Dorvan H. Breitenfeldt Delores Rustad Lorenz

SSMP Stotterer-Selbst-Management-Programm

Das Trainingsprogramm mit der "Ankündigung" als Entlastungsstrategie für jugendliche und erwachsene Stotterer

Aus dem Amerikanischen übersetzt und überarbeitet durch: Marianne Engelken, Silvia Herl-Peters, Carolin Forstreuter, Saskia Gülicher

PROLOG

SSMP-Umschlag_2017-05-09.indd 1 09.05.17 12:20



Die amerikanische Originalausgabe ist unter dem Titel Successful Stuttering Management Program (SSMP): for adolescent and adult stutterers erschienen.

Copyright der amerikanischen Originalausgabe © Dorvan H. Breitenfeldt, Ph.D., and Delores Rustad Lorenz, M.S., Eastem Washington University Press, Washington, 1999

Aus dem Amerikanischen übersetzt und überarbeitet durch: Marianne Engelken, Silvia Herl-Peters, Carolin Forstreuter, Saskia Gülicher

Inhaltliche Betreuung der vorliegenden Arbeit: Marianne Engelken (Logopädin) und Silvia Herl-Peters (Dipl.-Logopädin)

April 2002

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, verboten.

© ProLog

Layout und Satz: Sigrid Hecker, Mannheim Printed in Germany ISBN 978-3-93520-402-6

ProLog Therapie- und Lernmittel GmbH Olpener Straße 59 51103 Köln www.prolog-shop.de



Inhaltsverzeichnis

	Vorwort zur deutschen Übersetzung Vorwort	5
	Einleitung Die Geschichte des Programms	8
	Erläuterungen zum deutschen Stotterer-Selbst-Management-Programm Der Therapeut	10 11
	Diagnose Länge und Häufigkeit der Sitzungen Hausaufgaben	12 14 14
	Erforderliche Materialien und Ausrüstung	15
Sitzung 1	Tagesmotto: Den Neuanfang wagen Meine persönliche Einstellung zum Stottern Stotterfragebogen	16 18 20
	Roter Faden für die erste Videopräsentation Die Behandlung des Stotterers mit Sekundärsymptomatik	22
	Blickkontakt Die Ankündigung (Advertising) Logbuch	24 25 26
	Hausaufgaben	27
Sitzung 2	Tagesmotto: Stottern nicht vermeiden	28
	Stotterumfrage I Hausaufgaben	30 31
	Was tue ich, während ich stottere?	33
Sitzung 3	Tagesmotto: Strichliste führen	36
	Strichliste führen Spiegelarbeit	38 39
	Das Einfrieren	40
	Das Vermeiden Jetzt aber mal ehrlich!	41 42
	Hausaufgaben	44
Sitzung 4	Tagesmotto: Heute wird telefoniert	47
	Die Änderung der eigenen Einstellung ist Voraussetzung für ein erfolgreiches Stotter-Management	49
	Telefonieren	50
	Hausaufgaben	51
Sitzung 5	Tagesmotto: Vermeide das Vermeiden	54
	Entwicklung des Stotterns Sprechsituationen im Einkaufszentrum	55 58
	Hausaufgaben	62
	Ziele der Stotterumfragen	64
Sitzung 6	Tagesmotto: Lerne mehr über Stottern	65
	Ursachentheorien Hausaufgaben	67 72
Sitzung 7	Tagesmotto: Interessante Aspekte zum Thema Stottern	74
	Interessante Aspekte zum Thema Stottern	76
	Hausaufgaben	79

