

Methodik und Effektivität von Stimmseminaren für Lehrkräfte

Präventionsprojekt des niedersächsischen Kultusministeriums positiv evaluiert

Ulla Beushausen, Birte Meier

ZUSAMMENFASSUNG. Ein sowohl verhaltens- als auch verhältnispräventives Konzept für Stimmseminare zur Vorbeugung von Stimmstörungen bei Berufssprechern (Zielgruppe Lehrkräfte) wird vorgestellt. Die berufliche Teilhabe der Lehrenden steht dabei im Mittelpunkt. Die Evaluationsergebnisse von 27 Seminaren mit 286 Teilnehmern zeigen drei Monate nach dem Training höchst signifikante Verbesserungen in der Selbsteinschätzung der Belastbarkeit der Stimme ($p=0.001$). Die Evaluation der Seminarstruktur erbrachte eine 91%ige Zufriedenheit mit den Inhalten sowie eine 89%ige Zufriedenheit mit der Struktur des Seminars und belegt einen hohen Praxisbezug für den Berufsalltag der Lehrkräfte.

Schlüsselwörter: Stimme – Lehrer – Prävention – Stimmstörung – Stimmtraining – Stimmgesundheit

Einleitung

Lehrkräfte sind als Berufssprecherinnen und -sprecher in hohem Maße gefährdet, im Laufe ihres Berufslebens an einer Stimmstörung zu erkranken (Beushausen 2014a). Die Faktoren, die eine Stimmstörung auslösen können und deshalb verändert werden sollen, lassen sich der *Verhaltens-* oder *Verhältnisprävention* zuordnen (siehe Abb. 1 in Lukaschyk in dieser Ausgabe, S. 6).

Beispiele für verhaltenspräventive Inhalte in Stimmseminaren

- Stimmtechnik in konkreten Sprechsituationen
- Stimmhygiene: Warm-up-Übungen, Cool-down-Übungen etc.
- Früherkennung von Stimmstörungen
- Stressabbau
- regelmäßige Kurzpausen
- Arbeitsorganisation optimieren
- Umgang mit lauten Klassen reflektieren
- Reduktion der Sprechanteile

Beispiele für verhältnispräventive Maßnahmen in Stimmseminaren

- Akustische Raumsanierung
- Lärmreduktion im Raum
- Gutes Raumklima schaffen (Luftfeuchte)
- ergonomisches Mobiliar
- Ruheräume
- Arbeitsabläufe intern optimieren
- Stimmverstärkende Technikausstattung

Stimmseminare zur Prävention von Stimmstörungen, die die Stimmökonomie in den Vordergrund stellen, sollen hier in der Regel Abhilfe schaffen. Die Effektivität solcher unterschiedlich konstruierter Kurse zur Verhaltensprävention konnte für verschiedene Zielgruppen von Berufssprechern bereits umfangreich nachgewiesen werden (Relekar & Mukundan 2017, Richter et al. 2015, Pizolato et al. 2013, Faham et al. 2016, Duffy & Hazlett 2004, Pasa et al. 2007 u.a.).

Anders sieht die Evidenzlage für den Bereich der Verhältnisprävention aus. Zwar wurden stimmunterstützende Maßnahmen wie der Einsatz von Sound-Fieldanlagen/Frequenzmodulationsanlagen bereits untersucht (z.B. Dockrell & Shiel 2012). Solche Anlagen bewirken eine Entlastung für stimmgestörte Lehrkräfte sowie eine Verbesserung des Zuhörens und der Aufmerksamkeit aufseiten der Schülerinnen und Schüler. Die Auswirkungen der Arbeitsbedingungen im Setting Schule (Lärm, Akustik etc.) auf das stimmliche Verhalten und die Stimmgesundheit von Lehrkräften stand jedoch bisher kaum im Fokus. Erste Studien zeigen den erwartbaren Zusammenhang zwischen Lautheit am Arbeitsplatz sowie der Klassenstärke und dem subjektiven Stimmbelastungsempfinden (Munier & Farrell 2015, Phadke et al. 2018).

