

Stimmprävention „vor Ort“: LogopädieschülerInnen gehen in Schulen und Kindergärten

Karin Bartl-van Eys

Zusammenfassung

An der Lehranstalt für Logopädie der RWTH Aachen praktizieren SchülerInnen im Rahmen der Ausbildung im Fachbereich Stimme seit 2002 ein Präventionskonzept, das sich an Berufssprecher richtet und direkt in Schulen, Kindergärten u.ä. angeboten und erprobt wird. Die eintägigen Veranstaltungen geben den Betroffenen Anstöße, sich mit der eigenen Stimme auseinander zu setzen, die angehenden LogopädInnen gewinnen wertvolle Erfahrungen für ihre praktische Ausbildung und die betreuenden Lehrlogopädinnen können die Kenntnisse ihrer SchülerInnen „in vivo“ überprüfen.



Karin Bartl-van Eys

ist ausgebildete Lehrerin (Kunst und Deutsch, Sekundarstufe I), schulte aber nach der Referendarzeit in Bremen zur Logopädie um. Nach ihrer Ausbildung in Köln war sie in einer Praxis, einem integrativem Kindergarten der Lebenshilfe und bei Radio Aachen tätig. Seit 1997 ist sie

Lehrlogopädin für Stimme an der Lehranstalt Aachen. Darüberhinaus leitet sie verschiedene Seminare zu Stimmprävention.

Notwendige Prävention

Heiserkeit, Räusperzwang, Stimmermü- dung – dies sind typische Parameter einer Dysphonie und vor allem für Berufssprecher (Lehrer, Erzieher, Hörfunksprecher etc.), die in besonderem Maße auf die Qualität und Leistungsfähigkeit ihrer Stimme angewiesen sind, deutliche Anzeichen, die auf Stimmüberlastung oder falschen Stimmgebrauch hinweisen. Oft werden die ersten Beschwerden selbst behandelt und nicht weiter ernst genommen. Erst wenn häufig wiederkehrende Symptome oder gar Stimmverlust auftreten, werden therapeutische Interventionen in Anspruch genommen bzw. die Logopädin aufgesucht.

Untersuchungen (Hamann, 1996; Berger, 1998) belegen, dass etwa 45-60 % der Lehrer bereits Stimmprobleme beschreiben bzw. einen auffälligen Stimmbefund vorweisen. Eigentlich ist dies eine Situation, die gerade für Berufssprecher völlig unakzeptabel erscheint. Könnten doch eine rechtzeitige Beratung über Stimmhygiene oder entsprechende präventive Maßnahmen, die eventuell schon in die Ausbildung

integriert würden, viele krankheitsbedingte Ausfälle verhindern.

Manager und Politiker, bei denen die Durchsetzungsfähigkeit und Überzeugungskraft der Stimme eine entscheidende Rolle spielt, nutzen schon seit langem spezielle Rhetorik- und Stimmtrainingsseminare, um Eloquenz und Ausdruck der Stimme zu fördern. Für Schauspieler und Sänger, die besonders sensibel auf die Veränderungen ihrer Stimme reagieren, gehören spezielle Übungen und stimmhygienische Maßnahmen schon immer zum festen Repertoire. Darüber hinaus steigert auch die Entwicklung neuer Berufsfelder (z.B. Call-Center), in denen die Stimme wesentliches Medium zur Übermittlung von Informationen ist, das Interesse an Prävention für Berufssprecher.

Angebote für Berufssprecher

All diese Überlegungen führten im Stimmteam an der Lehranstalt für Logopädie der RWTH Aachen dazu, sich eingehender mit dem Bereich „Prävention“ zu beschäftigen

und verschiedene Angebote für Berufssprecher zu erarbeiten, die auch im Rahmen der Ausbildung an der Lehranstalt integriert werden konnten.

So besteht schon seit 1995 in Zusammenarbeit mit der Klinik für Phoniatrie und Pädaudiologie und der RWTH Aachen (Romanische Philologie) ein Projekt, das Präventionsmaßnahmen für Studenten anbietet (Oetken-Ishorst & Zückner, 1998). Neben Vorträgen zur Anatomie und Physiologie der Stimme werden Praxistermine angeboten, die unter Supervision der LehrlogopädInnen von SchülerInnen der Lehranstalt geleitet werden.

Die Resonanz war über die Jahre hinweg durchweg sehr positiv. Viele Teilnehmer wünschten sich die Integration von Stimmseminaren als festen Ausbildungsbestandteil in das Studium, um beispielsweise schon vor Eintritt in die Referendarzeit an ihrer Stimme arbeiten zu können, bzw. eine Weiterführung dieser Angebote. Auch die Idee, berufsbegleitende Maßnahmen zu entwickeln, wurde immer wieder diskutiert.

Probelauf bei angehenden Sozialpädagogen

Aus all diesen Erfahrungen heraus entstand die Idee, „direkte“ Prävention anzubieten und ein Konzept zu entwickeln, das verschiedenste Berufssprecher bereits in der Ausbildung oder aber auch in ihrer jeweiligen Arbeitssituation erreicht. Lehrerkollegien, Teams in Kindergärten bzw. Fachschulen für Erzieher waren die ersten Ansprechpartner.

Die Veranstaltungen „vor Ort“ stattfinden zu lassen, also das konkrete Umfeld (Räumlichkeiten von Schule/Kindergarten etc.) mit einzubeziehen und Berufssprecher in ihrem Alltag zu erleben, eröffnet einen neuen Bereich für die Ausbildung. Im Rahmen des Unterrichts im Fachgebiet Stimme beschäftigen sich die SchülerInnen neben funktionellen und organischen Stimmstörungen auch mit speziellen Anliegen der Berufssprecher.

Über die Theorie hinaus können die SchülerInnen so auf sehr anschauliche Weise erfahren, welche Bedingungen und Einflüsse für die jeweilige Zielgruppe relevant sind (z.B. Raumgröße, Lautstärke, Klima etc.) und dies in ihr therapeutisches Vorgehen mit einbeziehen. Zudem erhalten sie damit eine weitere Möglichkeit, ihre theoretischen und praktischen Kenntnisse zu vertiefen und sie auf die jeweiligen Adressaten bezogen zu präsentieren.

Im Wintersemester 2003 startete in Zusammenarbeit mit der Fachschule für Sozialpädagogik (Clara-Fey-Schule Aachen) ein erster „Probelauf“. Die Veranstaltung zur Prävention war für einen Tag konzipiert und wurde im Rahmen des Berufspraktikums (Erzieher) angeboten.

Die theoretischen Inhalte (siehe Tab. 1 nächste Seite) wurden in Form von Vorträgen erarbeitet, auf die Adressatengruppe

zugeschnitten und durch verschiedene Medien (Folien, Film etc.) illustriert.

Die SchülerInnen stellten in Anlehnung an den Aachener Rahmenplan verschiedene Übungen aus den Bereichen der Stimmtherapie zusammen und erprobten sie zunächst untereinander in Rollenspielen. Durch Probevorträge unter Anleitung der LehrlogopädInnen wurden sie vorbereitet und noch anstehende Fragen und Unsicherheiten geklärt. Dies erwies sich als sehr wichtig, da vor allem die zeitliche Planung eine große Rolle spielt und oft nicht richtig eingeschätzt werden kann.

Selbständige Durchführung

Die Anleitung soll von den SchülerInnen selbständig durchgeführt werden. Die jeweilige LehrlogopädIn übernimmt nur eine begleitende und unterstützende Funktion und notiert sich gegebenenfalls Beobachtungen (Anregungen, Kritik etc.)

für Reflexion und Nachbesprechung. Insgesamt besteht die Präventionsveranstaltung aus folgenden Teilen:

► **Im Einführungsteil** stellen die SchülerInnen die Aufgabengebiete der Logopädie, die Ausbildung und das Konzept zur Prävention für Berufssprecher vor, was sich für den interdisziplinären Austausch als sehr spannend erweist. So berichteten in der ersten Veranstaltung die Erzieher über Probleme mit der eigenen Stimme und ihre Erfahrungen im Praktikum. Einige beschrieben bereits Stimmauffälligkeiten oder Einschränkungen nach einem längeren Arbeitsabschnitt. Auch räumliche Bedingungen (z.B. kleine Stühle im Kindergarten/Turnhallen) wurden thematisiert.

► **Im Theorieteil** werden Anatomie und Physiologie der Stimmgebung vorgestellt, die verschiedenen Bereiche (Atmung, Tonus, Artikulation etc.) erklärt und der Zusammenhang zwischen Stimme und Person erläutert. Obwohl die Teilnehmer großes Interesse zeigen, erweist sich dieser



Erklärung der Anatomie als wichtigen Baustein für die Stimmgebung

Teil als sehr schwierig, da kaum Vorkenntnisse vorhanden sind und z.B. anatomische Grundlagen nicht vorausgesetzt werden können.

► **Im Praxisteil** teilt sich der Kurs in vier Kleingruppen auf, die jeweils durch eine SchülerIn angeleitet werden. Hier werden Übungen aus den Bereichen Tonus, Atmung, Phonation usw. exemplarisch vor-

gestellt und erprobt. Durch die praktische Umsetzung kann der Bezug zur Stimme direkt erfahrbar gemacht werden, was den Teilnehmern sehr entgegenkommt. Erste Hinweise zur Stimmverbesserung oder zu stimmhygienischen Maßnahmen können gegeben werden

► **Zum Abschluss** treffen sich alle Gruppen zu einer gemeinsamen Reflexion,

in der sowohl Rückmeldungen zum Verlauf als auch zur Präsentation durch die SchülerInnen erfragt werden (siehe Tab. 2 „Fragekatalog“).

Die SchülerInnen verfassen eine schriftliche Darstellung ihrer Erfahrungen, die anschließend mit den LehrlogopädInnen besprochen werden.

Insgesamt zeigt sich, dass das Konzept gut aufgenommen und weiteres Interesse geweckt wird. Auch die Präsentation der SchülerInnen erhält durchgängig hohe Anerkennung, da vielen bewusst ist, dass die Arbeit mit „fremden Gruppen“ im Rahmen der Ausbildung sehr angstbesetzt ist. Durch die positiven Rückmeldungen verstärkt, entwickelten die SchülerInnen seit dem Probelauf durch Kurs 2002 viele neue Ideen. Das Konzept (s. Tab 1) wurde seither noch erweitert und von weiteren Kursen bereits in Kindergärten und Grundschulen umgesetzt.

Positive Erfahrungen auf allen Seiten

Die Nachfrage nach dieser Art der „Prävention“ ist gleichbleibend hoch und die Rückmeldungen sind durchweg positiv. Viele Teilnehmer erklärten, dass diese Ver-

Tab. 1: Aufbau und Inhalte der Präventionsveranstaltung

Einführung	ca. 1 UE
Vorstellung der Referenten (Schüler/Lehrlogopäde)	<ul style="list-style-type: none"> Idee und Vorstellen des Konzeptes Anleitung durch die Schüler (> Präsentation) Logopädenausbildung/Ausbildungsjahr etc. Übersicht über Tagesablauf
Adressatenbezug Erwartungen der Teilnehmer	<ul style="list-style-type: none"> Berufsumfeld Erfahrungen und Probleme mit der eigenen Stimme Erfahrungen mit Stimmtherapie
Aufgabengebiete der Logopädie	<ul style="list-style-type: none"> Inhalte und Patientengruppen Spezielle Zielgruppe und Situation - Berufssprecher Inhalte und Bereiche einer Stimmtherapie Bedeutung präventiver Maßnahmen „Stimmhygiene“
Theorie	Vorträge/Film (ca. 1 UE)
Anatomie und Physiologie der Stimme (Abfolge und Inhalte der Einzelvorträge kann je nach Bezugsgruppe variiert werden)	<ul style="list-style-type: none"> Aufbau und Funktion des Kehlkopfes Stimmgebung Stimmentwicklung Stimmstörungen Bedeutung und Zusammenhang Tonus, Atmung, Artikulation etc. Stimme und Person
Praxis	Anleitung in Kleingruppen (ca. 3 UE)
Je nach Anzahl der Teilnehmer werden Kleingruppen (ca. 6-8 Personen) gebildet, die durch eine SchülerIn oder ein SchülerInnen-Team angeleitet werden. Kleingruppen bieten den Vorteil, dass individuelle Wünsche berücksichtigt oder auch Stimmprobleme in speziellen Situationen besprochen werden können (z.B. Sportunterricht). Grundsätzlich ist es wichtig, den Zusammenhang zwischen Stimme und persönlichen Voraussetzungen und Lebensumständen herzustellen. Auch wenn sich nicht alle Fragen klären lassen, werden vielen Teilnehmern Aspekte deutlich, an denen sie später noch individuell arbeiten können.	
Die Übungen aus den Bereichen (Tonus, Atmung, Artikulation, Phonation) werden möglichst auf die Berufsgruppe bezogen zusammengestellt und dann mit den Teilnehmern erprobt. Neben Anleitungen zur Wahrnehmung und physiologischen Aufrichtung bieten sich vor allem Einheiten an, die direkt in den Alltag integriert werden können und in Verbindung zur Stimme stehen, z.B. Anleitung zur Selbst- und Fremdeinschätzung von	
<ul style="list-style-type: none"> Stimmklang, Stimmlage, Resonanz Übungen zur Phraseneinteilung (z.B. Lesetexte) Übungen zu Stimmein- und -absätzen Übungen zur Artikulationsweite (Korkensprechen/Kauübungen nach Fröschels) Erarbeitung der Rufstimme etc. 	
sowie Vorstellung und Übung von Entspannungsverfahren (Eutonie, Jacobsen u.a.).	
Reflexion	ca. 1 UE
„Feedback-Runde“ an, in der die Teilnehmer noch Fragen stellen bzw. Rückmeldungen an die Schüler geben können (siehe Tab. 2 „Fragenkatalog“).	



Stimmübungen werden angeleitet



Die Arbeit in Kleingruppen bietet die Möglichkeit, individuelle Fragen zu besprechen

anstellung für sie die erste Möglichkeit war, sich mit ihrer eigenen Stimme und eventuell schon auftretenden Beschwerden auseinander zu setzen und die Möglichkeiten von Prävention und logopädischer Therapie kennen zu lernen. Im Rahmen der Ausbildung zur Logopädin bildet dieses Konzept

für die SchülerInnen neben den schon erwähnten Aspekten eine gute Möglichkeit, ihre theoretischen und praktischen Kenntnisse zu vertiefen und sie vor „fremden Gruppen“ zu präsentieren. Die individuelle Aufbereitung der Themen und Übungen festigt das Wissen über Therapieverfahren, Methoden und deren Hintergründe. Die Teilung der jeweiligen Aufgaben und die gegenseitige Verstärkung/Kritik fördert die Arbeit im Team.

Durch die Anleitung von „Kleingruppen“ wird zudem die therapeutische Kompetenz verstärkt und die SchülerInnen werden auf den Berufsalltag vorbereitet. Gleichzeitig wächst das Selbstbewusstsein durch die Erfahrung, sich in einer „neuen Situation“ bewährt zu haben. Für die Lehrlogopädin stellt diese Veranstaltung eine sehr gute Gelegenheit dar, die Kenntnisse der SchülerInnen zu überprüfen und deren Rolle als angehende TherapeutInnen zu stärken.

Insgesamt ist dies ein Konzept, das neben der Arbeit mit einzelnen Patienten die praktische Ausbildung der SchülerInnen (auch außerhalb der Schule) ergänzen kann. Begriffe wie „Transfer“, „in-vivo“ usw. werden transparenter und Probleme der Berufssprecher können konkreter in therapeutische Prozesse mit einbezogen werden. Angesichts der Veränderungen im Gesundheitswesen bieten diese Angebote vielleicht auch die Möglichkeit, andere Aspekte unserer Tätigkeit zu eröffnen und die SchülerInnen auf den Beruf vorzubereiten.

Tab. 2: Fragenkatalog

1. Wie fanden Sie den Aufbau der Veranstaltung? Einführung/Theorie/Praxis/Reflexion?
2. Waren die einzelnen Abschnitte gut aufeinander abgestimmt?
3. Wurden die Inhalte gut verständlich präsentiert? (Einsatz der Medien/Vorträge etc.)
4. Hätten Sie sich noch andere Inhalte gewünscht? Wenn ja, welche?
5. Entsprachen die Inhalte Ihren Erwartungen?
6. Hätten Sie sich für den Praxisteil mehr/weniger Zeit gewünscht?
7. Konnten Sie Erfahrungen mit Ihrer eigenen Stimme machen?
8. Finden Sie die Dauer der gesamten Veranstaltung angemessen?
9. Haben Sie Veränderungsvorschläge?
10. Welche Informationen haben Sie vermisst?

Die Fragen können je nach Gruppe variieren

Literaturhinweise

- Argyle, M. (2002). *Körpersprache & Kommunikation. Handbuch zur Nonverbalen Kommunikation*, 8. Aufl. Paderborn: Junfermann
- Bartl-van Eys, K.; Daniel, S. (1998). Unveröffentlichtes Unterrichtsskript der Lehranstalt für Logopädie des Universitätsklinikums der RWTH Aachen
- Bernhard, B. (2003). *Sprechen im Beruf. Der wirksame Einsatz der Stimme*. Wien: Österreichischer Bundesverlag
- Beushausen, U. (2004). *Sicher und frei reden. Sprechängste erfolgreich abbauen*. München: E. Reinhardt
- Eckert, H.; Laver, J. (1994). *Menschen und ihre Stimmen. Aspekte der vokalen Kommunikation*. Weinheim: Beltz Psychologie Verlags Union
- Linklater, K. (2001). *Die persönliche Stimme entwickeln*. München: Ernst Reinhardt
- Oetken-Ishorst, E.; Zückner, H. (1998). Stimm- schulung als Prävention bei Berufssprechern. *Forum Logopädie* 4 (12), 17-19
- Stengel, I.; Strauch, Th. (1996). *Stimme und Person. Personale Stimmentwicklung. Personale Stimmtherapie*. Stuttgart: Klett-Cotta
- Wendtlandt, W. (2003). *Veränderungstraining im Alltag. Eine Anleitung zur In-vivo Arbeit in Therapie, Beratung und Selbsthilfe*. Stuttgart: Thieme
- Widhalm, B. (2004). *Stimmtherapie in der Gruppe. Ein Konzept und seine Effektivität*. Idstein: Schulz-Kirchner

Die Autorin freut sich über Rückmeldungen.

Autorin

Karin Bartl-van Eys
Lehrlogopädin
Lehranstalt für Logopädie
Universitätsklinikum Aachen
Pauwelstr. 30
52074 Aachen
kbartl-vaneys@ukaachen.de