Sitzung 8	Tagesmotto: Heute beginnt mein neues Stotter-Leben Ende der ersten Phase: Folgende Ziele sollten nun erreicht sein Die Anlaut-Dehnung (Prolongation) Übungen zur Anlaut-Dehnung Hausaufgaben Was spricht für den Einsatz von Sprechtechniken?	81 83 84 85 89
Sitzung 9	Tagesmotto: Leichte Kontakte in der Anlaut-Dehnung Übungen zur Anlaut-Dehnung: Plosive in Wörtern und Sätzen Übungen zur Anlaut-Dehnung: "h" in Wörtern und Sätzen Stotterumfrage II Hausaufgaben	92 94 96 97 98
Sitzung 10	Tagesmotto: Erhöhte Aufmerksamkeit Die Nachbesserung (Cancellation) Die erhöhte Aufmerksamkeit (Higher Brain Power) Hausaufgaben	100 102 103 104
Sitzung 11	Tagesmotto: Änderungen in der Lebensweise Pull-out (Sich herausziehen) Gedanken zur Änderung der Lebensweise Exkursion ins Einkaufszentrum I Hausaufgaben	105 107 108 110 111
Sitzung 12	Tagesmotto: Transfer in den Alltag I Hausaufgaben	113 115
Sitzung 13	Tagesmotto: Kontrolliertes normales Sprechen Kontrolliertes normales Sprechen Leichtes Extra-Stottern (Negative Practice) Exkursion ins Einkaufszentrum II Hausaufgaben	118 120 121 122 124
Sitzung 14	Tagesmotto: Transfer in den Alltag II Hausaufgaben	125 127
Sitzung 15	Tagesmotto: Sei dein eigener Therapeut Humor Sei dein eigener Therapeut Stabilisierungsprogramm Abschluss-Rede Hausaufgaben	130 132 134 136 141 142
Sitzung 16	Tagesmotto: Erfolge müssen gepflegt werden Vorschläge für die Zeit nach der Therapie Sich ändern und wachsen Eine Geschichte von zwei Stotterern Abschließender Beurteilungsbogen Hausaufgaben	144 145 147 148 150
Sitzung 17	Tagesmotto: Abschlussfeier Vorschläge für Eltern und Freunde von Stotterern	153 154
	Literatur	157
	Übersicht der Sprachaufnahmen auf der CD: Übungen zur Anlautdehnung (Prolongation)	158



Vorwort zur deutschen Übersetzung

Das SSMP-Therapieprogramm wird seit nahezu drei Jahrzehnten erfolgreich in den USA durchgeführt. Die von Dorvan Breitenfeldt und Delores Lorenz entwickelte Therapie wird heute von jüngeren Therapeuten weitergeführt und ist fester Bestandteil der amerikanischen Non-avoidance-Therapierichtung.

Mit dem SSMP-Therapieprogramm liegt ein Therapiekonzept vor, das die Tradition von Charles Van Riper und Joseph Sheehan – für Therapeuten und Patienten – gewinnbringend weiterführt.

So bezieht sich der Aspekt des "Successful Management" im englischen Titel dieser Therapie – aus Sicht des Stotternden – auch nicht auf Heilung oder erfolgreiches Sprechen, sondern auf das erfolgreiche Handhaben, das erfolgreiche Umgehen mit dem Stottern. Dazu gehört zwar auch – und darauf legt die Therapie wert –, dem Stotternden ein flüssiges Sprechen zu ermöglichen, aber die Grundlage für Erfolg auf dem Feld der Sprechflüssigkeit liegt im Bereich der Einstellung zum Stottern und im Bereich des Selbstwertes, den ein Stotternder für sich empfindet.

Einzigartig ist an diesem Therapieprogramm, dass es in Form eines Manuals, einer Handanweisung sozusagen, genaueste Anweisung gibt, wie die Therapie durchzuführen ist. Dieses Buch versetzt Therapeuten in die Lage, einen vorgegebenen Therapieverlauf detailliert und zielgenau umzusetzen. Als Programm gibt es eine methodisch und inhaltlich außerordentlich gut durchdachte Therapie vor, deren Übungen, Texte und Therapieinterventionen zwar anspruchsvoll für den Therapeuten und den Patienten sind, die aber – wie ich aus eigener Erfahrung berichten kann – den Teilnehmern an diesem Therapieprogramm einen neuen erfolgreichen Umgang mit Stottern auf allen Ebenen ermöglicht.

Mit dem Mittel des "advertising", das im angloamerikanischen Sprachraum sowohl die Bedeutung von "Ankündigen" als auch von "Werbung für etwas machen" hat, hat die SSMP-Therapie eine originäre therapeutische Intervention gefunden, um bei den Patienten eine positive Haltung im Umgang mit dem Stottern und eine Steigerung des Selbstwertgefühls als Stotternder zu bewirken. Es ist für jeden Stotternden eine Herausforderung, sich angst- und schamfrei mit seinem Stottern darzustellen und selbstbewusst über Stottern zu informieren. Patienten, die am SSMP-Therapieprogramm teilnehmen, finden die besten Voraussetzungen vor, hier erfolgreich zu sein.

Die Sprechtechniken, die das SSMP vermittelt (Prolongationen und Pullout), und die zusätzlichen "Handhabungstechniken" (Nachbesserung und negative practice) sind bewährte Techniken, die es den Teilnehmern an der Therapie ermöglichen, ihr Sprechen durch Blockmodifikation sehr flüssig zu halten und die erreichte Sprechflüssigkeit über die Therapie hinaus zu stabilisieren.

Die durch das SSMP vorgegebene Festlegung auf einen solcherart "vorgeschriebenen", vordergründig unflexiblen Therapieablauf ruft unwillkürlich nach einer kritischen Position, die auf die Notwendigkeit des Eingehens auf die individuellen Bedürfnisse von Patienten verweist. Die Durchführung des SSMP-Programms widerspricht nicht grundsätzlich der Möglichkeit, auch individuell (z.B. in Form der Beratung) auf Patienten einzugehen. Das Programm ist jedoch in sich so geschlossen, besitzt eine nachvollziehbare innere Logik, die es nicht angeraten sein lässt, Teile des Programms auszulassen oder zu ersetzen.

Das SSMP-Programm ist eine deutliche Bereicherung für die Stottertherapie. Es ist dieser Therapie und der hinter diesem Konzept stehenden "Therapiephilosophie" zu wünschen, dass sie weite Verbreitung findet in der Welt der Stottertherapie. Wie kein anderes Therapiekonzept zielt es darauf ab, neben der Verwirklichung des individuellen Therapieerfolgs auch auf das negative Bild einzuwirken, das unsere Gesellschaft noch immer vom Stottern hat.

Hartmut Zückner

Teilnehmer am SSMP-Workshop Eastern Washington University 1997; Lehrlogopäde an der Lehranstalt für Logopädie des Universitätsklinikums Aachen

Vorwort

Vor einigen Jahren nahm ein Mann eine dreistündige Autofahrt auf sich, um mit mir zu Mittag zu essen. Er zog es vor zu fahren, anstatt das Telefon zu benutzen. Er hatte ein schweres Stotterproblem. An einer Stelle während unseres Mittagessens sah er mir in die Augen und sagte: "Wissen Sie, ich bin seit zwölf Jahren mit derselben Frau verheiratet, und ich habe ihr nie gesagt, dass ich stottere."

Für jemanden, der nicht stottert oder diese Störung nicht versteht, klingt das verrückt, ja fast unglaublich. Ich meine, wen glaubte er da auf den Arm zu nehmen?

Aber wir Stotterer wissen, wie wahr diese Geschichte ist, und während meiner bisherigen Erfahrungen mit Hunderten von Stotterern habe ich viele ähnliche Geschichten gesehen und gehört. Es war nicht seine Frau, vor der dieser Mann sein Stottern zu verbergen suchte. Eigentlich versuchte er es vor sich selbst zu verbergen.

Neben allem, was sonst noch über das Stottern gesagt werden kann, muss zugestanden werden, dass es sich um einen quälenden, Kräfte zehrenden und manchmal rätselhaften Zustand handelt, ein grausames Problem, das genug Schuld- und Schamgefühle mit sich bringt, um unser Leben zu ruinieren. Es braucht viel persönliche Kraft, um mit dieser Störung fertig zu werden und ein reichliches Maß an Selbstdisziplin, um sie unter Kontrolle zu bringen.

Wenn mich Leute fragen, ob eine bestimmte Stottertherapie gut ist, sage ich ihnen immer: "Dieses oder jedes andere Programm ist immer nur so gut wie Ihr es seid." Kein Programm, keine Behandlung oder Technik wird in und aus sich selbst heraus einem Stotterer helfen. Unsere Haltung uns selbst gegenüber, unser Stottern, die Welt um uns und unsere Bereitschaft uns zu verändern sind wesentliche Elemente, die entscheiden, wie erfolgreich wir sein werden, unser Stottern besser zu kontrollieren, und seine Auswirkungen auf unser Leben zu bestimmen.

Ich glaube, dass eine gute Therapie vier wesentliche Komponenten umfasst:

- I) Die Grundüberzeugung, dass Stottern ein "Zustand" ist, in dem eine Person sich befindet, dass dieser Zustand bei der großen Mehrheit der Erwachsenen chronisch ist und dass es das therapeutische Ziel ist, den Betroffenen dahin zu bringen, dass er das Problem so gut wie für ihn möglich "bewältigt".
- 2) Das Programm muss ganzheitlich sein, indem es die ganze Person und nicht nur das äußere Symptom des Stotterns behandelt.
- 3) Das Programm muss der Tatsache Rechnung tragen, dass Stotterer verschieden sind, unterschiedliche therapeutische Bedürfnisse haben und auf unterschiedliche Weise stottern. Das Programm sollte so durchgeführt werden, dass möglichst viele dieser individuellen Unterschiede einbezogen werden können.
- 4) Wenn möglich sollte ein Stotterprogramm mit einer Gruppe durchgeführt werden. Die Betroffenen brauchen sowohl die emotionale Unterstützung ihrer "Mitstotterer" als auch die gesteigerte Verantwortlichkeit, die die Gruppe bieten kann.

Ich habe mich sehr gefreut, als man mich bat, das Vorwort zu diesem Buch zu schreiben, da das *Successful Stuttering Management Program* alle diese Bestandteile enthält. Darüber hinaus kenne ich Dorvan Breitenfeldt und Dee Lorenz seit vielen Jahren. Wenn ich sie mit einem Wort beschreiben sollte, so mit dem Wort "weise". Man trifft viele bewanderte Menschen, aber nur wenn sich diese Kenntnis mit Erfahrung, Aufmerksamkeit und persönlichem Engagement verbindet, kann man jemanden als wirklich weise bezeichnen.

Als Besucher an der Eastern Washington University habe ich drei Sommer-Workshops des SSMP erlebt und ich kann sagen, dass es sich ohne Ausnahme um besondere Menschen handelt, die durch dieses Programm hindurchkommen. Die Disziplin und die harte Arbeit, die das Programm erfordert, die Selbstoffenbarung, die Herausforderung, sein Stottern offen und ehrlich zu tragen, das Band der Liebe und des Respekts, das zwischen den stotternden Men-





schen und ihren Therapeuten wächst, all das verbindet sich, um eine besondere, stärkere Person zu schaffen. Diese Person wird ihr oder sein Stottern besser unter Kontrolle haben und größerer persönlicher Freiheit entgegengehen. Und dies wird für den Rest ihres Lebens so bleiben. Viele Absolventen dieses Programms haben Selbsthilfegruppen in ihrer Nachbarschaft gegründet.

Keine Arbeit ihrer Art ist notwendiger als diese, und keine zwei Leute haben sich mehr das Recht erworben, ihr Wissen in den Dienst der Öffentlichkeit zu stellen, als Dorvan Breitenfeldt und Dee Lorenz. Es ist meine größte Hoffnung, dass Sie sich die Philosophie und das einzigartige Format des *Successful Stuttering Management Program* zu eigen machen. Es ist besonders für universitäre Sprachpathologie-Übungsprogramme geeignet, die das SSMP in dieser intensiven Form durchführen können, indem sie Studenten der Sprachpathologie in das Programm mit einbeziehen. Diese Studenten werden das, was sie gelernt haben, durch ihre gesamte berufliche Laufbahn tragen und das Leben zahlloser stotternder Kinder und Erwachsener bereichern.

Wie ich von dir, Dorv, gelernt habe zu sagen: Euch allen ein "Gutes Stottern!"

John Ahlbach

Ehemaliger geschäftsführender Direktor National Stuttering Project



Einleitung

Das Successful Stuttering Management Program (SSMP) ist für jugendliche und erwachsene Stotterer mit Sekundärsymptomatik konzipiert. Es kann an Lehranstalten für Logopädie, Universitäten, sprach- und sprechpathologischen Abteilungen von Kliniken und in niedergelassenen Praxen durchgeführt werden. Der Therapeut, der das Programm anwendet, sollte ein staatlich geprüfter, anerkannter Logopäde bzw. Sprachheilpädagoge sein. Jeder angehende Therapeut sollte unter der Supervision eines geprüften Therapeuten arbeiten. Viele gut motivierte Stotterer können das Programm allein durchführen. Schließlich ist der Stotterer selbst der Einzige, der lernen kann, sein Stottern erfolgreich zu bewältigen. Der Therapeut kann lediglich führen, anweisen, unterstützen und ermutigen.

Das Programm ist sowohl für Einzel- als auch für Gruppentherapie entworfen; jedoch ist es für eine Gruppe geschrieben (alles, was über eine Person hinausgeht, wird als Gruppe betrachtet). Der Gruppenansatz wird angeraten, sowohl wegen des gemeinsamen Interesses, als auch wegen der gegenseitigen Unterstützung, die während des Programms wächst, und, aller Wahrscheinlichkeit nach, auch nach der Therapie erhalten bleiben wird.

Das Successful Stuttering Management Program (SSMP) bietet einen praxisorientierten Ansatz zur Stottertherapie. Es ist ein handlungsorientiertes Programm, nicht eines in dem über das Stottern philosophiert, theoretisiert oder debattiert wird. Die dem Programm zugrundeliegende Überlegung ist, dass Stottern mit Sekundärsymptomatik eine einzigartige Kommunikationsstörung von bisher unbekanntem Ursprung ist, die – wie andere menschliche Krankheiten auch – nicht geheilt werden kann. Jedoch kann der Stotterer lernen, sein Stottern zu bewältigen und sein Sprechen so weit in den Griff zu bekommen, dass er als Stotterer in jeder Situation ohne übermäßige Belastung für sich selbst oder seinen Zuhörer kommunizieren kann. Der Therapeut wird dieses Therapieprogramm durchführen und lenken, aber es liegt in der Verantwortung des Stotterers, nicht nur die Tatsache zu akzeptieren, dass er ein Stotterer ist, sondern auch die Art und Weise seiner Kommunikation so zu verändern, dass sie sozial akzeptierter und effektiver wird.