Um die Nachhaltigkeit von Stimmseminaren zu erhöhen, muss eine enge Verzahnung zwischen Verhaltens- und Verhältnisprävention angestrebt werden. Denn selbst die

Dr. Ulla Beushausen ist Professorin für Logopädie an der HAWK Hochschule Hildesheim. Ihre Ausbildung zur Logopädin absolvierte sie an den Universitätskliniken in Ulm und Heidelberg, anschließend schloss sie ein Studium der Psycholinguistik, Sprachbehindertenpädagogik und Phonetik ab und promovierte zum Dr. phil. an der Ludwig-Maximilians-Universität München. Sie leitet die Projekte zur Stimmprävention in Niedersachsen in Kooperation mit dem Kultusministerium und des NLQ.



Birte Meier (M.Sc.) ist Koordinatorin für den Studiengang Therapiewissenschaften Studienrichtung Logopädie am Gesundheitscampus Göttingen. Ihre Ausbildung zur Logopädin absolvierte sie an der Schule für Logopädie der Universitätsmedizin Göttingen und erlangte ihren Bachelor- und Masterabschluss an der HAWK Hildesheim. Als Mitarbeiterin an der HAWK führte sie im Projekt zur Stimmprävention in Niedersachsen die Evaluation durch.



ökonomischste Sprechtechnik dürfte bei extremen raumakustischen Konstellationen irgendwann an ihre Grenzen stoßen. Der konkrete Inhalt von Stimmseminaren wurde bisher vergleichsweise selten diskutiert. Qualitätsmerkmale von Stimmseminaren in der Verhaltensprävention wären beispielsweise der Grad der Orientierung am Berufsalltag der Lehrenden, der Umfang eines individuellen Coachings für jede Lehrkraft in einem Gruppentraining sowie die Evaluation der Wirksamkeit und Nachhaltigkeit der Stimmseminare (Beushausen et al. 2015). Ein weiteres Qualitätskriterium für Stimmtrainings muss im Sinne der Verhältnisprävention aber auch der Umfang der Vermittlung von Wissen zum Umgang mit Lärm und zur Veränderung der Raumakustik – einschließlich bautechnischer Maßnahmen – sein.

Prävention von Stimmstörungen in Niedersachsen

2014 wurde in Niedersachsen ein Projekt zur Prävention von Stimmstörungen bei Lehrkräften von der Abteilung Arbeits- und Gesundheitsschutz des Kultusministeriums ins Leben gerufen. Dieses beinhaltete die Konzeptentwicklung von Stimmseminaren, die Qualifizierung geeigneter Stimmtrainerinnen und -trainer sowie die Evaluation der Wirksamkeit der Stimmseminare über zwei Jahre (Beushausen et al. 2011, 2015; Meier & Beushausen 2016).

Konzeption der Seminare

Die Situation von Lehrkräften ist geprägt durch eine hohe Sprechbelastung mit wechselnden stimmlichen Anforderungen (Sprechen, Rufen, Singen etc.), Sprechen im und gegen Lärm und Sprechen in einer (oft) unzureichenden Raumakustik. Um diesen Anforderungen gerecht zu werden, müssen Stimmseminare mindestens aus drei Bausteinen bestehen: der berufsaltagsgerechten Vermittlung einer ökonomischen Stimmtechnik, einem individuellen Coachinganteil für jede Lehrkraft sowie Informationen zur Verbesserung der Raumakustik und zum Umgang mit Lärm (Beushausen et al. 2014).

Orientierung am Berufsalltag

Die Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit (ICF, DIMDI 2005) vereint die wesentlichen Komponenten (Stimmfunktion, Aktivität, Partizipation und Umweltfaktoren) zu einer detaillierten Beschreibung aller Facetten der Stimme von Lehrkräften im Berufsalltag. Erfordernisse der Lehrkräfte in konkreten Sprechsituationen unter spezifischen raumakustischen Umgebungen stehen dann im Mittelpunkt von Stimmseminaren (Menzel & Beushausen 2004).

Dieser situationsspezifische Ansatz trifft auch die Erwartungen, die Lehrkräfte an Stimmseminare haben, nämlich konkrete Bewältigungsstrategien für belastende Sprechsituationen im Schulalltag vermittelt zu bekommen (ebd.) und diese auch individuell erproben zu können. Der entscheidende Vorteil dieser Herangehensweise gegenüber dem isolierten Training einzelner Kategorien der Stimmfunktion, z.B. isolierter Atem-, Entspannungs-, Lockerungs- oder Phonationsübungen, liegt darin, dass der Transfer des Erlernten in den beruflichen Alltag einer Lehrkraft direkter und schneller erfolgen kann.

Hoher Coachinganteil

Ein Einzel-Coaching für jede(n) Seminarteilnehmerin und -teilnehmer sollte fester Bestandteil von Stimmseminaren zur Prävention von Stimmstörungen sein. Hierzu gehört eine individuelle Stimmanalyse in einer konkreten (Sprech-)Situation, aus der sich Verbesserungsstrategien ableiten lassen, die anschließend praktisch erprobt werden. Problemlösestrategien aus verschiedenen Bereichen wie beispielsweise der Stimm- und Atemtechnik, der Stressbewältigung oder dem Optimieren der räumlichen Gegebenheiten kommen zum Einsatz (Beushausen et al. 2015).

Information zum Umgang mit Lärm

Der Stressfaktor *Lärm* als externer Risikofaktor für die Entstehung von Stimmstörungen ist eine Kombination aus störenden Hintergrundgeräuschen und schlechter räumlicher Akustik. Stimmseminare müssen deshalb sowohl über Maßnahmen zur Verbesserung der Raumakustik als auch über pädagogische Hilfen zur Vermeidung von Lärm informieren. Auch die Möglichkeiten der Zusammenarbeit von Schulen mit den Fachkräften für Arbeitssicherheit im Rahmen der Verordnungen des Arbeitsschutzes sollte thematisiert werden (Beushausen et al. 2015; Beushausen 2014b).

Rahmenbedingungen

Um einen hohen Coachinganteil zu ermöglichen, sollten an einem Stimmseminar nicht mehr als acht bis zwölf Lehrkräfte teilnehmen. Die zweitägigen Seminare (insgesamt achtmal 1,5 Stunden) werden als *schulinterne Lehrerfortbildung (Schilf)* für Schulkollegen direkt am Arbeitsplatz der Lehrkräfte in den jeweiligen Schulen oder als *gemischte Seminare* für einzelne Lehrkräfte aus verschiedenen Schulformen und verschiedenen Fachrichtungen im Rahmen der regionalen Lehrerfortbildung durchgeführt.

Qualifizierung der ReferentInnen von Stimmseminaren

In zweitägigen Qualifizierungsveranstaltungen für die Referentinnen und Referenten wurden Komponenten zur Sicherstellung qualitativ hochwertiger und einheitlicher Veranstaltungen thematisiert. Dies waren insbesondere der theoretische Hintergrund der Stimmseminare und ihre praktischen Inhalte, die Beachtung von beeinflussenden Umweltfaktoren im Setting Schule, die zur Durchführung der Seminare erforderlichen didaktischen Kompetenzen sowie im Bereich Qualitätssicherung Informationen zur Evaluation und zum Datenschutz.

■ **Abb. 1: Ergebnisse des SPBS vor und drei Monate nach den Stimmseminaren**

Messzeitpunkt	Anzahl Bögen	MW	Min.	Max.	SD	Anteil der Befragten UNTER Cut-off-Wert (< 63 P.)	Anteil der Befragten ÜBER Cut-off-Wert (≥ 63 P.)
Vor dem Seminar	208	70,98	36	126	16,24	35,1 %	64,9 %
Nach drei Monaten	108	64,39	35	107	16,02	50,0 %	50,0 %
Differenzen		-6,59		-19		+ 14,9 %	-14,9 %

Anmerkungen: Es wurden nur vollständig ausgefüllte Fragebögen berücksichtigt. Niedrigster möglicher Wert: 31 Punkte. Höchster möglicher Wert: 155 Punkte. Cut-off-Wert: ≥ 64 Punkte.

Evaluation der Stimmseminare

Im Rahmen der Evaluation wurden 27 Seminare mit insgesamt 286 Lehrerinnen und Lehrern aus allen Schulformen erfasst. Alle Seminare wurden nach den Vorgaben des oben dargestellten Curriculums durchgeführt. Pro Seminar nahmen durchschnittlich 10,6 Lehrende teil. Die Evaluation umfasste unterschiedliche Fragebogenerhebungen zu drei Messzeitpunkten (vor dem Seminar, direkt nach dem Seminar sowie drei Monate später), die folgende Bereiche erfassten:

- die Selbsteinschätzung zur Belastbarkeit der Stimme und von Stimmproblemen mit dem „Stimmprofil für Berufssprecher“

(SPBS, Ehlert 2011, Beschreibung siehe Lukaschyk in dieser Ausgabe, S. 6ff) vor dem Seminar (Papierversion) sowie drei Monate später (Online-Version)

- die Erhebung der Zufriedenheit der Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Stimmseminare zu Inhalten, Methoden, Lehrverhalten und Praxisnähe der Stimmseminare direkt nach dem Seminar
- eine Online-Befragung zur praktischen Umsetzung der Seminarinhalte im Berufsalltag drei Monate nach dem Seminar.

Die Rücklaufquote der Fragebögen betrug sowohl für das SPBS als auch für den Evaluationsfragebogen zum Zeitpunkt des Seminars 94,1 % (269 Teilnehmende) sowie

nach drei Monaten für das SPBS 49,3 % (141 Teilnehmende) und den Online-Fragebogen 50,3 % (144 Teilnehmende).

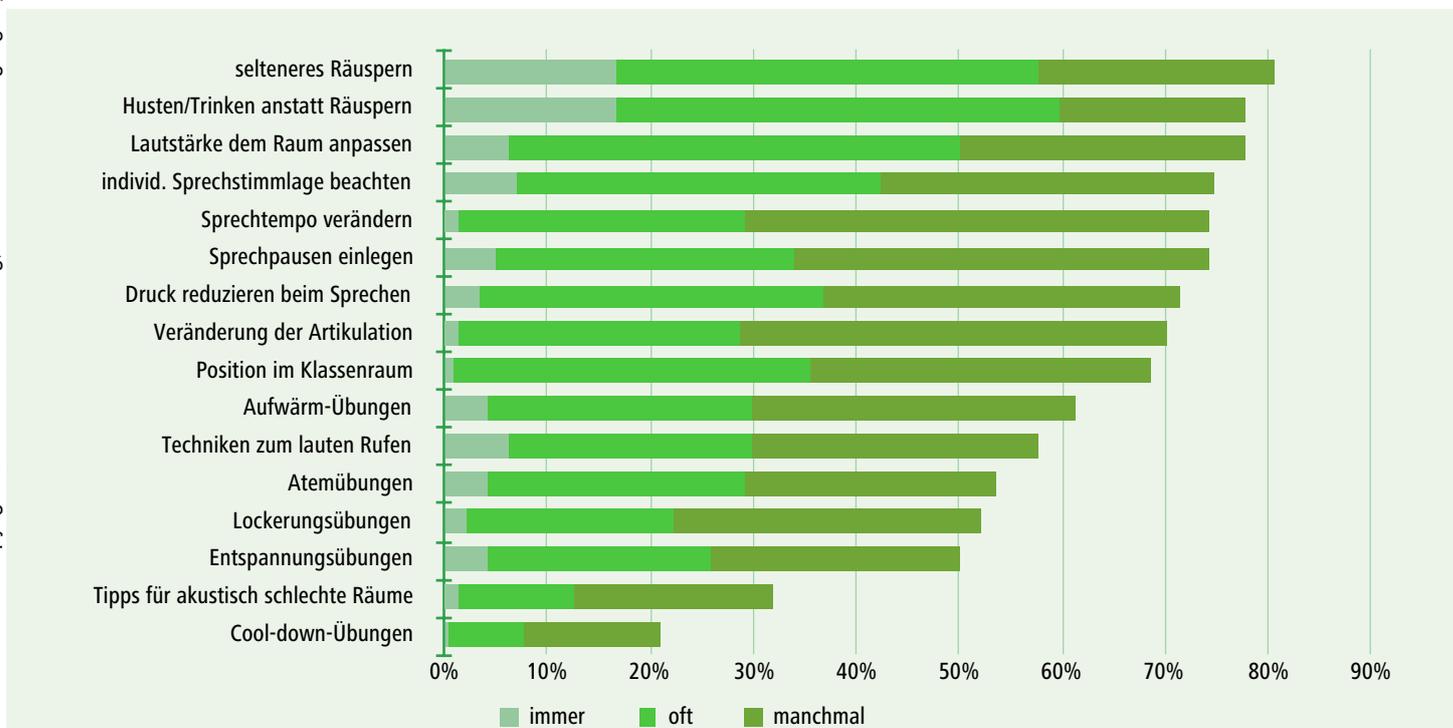
Stimmprofil für Berufssprecher

Die Auswertung des Stimmprofils für Berufssprecher ergab, dass mit 64,9 % knapp zwei Drittel der teilnehmenden Lehrerinnen und Lehrer vor dem Seminar bereits von einer Stimmstörung betroffen waren bzw. ein erhöhtes Risiko aufwiesen, eine Stimmstörung zu entwickeln. Drei Monate nach dem Seminar lag die Anzahl bei 50,0% und war somit um 14,9% geringer. Die Unterschiede zwischen den beiden Erhebungszeitpunkten vor dem Seminar und drei Monate danach sind höchst signifikant (p=0,001, Abb. 1, Cut-off-Wert ≥ 64).

Praktische Umsetzung im Berufsalltag

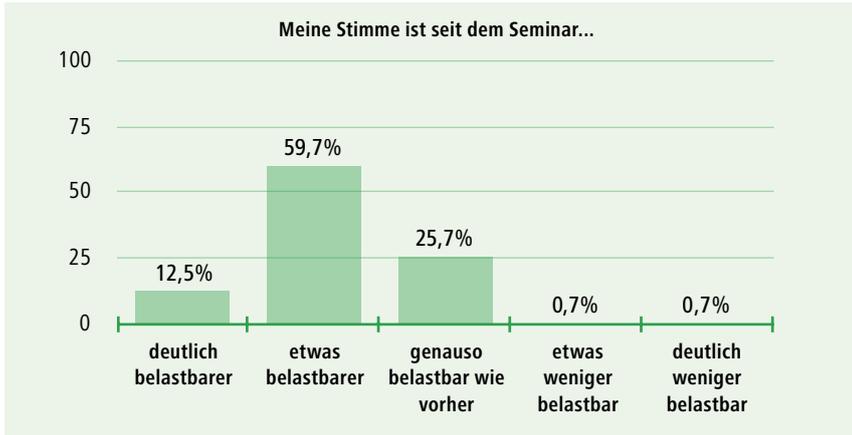
Mit 93 % gelang es dem Großteil der Lehrerinnen und Lehrer drei Monate nach dem Seminar, Inhalte der Stimmseminare im Alltag umzusetzen. Besonders häufig wurde von den Teilnehmenden z.B. auf ein selteneres Räuspern, eine angemessene Lautstärke und/oder die Beibehaltung der individuellen Sprechstimmlage geachtet (Abb. 2). 21,5 % der Befragten sahen das Stimmseminar rückblickend als hilfreich und 63,2 % als sehr hilfreich an.

■ **Abb. 2: Anwendung der Seminarinhalte im Berufsalltag**



Die Lehrerinnen und Lehrer wurden gefragt, welche Maßnahmen sie seit dem Stimmseminar angewendet haben, um ihre Stimme zu schonen bzw. zu verbessern. