchmal aus?
- 40 JS *Ja... wenn ich manchmal weinen muss, dann kann ich glaube ich nicht so klangvoll sprechen.*
- CM Ok, also so richtig emotionale Situationen, aber das ist ja auch verständlich.
- 45 CM Gibt es Situationen, wo du die Technik irgendwie nicht einsetzen kannst, also wo sie nicht funktioniert?
- JS *Nein.*
- CM Und es gibt auch keine Situationen, wo du sie nicht einsetzen willst?
- JS *Nein, gibt's eigentlich keine.*
- 50 CM Und Situationen, wo dich die Technik stört. Also wo du die Technik einsetzt, aber vielleicht setzt du sie ein, aber denkst dir: „Irgendwie stört es mich!“?
- JS *Hmm... da muss ich wieder überlegen.*

- 55 CM Also... Egal ob jetzt privat quasi, also bei Freunden oder so.
Oder in der Schule... bei Hobbies?
- JS *Ja... stören tut mich die Technik eigentlich nicht.*
- CM Ok. Würdest du auch sagen, dass sie Teil von dir ist, dass sie so richtig zu dir als Person gehört?
- JS *Noch nicht so ganz, weil es muss sich noch mehr stabilisieren.*
- 60 CM Kannst du darauf vielleicht noch genauer eingehen? Also was du damit meinst? Was fehlt dir da noch? Also was würdest du sagen: „Wenn ich so weit bin, dann gehört es zu mir, dann wäre es ein Teil von mir geworden“ – was dir jetzt noch fehlt?
- JS *Ja... während dem halben Jahr, wo ich da in Ravensburg war, da war das wirklich was von mir, da hat es richtig zu mir gehört, das klangvolle Sprechen. Und auch in der Zeit danach dann, also die 2 Monate oder noch mehr... aber jetzt ist es halt wieder mehr so in den Hintergrund gerutscht mit der Schule und so.*
- 70 CM Bist du auf der Realschule?
- JS *Genau.*
- CM Dann machst du ja jetzt gerade auch deinen Abschluss, oder?
- JS *Genau.*
- CM Na dann kann ich verstehen, warum es gerade etwas stressig ist!
- 75 Ihr habt ja glaube ich so Übungstexte, oder auch Übungen, die ihr täglich machen sollt. Fällt es dir denn da leicht, die Motivation für die Übungen aufzubringen? Machst du das denn auch regelmäßig?
- JS *Ja, die soll man sich ja zwei Mal täglich vorsagen. Und ich mache es immer morgens und abends.*
- 80 CM Und das fällt dir auch nicht schwer? Also das hast du einfach so für dich beschlossen und das dann auch gemacht?
- JS *Ja, genau. Nur im Sommer, da gab es mal eine Woche, da habe ich es nicht mal nicht so zuverlässig gemacht... da waren wir auch auf Sommerlager mit unserer Freikirche.*
- 85 CM Ok, da ist es dann etwas in den Hintergrund gerutscht... aber so im Alltag würdest du sagen, dass das Üben dazugehört und das stört dich auch nicht weiter.
- JS *Ne, genau.*
- 90 CM Würdest du dann auch sagen, dass der Übungsaufwand quasi auch im Verhältnis zum Ertrag steht? Also... wenn du sagen würdest „Naja... man muss schon sehr viel üben dafür, dass die Technik trotzdem nicht immer klappt.“ Oder eher: „Ich find das Üben ok, weil ich merke, dass es mir hilft.“
- 95 JS *Ja das Üben, das bringt schon was. Aber man braucht auch so die Unterstützung von seinen Freunden oder seiner Familie. Weil das haben wir in Ravensburg auch gelernt, da fragen dann die anderen „Wie sprichst du?“. Und das hilft.*
- 100 CM Und das stört sich auch nicht, wenn die Anderen dich daran erinnern? Also empfindest du das nicht als lästig? Oder passt das für dich so.
- JS *Ne. Für mich ist es eher sehr hilfreich.*
- CM Ok. Würdest du sagen, dass die Technik deine Wahrnehmung von dem Stottern verändert hat? Oder auch die Bewertung von deinem Stottern? Also dass du vor der Technik irgendwie anders damit umgegangen bist, dich vielleicht auch mehr geschämt hast? Hat sich da irgendwas für dich verändert?
- 105 JS *Ja. Vor dem halben Jahr habe ich mich voll geschämt für mein Stottern. Und ich wollte auch niemandem davon erzählen,*

- 110 *obwohl es schon mehreren Leuten aufgefallen war, dass da was mit meinem Sprechen ist. Und es ist mir auch voll schwer gefallen, es meiner besten Freundin überhaupt zu erzählen. Aber in der Zeit, da sind wir ja auch mal in die Stadt gegangen und haben Leute angesprochen, auch mit Stottern und so... ja*
- 115 *und in der Zeit haben wir dann auch bisschen die Angst verloren vor dem Stottern.*
- CM Gibt es trotzdem Situationen, wo du jetzt lieber stotterst, als die Technik zu benutzen? Wo du ganz bewusst vielleicht auch auf die Technik verzichtest? Wo du lieber stotterst?
- 120 JS *Ne, so Situationen, wo ich bewusst darauf verzichte, gibt es nicht.*
- CM Ok.
Und... kannst du vielleicht noch mal sagen, inwiefern die Technik – also vielleicht fällt dir da noch was ein – inwiefern die
- 125 Technik positive Auswirkungen auf deinen Alltag oder dein Leben allgemein hat? Was sich vielleicht positiv durch diese Technik verändert hat?
- JS *Ja... dass ich weniger Angst habe, vor Leuten was zu sagen. Auch in der Schule bei Referaten oder so.*
- 130 CM Mmmhhmm.. Dass der Druck auch weniger geworden ist beim Sprechen? Würdest du das auch sagen?
- JS *Ja... das stimmt auch. Nur halt wieder in der letzten Zeit, da nicht so.*
- CM Und angenommen, du könntest dir was wünschen: Was würdest du dir noch mehr von so einer Technik erhoffen? Also gibt es irgendwas, wo du sagen würdest: „Oh, das wäre noch toll“? Oder was würdest du von einer Therapie noch mehr erwarten, in der man so ne Technik lernt?
- 135 JS *Das ist eine gute Frage [lacht]. Weiß jetzt auch nicht.*
- 140 CM Ok. Also du hast ja gesagt, dass du jetzt gerade momentan, wenn in der Schule so viel Stress ist, die Technik nicht so gut einsetzen kannst, dass es dir dann schwerer fällt, in der Technik zu sprechen. Also das wäre doch z. B. so was, oder? Wo man sagen könnte: „Ich würde mir wünschen, dass ich nicht immer so viel dran denken muss und das ganz automatisch immer anwenden kann“.
- 145 Aber ansonsten bist du zufrieden und sagst: „Ja, ich bin zufrieden, wenn ich daran denke... und es passt zu mir...“?
- JS *Ja.*
- 150 CM Ok. Das ist natürlich blöd, denn in meiner Arbeit soll es eher um die Probleme mit der Technik gehen [lacht]. Aber für dich freut es mich natürlich, dass du mit der Technik so gut zurecht kommst!
- JS *Ich kann dir höchstens noch erzählen, was ich so mitbekommen habe, von den anderen halt. Also es gibt halt so bestimmte Situationen, in denen man sich total konzentrieren muss.*
- CM Kannst du mir da ein vielleicht mal ein Beispiel nennen? Also was sind das für Situationen ganz konkret?
- JS *Z. B. in Ravensburg musste ich ein Referat halten, so ein Kurzreferat, wo ganz oft das Wort „Gott“ vorkommt, weil ich da bei dem Referat in der Schule voll gestottert hatte bei dem Wort. Und da musste ich dann auch immer so in die Wörter bewusst reingehen, um halt nicht am Anfang von den Wörtern zu stottern.*
- 160

- 165 *Ja... und noch eine Sache, die ich mitbekommen habe, während der Zeit in Ravensburg: Da kam mal ein ehemaliger Kursteilnehmer, der stand auch gerade vor seinen Abiturprüfungen oder so, und der hat immer viel zu schnell gesprochen. Und mit dem klangvollen Sprechen spricht man ja*
- 170 *eigentlich automatisch langsamer und für ihn war es halt voll schwer, sein Sprechen so zu verlangsamen.*
- CM Was das auch was, was dir bisschen Angst gemacht hat? Wo du dir gedacht hast: „Hoffentlich schaffe ich das“?
- JS *Ne, mir hat das eigentlich nicht Angst gemacht.*
- 175 CM Sprichst du eigentlich noch eine zweite Sprache?
- JS *Englisch.*
- CM Und funktioniert da die Technik genauso?
- JS *Naja... sie würde schon funktionieren, wenn ich sie gescheit anwenden würde. Wir hatten heute mündliche „English-speaking“-Prüfung, also Abschlussprüfung, und da war ich halt so aufgeregt, dass ich die Technik nicht wirklich anwenden konnte.*
- 180 CM Ok... aber ist das jetzt auch weiter nicht schlimm für dich? Wenn du das jetzt so locker erzählen kannst?
- 185 JS *Ich habe mir halt danach gedacht, ich hätte mir schon mehr Zeit nehmen können.*
- CM Hey, aber Wahnsinn, dass du dir trotzdem Zeit genommen hast, wenn du jetzt eigentlich gerade total im Prüfungsstress bist, das war mir nicht ganz klar, das ist echt nett!
- 190 Ich wäre dann soweit auch mit meinen Fragen am Ende. Ich würde dann auch erst mal auflegen, und schauen, dass ich das Interview soweit aufgezeichnet habe und dich dann gleich noch mal anrufen.
- JS *Ok.*
- 195 CM Ok, bis gleich.

AS und WA, aufgenommen am 11.05.2011 per Diktiergerät

- CM Also die erste Frage wäre: „Wie zufrieden sind Sie im Alltag mit Ihrer Sprechtechnik“. Also da müsstet ihr euch noch einmal zurückversetzen: Wie gut hat die Technik im Alltag funktioniert?
- 5 AS *Also ich sag jetzt bei einfachen Situationen, wenn ich mit Freunden oder mit Bekannten spreche, da kann man sie schon mal einsetzen. Auch in der Arbeit kann man es einsetzen, wenn man weiß, dass es ganz entspannt ist. Wenn kein Druck dahinter ist und es vom Fachlichen her nicht so schwierig ist, dann kann man es mal hernehmen. Ansonsten ist es so, dass man oft zu wenig Kapazität hat zum Nachdenken. Weil es sich halt nicht so einschleift, die Technik.*
- 10 CM Von der Zufriedenheit her – jetzt einfach auf einer Skala von 0-10. Wenn du jetzt immer in dieser Technik reden würdest?
- AS *Wenn 0 das Schlechteste ist?*
- 15 CM Genau.
- AS *Dann würde ich zwei bis drei sagen.*
- CM Ok. Vielleicht mal an dich...
- WA *Ja... also mir geht es relativ gleich wie dem Alex. Also in entspannten Sprechsituationen mit Freunden und Bekannten oder im Lokal was bestellen, da ist es gar kein Problem, die Technik anzuwenden. Wenn man einen relativ kommunikativen Job hat und es hektisch und stressig ist und vielleicht auch noch fachlich anspruchsvoll, dann wird es aber sehr schwierig werden, die Technik anzuwenden, ganz einfach. Das kann ich wirklich nur bringen, wenn ich einen relativ lockeren Job habe.*
- 20 CM Ok. Das heißt die Technik ist vor allem für den privaten Bereich, aber nicht unbedingt für den beruflichen gedacht? Also egal ob im privaten oder beruflichen Bereich, man braucht also quasi viel Ruhe... also die Technik funktioniert nur, wenn man Ruhe hat?
- 25 AS *Ja, genau.*
- CM Gibt es Situationen, in denen die Technik stört? Also wo sie einfach nicht passt? Man die Technik nicht einsetzen will oder kann? Jetzt mal abgesehen von Stresssituationen?
- 30 AS *Ja. Wenn man halt einfach für andere Sachen die Kapazität braucht zum Nachdenken. Dann kann man es einfach nicht brauchen.*
- CM Also einfach inhaltlich anspruchsvolle Situationen?
- AS *Ja, genau.*
- 40 CM Was wäre das zum Beispiel?
- AS *Zum Beispiel... ja wenn man halt einen schwierigen Fall hat in der Arbeit. Sich z.B. ärgert über einen Anruf... emotional wird... also wenn es stressig wird, dann immer.*
- 45 CM Inwiefern fällt man mit der Sprechtechnik auf? Oder vor allem inwiefern fällt man unangenehm damit auf?
- WA *Naja... die spannendste Frage ist ja einfach: Kann ich zu mir stehen, zu meinem Stottern oder kann ich das nicht. Man muss ja sagen: Ich falle mit meinem Stottern genauso auf... oder etwas mehr auf... als wenn ich eine Sprechtechnik anwende. Also natürlich falle ich auf, aber eigentlich geht es darum ja auch in der Therapie, bei der Desensibilisierung. Wenn man die hinter sich hat, dann sollte es mir eigentlich – egal ob ich eine Sprechtechnik anwende oder ob ich stottere – egal sein.*
- 50 CM Aber inwiefern fällt man damit auf?

- 55 AS *Ja am Anfang halt vor allem durch die Anfangsdehnung, das fällt halt auf. Ja... dann je nachdem, welche Geschwindigkeit man spricht.*
- WA *Ja, das ist eigentlich ganz wichtig. Also im Berufsleben oder draußen. Wenn du zu langsam redest, dann werden dir deine Mitmenschen die Wörter aus dem Mund nehmen, oder dich unterbrechen, den Satz abhacken oder dir schon antworten, das war bei deiner Frage glaube ich vorhin auch schon mal der Fall gewesen. Ja... das ist einfach so. Eine zu langsame Sprechtechnik geht nicht.*
- 60
- 65 CM *Und abgesehen von der Geschwindigkeit, inwiefern schränkt die Sprechtechnik ein, was Sprechnatürlichkeit angeht?*
- AS *Ja, da kann man schon relativ gut, so... so probieren...also den weichen Einsatz oder so, das kann man schon so machen, dass sich das gut anhört. Aber wenn man diesen weichen Einsatz, diesen langsamen Einsatz dann nicht mehr so lang macht, dann ist halt die Frage, ob es einem hilft. Denn dann kommt man wieder in das schnellere Sprechen rein und dann ist die Gefahr auf jeden Fall wieder größer.*
- 70
- CM *Und was Spontaneität angeht?*
- 75 AS *Ja... kann man vergessen. Also Null. Außer es schleift sich doch irgendwie bei irgendjemandem mal so ein, dass man es schon machen kann. Aber das weiß ich nicht, wie da die Chance ist.*
- WA *Da musst du dir mal die Übungs-CD von Bonn anhören. Wo der auf dem Markt nach dem frischen Spargel fragt. Und er noch keine drei Worte gesagt hat und noch nicht zu Ende ist und die Spargelverkäuferin ihm quasi ins Wort fällt. Und das ist die offizielle Übungs-CD! Also ich glaube mehr muss man zu dieser Technik einfach nicht sagen. (lacht)*
- 80
- 85 CM *Ok. Ausdruck von Gefühlen, von Emotionen?*
- WA *(lacht) Funktioniert nicht.*
- AS *(lacht)*
- CM *Ne... aber ich mein... inwiefern kann man mit der Sprechtechnik überhaupt so sein Sprechen so verändern, dass man noch Gefühle transportieren kann?*
- 90
- AS *Also ich habe es nicht geschafft.*
- WA *(spricht mit extrem verlangsamter Technik): Ich freue mich jetzt total, dich hier zu sehen. Müssen wir uns da noch mehr drüber unterhalten? Also nein... geht nicht.*
- 95
- CM *Ok... weil die Natürlichkeit einfach nicht gegeben ist?*
- WA *Genau.*
- AS *Ja.*
- CM *Genau. Dann kommt ein anderer Aspekt: Identifikation. Also inwieweit kann man sich mit der Sprechweise überhaupt identifizieren, inwieweit gehört die zu einem selbst als Person?*
- 100
- WA *Das ist ganz kurz beantwortet. Also die Frage ist bei jedem: Wo ist denn mein sog. „Leidensdruck“? Wenn mein Leidensdruck sehr groß ist und ich flüssig sprechen will, dann werde ich diese Sprechtechnik dann machen. Und dann kann ich mich auch mit dieser Technik, weil sie mir zu einem flüssigeren Sprechen verhilft, auch identifizieren. Ist mein Leidensdruck oder meine Symptommhäufigkeit jetzt nicht so groß und nicht so hoch, dann ist die Identifikation, weil sie halt wirklich in der Spontaneität einschränkt und so, schwierig.*
- 105

- 110 CM Ok. Gut... aber es könnte ja sein, dass ich die Sprechtechnik anwende und dann bin ich halt flüssiger, aber mir trotzdem sage: „Naja, trotzdem bin ich nicht zufrieden, weil es zu mir als Person eigentlich nicht so wirklich passt“. Also das meine ich eher mit Identifikation. Jetzt weniger, wie gerne man die
- 115 Technik anwendet, sondern inwiefern man das wirklich in die Person integrieren kann.
- WA *Ja, das hab ich ja vorhin gesagt: Wenn du einen hohen Leidensdruck hast und dir dein Sprechen so gar nicht gefällt, dann denke ich wirst du diese Methode auch zu deiner Person integrieren. Und wenn dein Leidensdruck nicht hoch ist - egal wie stark deine Symptomatik ist -, dann wirst du sagen: „Ne, die gehört nicht zu mir“.*
- 120 AS *Ja, also... da muss man sich halt fragen. Ich habe auch die Therapeuten gefragt wegen dieser Sache... Also ich habe es nicht so sympathisch gefunden. Ja... er hat mir dann schon noch ein paar Sachen gezeigt, wo es sich besser anhört, ja, aber... es ist einfach, wie am Anfang schon gesagt... ich muss dafür einfach zu viel nachdenken und das macht es letztlich einfach nicht sympathisch.*
- 125 CM Ein anderer Aspekt ist das Üben: Wie leicht fällt es einem, wirklich dauerhaft Motivation zum Üben aufzubringen?
- WA *Wenn du keinen Partner hast, dann ist das schwierig. Dann ist das nach einer Woche oder nach 14 Tagen gestorben.*
- CM Einen Übungspartner?
- 130 WA *Genau. Also wir haben das so gemacht, wirklich über die Distanz von 400km, uns einfach täglich anzurufen. Dann ist es wesentlich einfacher.*
- CM Ok. Aber macht ihr das jetzt seit zwei Jahren täglich? ... oder?
- WA *(lacht)*
- 140 AS *(lacht) Überhaupt nicht mehr.*
- CM Ok. Das heißt, es ist eher schwer, die Motivation aufzubringen. Aber gibt es irgendwelche Tricks oder findet man sich einfach irgendwann damit ab?
- WA *Wenn du dich hinterher damit belohnen würdest... dann denk ich, ist es ok. Aber ich weiß nicht, ob wir beide da für deine Umfrage so repräsentativ sind. Denn wir beide sind eigentlich mit unserem Stottern, das zu unserem Leben gehört, soweit glücklich. Also glücklich vielleicht nicht, aber einfach zufrieden. Ja... und der Leidensdruck ist Null, also der ist nicht erheblich.*
- 145 CM Aber was würdet ihr generell sagen? Inwiefern steht der Übungsaufwand im Verhältnis zum Ertrag? Also wenn man wirklich die Technik beherrschen will?
- AS *Ja... also... ich finde es in Ordnung. Also man muss halt vor allem am Anfang noch oft üben. Aber man wird schon flüssiger, also das muss ich von mir jetzt schon sagen... also ich hab schon mal einen kleineren Rückfall... mein Gott... ich hab schon wieder ein paar schreckliche Blocks bekommen am Telefon oder so, ja, da hätte ich die Technik dann anwenden sollen oder müssen, aber ich weiß nur bei mir... mein Gott... dann habe ich die Blocks halt wieder... ja... der Leidensdruck ist bei mir halt nicht so groß. Also ob ich jetzt 15% flüssiger spreche oder nicht... das ist egal.*
- 160 WA *Also das muss man jetzt schon mal objektiv sagen: Die zwei Wochen in Bonn, wo intensiv geübt worden ist, die waren schon effektiv. Nach kurzer Zeit diese Flüssigkeit zu haben... und das*
- 165

- heißt ja nicht, wenn man jetzt nicht mehr übt, dass die Technik dann nach kurzer Zeit nicht mehr da ist. Also ich kann ja die Stufe jetzt einfach wieder hervorholen und sie wieder praktizieren, weil ich sie in Bonn sehr intensiv geübt habe, klar.*
- 170 CM Ok. Aber ihr habt euch jetzt beide bewusst eigentlich gegen die Technik und für das Stottern entschieden, oder?
- AS *Ja... also die Technik, wenn sie mal hilft, kann man sie schon mal nehmen. Zu einem geringeren Preis ist das ja in Ordnung.*
- 175 CM Sag mal ganz konkrete Situationen, in denen du dich für die Technik entscheidest.
- AS *Für die Technik habe ich mich jetzt schon lange nicht mehr entschieden. Aber wenn das jetzt ein anderes „Preis-Leistungs-Verhältnis“ wäre, sage ich mal jetzt, dann könnte man noch einmal drüber sprechen. Aber der Aufwand ist halt zu groß.*
- 180 CM Kannst du das noch mal genauer ausführen? Also was ist für dich der Aufwand?
- AS *Der Aufwand ist, dass man Übungen macht und auch mal wieder Umweltraining macht. Also dieses Checken da [Anmerkung: Gemeint ist das Kontrollieren von Diktiergerätaufnahmen], das braucht man nicht. Ja, weil, ob das jetzt eine Hundertstelsekunde mehr ist oder nicht, ist im Nachhinein egal. Man muss halt innerlich selbst das Gefühl haben, bei welchem weichen Einsatz, bei welchen Geschwindigkeiten es klappt... das hat man dann schon.*
- 185
- 190 *Ich habe schon immer in Bonn gesagt: Das ist wie ein Akku, den man auflädt und dann hält er drei Tage. Und dann muss ich halt wieder... wenn man sich denkt: „Bei der Situation kommt es wieder, jetzt habe ich wieder einen Block“, dann ist es wieder an der Zeit, wo man mal wieder was machen müsste. Aber der Aufwand ist halt extrem. Also... ja.*
- 195 CM Der Übungsaufwand.
- AS *Genau. Und es ist halt einfach so, dass die Stotterer einfach nicht so viele sind. Ich geh z.B. auch ins Fitness und da sind jetzt viel mehr Leute im Fitness und das beflügelt mich auch immer wieder, dass ich da hingeh. Obwohl das auch immer dieselben Übungen sind, immer das Gleiche, wo man sich anstrengen muss. Aber wenn es halt so etwas in einer Stotterform gäbe, dass man halt die Leute trifft, also das wäre halt super.*
- 200
- 205 CM Um die Technik zu üben? OK.
- AS *Ja. Es ist halt so, dass man sonst eine Stunde früher aufstehen muss, um Wortreihen zu lesen. Wobei diese Übungen, das Wortreihen lesen, das reicht ja dann. Aber mehr so Umweltsituationen dann so auszuprobieren, das wäre halt gut.*
- 210 WA *Gegen die Technik habe ich mich eigentlich noch nicht entschieden. Ich benutze sie auf jeden Fall bei... wenn ich angerufen werde, wenn ich telefonieren muss. Da das für mich ein sehr großes Feld ist, wo ich Probleme habe. Da habe ich keine Mimik, Gestik, Blickkontakt und habe auch schon schlechte Erfahrungen gemacht und deswegen fällt es mir schwer. Technik kann ich da einsetzen, wenn ich weiß, das gibt nur ein Gespräch, wo ich irgendwelche Informationen von meinem Gesprächspartner brauche, also ich ganz konkrete Fragen habe. Dann kann ich mich durch Technik sag ich mal von meinen Sprechängsten runterholen, kann wieder flüssiger reden, usw.*
- 215
- 220

- 225 Schwieriger wird es, wenn es nicht mehr um reine Informationsbeschaffung geht, sondern wir in Vertragsverhandlungen einsteigen oder so. Wenn es einfach um etwas geht. Oder auch Strategien oder wenn irgendwelche Emotionen dann auch mitspielen, sag ich mal, bei diesen Vertragsverhandlungen am Telefon, dann wird es natürlich schwierig mit der Technik. Ja.
- 230 CM Ok, aber beim Telefonieren ist die Technik eine Hilfe?
WA Genau. Für mich auf jeden Fall. Wenn ich jetzt merke, ich muss irgendwo anrufen, um Informationen zu beschaffen und hab da vorher große Sprechängste, kann ich mich durch meine Technik – ich weiß ja auch was ich fragen will und was mich interessiert in diesem Gespräch und kann es vorher strukturieren und muss mir auch nicht mehr die Informationen meines Gesprächspartner erarbeiten, also mehr reagieren als agieren – dann ist die Stufe natürlich schon hilfreich.
- 235 CM Inwiefern... also das ist jetzt ein schwierige Frage... inwiefern hat die Technik die Wahrnehmung vom Stottern verändert? Können ihr mit der Frage was anfangen?
- 240 WA Also als wir in Bonn diese Strichliste [Anmerkung: Gemeint ist eine Strichliste, auf der die Betroffenen zur Verbesserung der Symptomwahrnehmung bei jedem Stottergefühl einen Strich auf eine Liste setzen] gemacht haben... wie war das? [lacht] Wie haben wir dazu gesagt? Wahrnehmung... [lacht]
- 245 AS Ja, da haben sie am Anfang gesagt, das sind die besten 85 Cents, die...
WA [lacht, daher unverständlich]
- 250 AS Ja... nur leider hat diese... dieses Dings dann nur gar nicht funktioniert.
CM Die Strichliste?
AS Ja... ähmm... weil bei mir geht das einfach so schnell, dass ich da... ja mein Gott... ich bin dann halt zu spontan wahrscheinlich.
- 255 CM Das heißt beim Erlernen der Technik hat man seine Wahrnehmung geschult. Aber jetzt durch die Anwendung der Technik - Ja... also inwiefern ändert sich da die Bewertung des Stotterns? Also vielleicht auch, weil ich dann ja eine Weile nicht mehr gestottert habe, weil die Technik funktioniert... wird es dann eher wieder schwieriger zu Stottern, also hat es dann vielleicht negative Auswirkungen oder ist es eher positiv... weil dann hab ich ja die Technik?
- 260 WA [lacht]
CM Schwierige Frage?
- 265 AS Ne... also wenn ich im Gespräch drin bin und ich muss dann eh nicht mehr so viel stottern... und wenn, dann ist es mir egal... Wenn dann irgendwann wieder ein Block kommt oder zwei.
WA Na die Frage ist halt... bin ich vielleicht schon über das Stadium etwas hinaus? Also geh ich dann nicht mehr von der Stotterwahrnehmung, also auch von der Körperwahrnehmung aus... wenn ich dann mal gestottert hab, dann sag ich „Hoppla!“- da war grad ein Stottern – bin ich jetzt etwa nervös oder hatte ich Angst vor dem Wort und so weiter... und höre meistens in mich rein – bin ich jetzt nervös, bin ich bisschen aufgereggt oder bin ich jetzt angespannt und verkrampft, komme ich mit dem Gesprächspartner nicht klar oder mit der
- 275

- Gesprächssituation? – und versuch mich dann einfach wieder so von der emotionalen Schiene her wieder nach unten zu holen. Aber das hat jetzt halt sehr wenig mit der Symptomwahrnehmung zu tun. Ich kann dann schon diese Symptome wahrnehmen, aber dann geh ich aber nicht wieder ran, indem ich sag: „War da jetzt die Sprechtechnik dran schuld oder gebe ich mir die Schuld?“ Sondern ich gucke, wo es herkommt. Wo es jetzt herkommt, dass gerade ein Symptom da war.*
- 280
- 285
- CM *Ein Aspekt, den wir jetzt vorhin schon erwähnt haben, aber den ich noch einmal bräuchte... ist einfach die psychische Komponente. Also inwiefern seid ihr der Auffassung, dass eine Sprechtechnik grundsätzlich alleine denn ausreicht?*
- 290 AS *Ja... weil eine Sprechtechnik nicht immer funktioniert. Also da brauch man dann einfach Alternativen.*
- CM *Was für Alternativen?*
- AS *Ja dass man halt gelassen damit umgeht. Dass man sagt „Ja mein Gott...“. Also in der Literatur steht ja, dass ich, wenn ich als Kind angefangen habe, zu stottern, das wahrscheinlich eh nie mehr wieder loswerde.*
- 295
- CM *Du hattest das ja glaube ich vorhin ungefähr so formuliert, dass wenn man mit sich nicht ins Reine kommt, dass dann... also ich weiß nicht mehr, wie du es formuliert hattest, aber dass Stottern weniger ein Sprechproblem ist sondern ein persönliches Problem. Kannst du das noch mal ausführen?*
- 300
- WA *Ja... also ok. Wenn wir die Literatur von Bonn studieren, dann sind eigentlich nur 20% unseres Stotterns ein organisches Problem und die restlichen 80% ein psychisches Problem. Und die Frage ist ja ganz einfach... wo liegen denn in meiner Person die Defizite? Kann ich vor 200 Leuten sprechen oder kann ich nicht vor 200 Leuten sprechen, ohne dass ich nervös bin, aufgeregt bin, Lampenfieber habe oder nicht. Und die spannende Frage ist ja – schreibe ich das meinem Stottern zu oder schreibe ich das meiner Person zu? Wir Stotterer schieben natürlich alles mögliche auf unser Handicap, das wir haben, und wenn wir uns mal da davon lösen würden, sagen würden „Ja, ok... es kann natürlich auch sein, dass ich nervös bin, total nervös, aufgeregt und Lampenfieber habe, weil ich gerade hier vor 200 Leuten sprechen muss und das ist nicht der Anteil meines... also wenn ich es ganz reduziere: Meines Stotterns.*
- 305
- 310
- 315
- 320
- 325
- 330
- Ja... durch Persönlichkeitsarbeit... also ich versuch mich immer weiterzuentwickeln und mich auch mit Stottern, mit meinem Handicap weiterzuentwickeln... und das hat mich natürlich in meinem Leben ganz, ganz große Schritte gehen lassen. Denn auf einmal war das Problem Stottern irgendwann mal gar nicht mehr da gewesen. Ich habe meine Schule mit Stottern gemacht, ich habe mein Studium gemacht mit Stottern usw. und ich bin irgendwann an den Punkt gekommen, dass das Stottern zu mir gehört und ich aber immer wieder gucken muss, dass ich an meinen persönlichen Defiziten arbeite - so wie jeder Normalsprechende – und versuche, mich zu entwickeln. Und wenn es mir dann gelingt und ich auch mal in schwierigen Situationen weiß, ich habe da eine Sprechtechnik, die hilft mir beim Telefonieren oder an der Wursttheke, oder was weiß ich... dann denke ich ist das eine gute Kombination.*

- 335 CM Ok. Trotzdem... wenn man sich jetzt von der Sprechtechnik...
also sich eine Sprechtechnik wünschen könnte, was würde man
sich da noch mehr wünschen?
- AS *Ja einfach, dass sie einfach nicht so viel Kapazität braucht, so
viel Nachdenken. Dass sie nicht so aufwendig ist.*
- CM Also der Aufwand hauptsächlich?
- AS *Genau.*
- 340 CM Und was die Natürlichkeit angeht?
- WA *Wenn du diese Frage stellst, dann würde ich sagen... dir
einfach das Buch empfehlen „Natürlich sprechen“ von Roland
M [unverständlich]. Das ist eine Sprechtechnik, die kein Fluency
Shaping macht, die versucht, dir die natürliche Sprache oder
die Spontaneität zu erhalten.*
- 345 CM Ok. Also das würde man sich von einer Sprechtechnik
wünschen, dass sie möglichst unauffällig ist.
- WA *Und dass sie möglichst zu einem passt.*
- CM Inwiefern zu einem passt?
- 350 WA *Ja... inwiefern zu einem passen... dahingehend... der eine ist
etwas spontaner, der andere bisschen zurückhaltender, der
eine bisschen langsamer, der andere bisschen schneller usw.
... und dass man jetzt keine Metronomsprechübungen machen
[spricht abgehackt] muss oder was weiß ich, sondern ganz
natürlich spricht indem ich einfach etwas mit der
Geschwindigkeit jonglieren kann oder mit der Betonung
jonglieren kann ohne bei jedem Satzanfang diese
Anfangsdehnung zu machen. Das wirkt einfach nicht natürlich,
weil ich mein natürliches Sprechen einfach variieren kann wie
im Alltag ja auch. Wenn ich müde bin, spreche ich langsamer,
wenn ich nervös bin, und in der Situation bin, spreche ich
wahrscheinlich irgendwie hektischer. Einfach hier so eine
Sicherheit, mit der man natürlich sprechen kann.*
- 355 AS *Ja... und ich würde noch dazu sagen, dass es halt einfach
interessant gemacht wird. Dass es einem schmackhaft wird.
Wenn jetzt einer... irgendein Schauspieler... der jetzt
besonders akzentuiert sprechen kann... dass man sagt „schau
her, wie macht der das“... so halt.*
- 360 CM Dass man quasi eine ganz individuelle Sprechweise bekommt?
- 365 AS *Ja, genau. Individuell... oder das kann ja auch das gleiche sein.
Es muss halt immer interessant bleiben und zugeschnidert,
dass man dranbleibt. Weil wenn es langweilig wird, dann ist die
Therapie ja eigentlich am Ende.*
- 370 WA *Was jetzt eigentlich gar nicht so passt, aber was mir gerade so
spontan einfällt: Ist begleitend... auf jeden Fall für
Erwachsene... begleitend eine gute Psychotherapie. Am besten
bei einem Diplomspsychologen, der als Sprachtherapeut auch
noch eine eigene Berufsausbildung hat. Denn für mich war es
wichtig in meinem Leben wichtig zu erkennen – warum habe ich
vor meinem Chef Angst? Warum meine ich, ich würde immer
den kürzeren ziehen? Und dann irgendwann einmal aus
meinem Leben, aus meiner Kindheit betrachtet heraus
gearbeitet habe und dann einfach Gegenstrategien gelernt
habe. Wie kann ich mich besser durchsetzen? Wie präsentiere
ich mich? Wie gehe ich damit um, wenn jemand meint, mir
aufgrund meines Stotterns über den Mund fahren zu müssen?
Dass dann keine Resignation kommt, sondern ich einen
Standpunkt vertreten kann, wie man dem Gegenüber dann*
- 375
- 380
- 385

390 auch sagen kann: „Die Umgangsregeln sind die, dass wir uns
beide nicht ins Wort fallen und ausreden lassen. Das mache ich
nicht und das erwarte ich auch von Ihnen.“ Einfach dass man
so eine Persönlichkeitsentwicklung durchmacht, dass find ich in
der Erwachsenenstottertherapie schon unheimlich wichtig und
das hat meine Symptome auch um Dreiviertel reduziert. Das ist
395 so ähnlich wie das, was Herr Professor Wendlandt in seinen
Rollenspielen in Kaufhäusern verwendet: Einfach spielerisch
darstellen, Grenzen zu durchbrechen. Aber ich find diese Arbeit
an der Persönlichkeit irgendwie immer wieder wichtig. Wenn die
Persönlichkeit nicht ausgebildet ist, wenn da noch Defizite aus
400 der Kindheit da sind, dann wird das Stottern immer wieder da
sein mit einer relativ heftigen Symptomatik. Und wenn ich daran
nicht arbeite, an dieser Persönlichkeit, dann werde ich mit jeder
Sprechtechnik nicht zu meinem gewünschten Ziel kommen.

AS Ja... jeder Stotterer hat ja bestimmt 15 oder 30 gute Sachen,
405 die einfach auch da sind. Das Stottern ist das 31., was vielleicht
nicht so gut ist. Und das akzeptieren können, dass man dann
einfach sagen kann: „Na, das eine, das wiegt nicht so schwer.“

CM Ok... Na das ist doch auf jeden Fall ein gutes Schlusswort!
Vielen Dank für das Gespräch.

410

FS, aufgenommen am 16.05.2011 per Diktiergerät

- CM Meine Einstiegsfrage ist immer ganz allgemein: „Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Sprechtechnik?“
- 5 FS *Gute Frage. Also ich sage es mal so: Wenn ich sie hernehme, dann bin ich eigentlich recht zufrieden. Aber... jetzt kommt das große „Aber“: Man nimmt sie halt nicht immer her. Also ich bringe es – nicht immer, aber zu Dreiviertel bis Zweidrittel - wenn ich sie hernehme, dann haut es auch ganz gut hin. Ja, und ich kann schon sagen, dass ich eigentlich schon zufrieden bin.*
- 10 CM Und inwiefern fällt man mit der Technik auf? Oder vielleicht auch unangenehm auf?
- 15 FS *Ja gut... ich sage mal so: Wenn du gleich nach drei Wochen nach Hause kommst, dann ist es schon noch... also dann klingt es halt ungefähr so [spricht mit langer Anfangsdehnung und veränderter Prosodie]. Das war jetzt aber wahrscheinlich schon viel zu schnell und zu wenig gedehnt. Also ich habe schon lange gebraucht, um die dann anzuwenden oder halt versucht, „harmloser“ klingen zu lassen, das Ganze. Also das Stottern kennt man von Klein auf einfach und die neue Sprechtechnik*
- 20 *halt einfach nicht. Dadurch ist es einfacher, wenn man in seiner alten Technik spricht, auch wenn es dann das alte Stottern ist. Inzwischen sehe ich das aber nach ein paar Jahren auch schon ein bisschen anders.*
- 25 CM Da fällt es dann auch weniger auf?
- 25 FS *Ja, genau. Also ich spreche jetzt ja auch immer ein paar Wörter in Technik – was wahrscheinlich dir auffällt, aber jemandem, der nicht darauf achtet, fällt das nicht groß auf. Also wenn man bisschen weicher anfängt... oder... also meine Buchstaben, die kenne ich ja, die, die ich mag. [lacht]*
- 30 CM Inwiefern würdest du sagen, dass es dich irgendwie in deiner Sprechnatürlichkeit angeht? Also was jetzt Tempo angeht oder...
- 35 FS *Ja es schränkt mich ein. Ich tue mich schwer, im Dialekt zu reden. Im Bayerischen zu reden und mit Technik, ist verdammt schwierig, das Ganze. Also das finde ich echt sehr, sehr schwer. Mit dem Tempo... also ich rede einfach immer noch zu schnell, das ist einfach so.*
- CM Aber da schränkt es dich dann auch nicht ein? Also schnell redest du trotzdem noch?
- 40 FS *Es sollte mich einschränken! Ich wäre froh... weil dann würde ich ja schon ein bisschen langsamer reden. Und wenn ich langsamer rede, dann wird es ja von selber schon ein bisschen besser. Da bin ich bestimmt auch nicht der Einzige, der dir das jetzt erzählt.*
- 45 CM Aha... ok. Aber was Spontaneität angeht, schränkt es dich dann auch nicht ein, weil du ja in deiner Geschwindigkeit reden kannst?
- FS *Ne, da schränkt es mich nicht ein. Ich denke nicht, nein.*
- 50 CM Das Andere sind noch so... Emotionen, Ausdruck von Gefühlen...
- FS *Da schaffst du es eh nicht, in Technik zu reden. Wenn du jetzt richtig sauer bist oder streitest... nein*
- CM Da funktioniert es nicht?

- 55 FS *Nein, dann geht's nicht. Ich denke mal du kannst wahrscheinlich auch nicht – wenn du jetzt mit deinem Freund streitest – in Französisch reden oder ihn auf Französisch zur Sau machen.*
- CM Gut... wobei das ja was Sprachsystematisches ist und weniger was Sprachmotorisches...
- 60 FS *Ja gut... aber ich sage mal, du brauchst ja mehr Ressourcen von deinem Sprachzentrum, um jetzt in Fremdsprache zu reden. Und so brauche ich halt mehr Ressourcen, um in Technik zu reden. Ja... das haut einfach nicht hin.*
- CM Was gibt es sonst für Situationen, wo die Technik nicht funktioniert oder wo du sie nicht einsetzen kannst?
- 65 FS *Wo ich sie nicht einsetzen kann, fällt mir keine ein. Wo ich sie nicht einsetze... man denkt halt einfach oft nicht dran! Das ist alles... also entweder man hat keine Lust, sie anzuwenden, oder wie auch immer... aber ich denke in jeder Situation könnte ich sie anwenden, wenn ich hundertprozentig will.*
- 70 CM Und... Situationen, wo du sie gar nicht anwenden willst?
- FS *Das ist von Tag zu Tag verschieden.*
- CM Ok. Also manchmal hat man einfach keine Lust?
- FS *Ja richtig, ja.*
- 75 CM Ok. Gibt es auch Situationen, wo die Technik störend ist, wo es für dich überhaupt nicht passt?
- FS *Nein... weil es eigentlich fast immer für den Zuhörer besser klingt, als wenn ich stottere. Also mir fällt jetzt keine ein...*
- CM Und auch... egal, ob beruflich oder privat?
- 80 FS *Nein... weil ich es inzwischen so „verharmlost“ habe... also ich weiß halt, dass ich bei den Vokalen z. B. zum Wortanfang sehr gerne hängenbleibe... und ich denke, dass ich es mittlerweile halbwegs „verharmlost“ habe, dass es auch mich nicht mehr stört. Also ich denke Fremden fällt es bestimmt auch nicht auf oder so.*
- 85 CM Kannst du noch mal auf das „Verharmlosen“ eingehen? Also was du damit meinst?
- FS *Ja... also ich rede halt so, dass ich – z. B. bei „a“ – „Autobahn“, da müsstest du so reden [redet mit langer Anfangsdehnung sowie ausgeprägter Restdehnung]: „Au...to...bahn“. Da schauen dich ja die Leute echt blöd an. Und wenn ich sage „Au...tobahn“ [einmalige kurze Anfangsdehnung], klingt das zwar auch nicht ganz normal, aber es fällt halt keinem auf.*
- 90 CM Heißt aber auch, dass die Natürlichkeit ein ganz wichtiger Faktor ist?
- 95 FS *Ja. Ja. Also das sehe ich schon ganz klar so.*
- CM Ein anderer Aspekt ist Identifikation. Also inwiefern gehört die Sprechweise zu einem als Person so richtig dazu?
- FS *Also so hundertprozentig dazugehören tut es noch nicht zu mir. Auch wenn es schon bisschen her ist. Also ich habe mich schon bisschen verändert, das muss ich schon auch sagen. Aber so hundertprozentig zusammengehören tun wir zwei noch nicht so würde ich sagen. Es wird immer ein bisschen mehr, aber...*
- 100 CM Und warum?
- FS *Weil ich es nicht immer hundertprozentig anwende. Weil ich nicht immer so rede.*
- CM Also... weil... wie nennt man das... die Automatisierung fehlt?
- FS *Ja, richtig, ja.*

- 110 CM Aber dass du jetzt sagen würdest: „Es passt einfach manchmal auch nicht zu meiner Persönlichkeit“?
- FS *Also wie gesagt – wenn ich halt... das kennst du vielleicht auch – wenn man in der Heimat ist oder mit Jemandem spricht, der ziemlich Dialekt spricht – und du kannst den grundsätzlich auch*
- 115 *– aber durch die Sprechtechnik dann überhaupt nicht... oder eben nur sehr schlecht. Dann finde ich es glaub ich schon ein bisschen störend oder hinderlich einfach.*
- CM Warum geht das im Dialekt nicht?
- FS *Ich weiß es nicht. Vielleicht kannst du mir das sagen? Ich tue mich da einfach schwer, ich tue mir auch im Englischen extrem schwer damit.*
- 120 CM Aber ist es dann Übungssache oder meinst du, dass die Technik da einfach nicht funktioniert?
- FS *Ich weiß es nicht. Ich tue mir einfach echt schwer. Und ich weiß von Vielen, die irgendeine Sprechtechnik können, dass es in der Fremdsprache schwierig ist. Ich denk einfach, dass du dir deine Ressourcen einerseits einteilen musst auf die Fremdsprache, auf die Vokabeln, auf den Satzbau – und auf deine Technik... das wird einfach zu viel.*
- 125 CM Wobei ich interessanterweise auch einen interviewt habe, der französischer Muttersprachler ist. Also der hat die Technik auf Deutsch gelernt und hat jetzt quasi Probleme, sie auf Französisch zu übertragen... obwohl es seine Muttersprache ist.
- 130 FS Ok.
- CM Genau. Ein anderer Aspekt ist noch das Üben... da kenne ich mich jetzt mit Kassel nicht so gut aus...
- FS *Normal ist es so: Du machst halt deine drei Wochen Therapie, dann bist du für sechs Wochen daheim, dann bist du noch mal ein Wochenende dort (also Freitag früh bis Sonntagnachmittag). Dann ist wieder ein halbes Jahr Pause, dann bist du noch mal Freitag früh bis Sonntagnachmittag da. Die heißen halt „Refresher“, die Dinger. Ich hab jetzt eigentlich immer regelmäßig ein Mal im Jahr einen gemacht. Das ist halt echt gut: Wenn du mal Zeit hast oder dich nicht mehr so sicher fühlst, dann kannst du einfach für ein Wochenende hin. Oder es gibt auch die Möglichkeit, dass du im laufenden Kurs wieder ein paar Tage mitmachst.*
- 140 CM Und so... jetzt aber üben für dich?
- FS *Doch... üben... habe ich bis vor zwei, drei Jahren gemacht. Es gibt eben das besagte Computerprogramm, wo du das erste Jahr sozusagen noch üben musst, um die Kosten von der Krankenkasse erstattet zu kriegen. Und ich habe halt zwei, drei Jahre danach noch geübt... die Tendenz geht halt immer nach unten und inzwischen übe ich überhaupt nicht mehr. Ja... das ist halt einfach...*
- 145 CM Weil du die Motivation nicht mehr aufbringen kannst oder weil du es nicht mehr nötig hast?
- FS *Doch... ich hätte es schon nötig, da brauchen wir jetzt nicht drüber reden. Aber es ist einfach... zu viele andere Sachen im Kopf oder man kommt auch so klar oder ist zu faul...*
- 160 CM Aber.. eine Frage, die ich noch habe, wäre, ob der Übungsaufwand quasi im Verhältnis steht zum Ertrag. Aber du scheinst ja damit zurecht zu kommen?

- 165 FS *Naja... das kannst du so pauschal nicht sagen. Es gibt immer gute und schlechte Tage [lacht]. Den Spruch kennst du wahrscheinlich auch schon. Also... ja... das sagen wahrscheinlich alle. Aber es bringt jetzt überhaupt nichts, wenn ich sage, ich übe jetzt mal eine halbe Stunde am PC. Wenn du sagst du übst jetzt vier Wochen immer in der Früh, dann hilft es schon wieder was. Aber nur ein Mal Üben ist echt vergeudete Zeit. Das ist wie beim Sport. Wenn du sagst du gehst jetzt ein Mal in vier Wochen zum Laufen, dann wird das nichts.*
- 170
- 175 CM *Aber dann ist bei dir der Bedarf quasi gerade auch nicht so hoch?*
- FS *Naja... es würde mir schon nicht schaden, so ist das nicht. Keine Ahnung – wenn ich dich fragen darf – wie oft machst du Sport in der Woche?*
- CM *Zwei Mal in der Woche.*
- 180 FS *Naja... ein drittes Mal, könnte man jetzt ganz frech sagen, würde wahrscheinlich auch nicht schaden. Da hast du dann bestimmt auch keine Lust, keine Zeit, vielleicht auch kein Geld, keine Motivation oder was anderes... ja... und so ist es da auch.*
- 185 CM *Würdest du sagen, dass die Technik deine Wahrnehmung oder Bewertung deines Stotterns verändert hat?*
- FS *Also ich achte halt mehr bei Anderen drauf.*
- CM *Auf was?*
- FS *Auf das Reden. Also auch eher jetzt bei Leuten, die man nicht kennt. Man achtet dann doch viel mehr drauf. Ich achte auch noch mehr bei mir drauf. Also früher war es mir halt egal. Irgendwann ist es dir einfach total egal... man kennt es seit 20 Jahren. Es ist zwar nicht schön... ich hab ne Brille – du hast gerade auch eine Brille – und ja... so ist es halt. Wäre schöner, wenn ich keine Brille hätte, aber gut.*
- 190
- 195 FS *Mich nervt es dazwischen jetzt auch mehr, wenn ich wieder mehr stottere als früher.*
- CM *Dich nervt es mehr?*
- FS *Ja! Weil ich weiß, dass es auch anders geht. Also... ja... man kann nicht alles verändern, das ist es nicht.*
- 200 CM *Ok. Das eine ist die Wahrnehmung, aber das andere ist die Bewertung. Also es könnte ja sein, dass du sagst: „Früher war es mir Wurst...“*
- 205 FS *Ok... aber was die Wahrnehmung angeht, bin ich schon deutlich sensibler geworden, was mich und mein Sprechen betrifft, das muss ich schon ganz klar sagen. Also man achtet auch mehr auf sein Tempo... ja... ich kann das nicht so gut ausdrücken, aber man achtet schon deutlich mehr drauf.*
- 210 CM *Und von der Bewertung? Also was das Stottern für dich für eine Bewertung hat? Oder was für einen Stellenwert vielleicht auch?*
- FS *Ist größer geworden seit der Therapie. Weil man beschäftigt sich mehr damit und egal bei welchen Themen - wenn du dich mehr damit beschäftigst, wird auch die Bewertung... naja... nicht zwangsläufig, aber wird die Bewertung einfach höher.*
- 215 CM *Höher... aber nicht unbedingt negativer?*
- FS *Nein. Ich mein das nicht im Negativen.*
- CM *Sondern... so mehr vom Gewicht.*
- FS *Ja, richtig.*
- CM *Gibt es jetzt Situationen, wo du jetzt das Stottern bevorzugen würdest?*
- 220

- FS *Gute Frage. Das ist echt eine gute Frage.*
- CM *Also wo du dich ganz bewusst gegen die Technik entscheiden würdest?*
- 225 FS *Also ganz bewusst nicht... aber... ich sag mal, wenn man nicht dran denkt, zu faul ist... wobei... auch wenn es blöd klingt: Vielleicht beim fremde Frauen ansprechen. [lacht] Das klingt vielleicht ein bisschen blöd, aber das ist das Einzige, was mir dazu einfällt.*
- CM *Und warum? Weil man es dann hinter sich hat?*
- 230 FS *Ich kann nicht genau sagen, warum. Weil es natürlicher ist oder... aber das wäre jetzt auch das Einzige, was mir irgendwie einfällt.*
- CM *Ok... aber dann ist quasi Stottern für dich auch natürlicher als Technik?*
- 235 FS *Ja.*
- CM *Ok. Noch so eine Frage: Inwiefern hat die Technik positive Effekte auf deinen Alltag oder dein Leben ganz allgemein?*
- FS *Naja...mein Selbstbewusstsein ist gestiegen, sozusagen, das fällt mir ein. Und sonst?*
- 240 CM *Dass man sich sicherer fühlt?*
- FS *Ja, richtig. Du kennst bestimmt auch die klassischen Geschichten: Ich tanke nicht an Zapfsäule vier, weil ich die „vier“ nicht aussprechen kann oder... ja... irgendwie so was. Und da wird man halt ein bisschen lockerer, also man bestellt einfach das zum Essen, was man haben will... irgendwie so.*
- 245 CM *Und es gibt auch keine Bereiche mehr, wo du sagen würdest: „Da schränkt mich das nach wie vor so ein, dass ich auch mit Sprechtechnik ausweiche“?*
- FS *Bewusst nicht. Unterbewusst bestimmt. Da bin ich mir ziemlich sicher, dass es da irgendetwas gibt, was man nicht macht. Sich nicht traut oder... bestimmt. Oder es war halt früher oft so... du bist unterwegs und kommst in ein Hotel und dann schickt man halt eher die Freundin vor, um zu fragen, was es kostet... oder wie auch immer. Und so mache ich das mittlerweile doch viel häufiger ich oder...ja... genau.*
- 250 FS *Bewusst nicht. Unterbewusst bestimmt. Da bin ich mir ziemlich sicher, dass es da irgendetwas gibt, was man nicht macht. Sich nicht traut oder... bestimmt. Oder es war halt früher oft so... du bist unterwegs und kommst in ein Hotel und dann schickt man halt eher die Freundin vor, um zu fragen, was es kostet... oder wie auch immer. Und so mache ich das mittlerweile doch viel häufiger ich oder...ja... genau.*
- 255 CM *Was würde man sich von so einer Sprechtechnik noch mehr wünschen oder vielleicht auch mehr erhoffen? Oder vielleicht auch von so einem Kurs?*
- FS *Also speziell auf die KST [Kasseler Stottertherapie] bezogen mehr Alltagstauglichkeit. Ich denk das haben wahrscheinlich schon viele gesagt.*
- 260 CM *Was meinst du mit Alltagstauglichkeit? Der Technik?*
- FS *Ja... der Technik. Und ein bisschen mehr – wie es bei anderen auch mehr gemacht wird – Sensibilisierung. Das ist halt nicht so viel gemacht worden in der KST. Dass es dir einfach scheißegal sein muss, wenn du stotterst.*
- 265 CM *Desensibilisierung?*
- FS *Ja, ja. Entschuldigung... richtig. Dass es dir einfach total egal sein muss, wenn dich die Leute mal blöd anucken oder so.*
- 270 CM *Also mehr so diese psychische Komponente?*
- FS *Ja, richtig. Ich denke, das ist da recht wenig drin vorgekommen. Das sollte mehr Bestandteil sein.*
- CM *Inwiefern hast du in dem Bereich Erfahrungen gemacht? Also vielleicht auch aus anderen Therapien?*
- 275 FS *Ich habe nur ganz normale Logopädie zum Anfang mal bekommen. Das hat aber alles nicht so richtig genutzt. Ich*

- 280 *glaub das sagen dir auch alle... [lacht]... ist auch der Klassiker! Ist alles wirklich verschwendete Zeit. Also das muss ich wirklich mal sagen. Ich find die Logopäden an sich super, aber nicht für das Stottern! Ich war bei einer – sogar in Ismaning, obwohl ich da noch nicht in Ismaning gewohnt habe – und dann bei einer im Olympiazentrum und dann bei einer in der Stadt, ich glaube in Schwabing war das.*
- 285 CM Was war da der Unterschied? Also was war da in Kassel besser? Weil die einfach spezialisierter sind?
 FS *Ja... weil ich glaube, dass die Logopäden... ich dachte halt früher, dass Logopäden nur Stotterer behandeln. Dabei sind das irgendwie nur 10% oder jedenfalls total wenige. Und du gehst dann normalerweise nur ein Mal pro Woche hin für ne Dreiviertelstunde, das ist schon mal echt nicht viel. Und ja... ich denk sie...*
- 290 CM ... von der Kompetenz her einfach?
 FS *Ja, richtig. Die kennen sich einfach nicht so gut aus. Ich kenne mich in meinem Job gut aus, aber zu 5% kenne ich mich auch nicht so gut aus... das ist einfach so. Aber ich denke mal die Zeitkomponente ist schon ein großer Punkt einfach. Dass du mal drei Wochen in den Hintern getreten wirst...*
- 295 CM Dass man was ganz intensiv macht.
 FS *Ja, richtig.*
- 300 CM So. Ja ich glaube ich bin dann mit meinen Fragen schon am Ende angelangt!
 FS *Wow... das ging ja richtig schnell. Dann habe ich doch zu schnell gesprochen [lacht].*
- 305 CM Dann gibt es auch wieder einen großen Spaß beim Tippen! [lacht]
 Na dann schon mal vielen Dank!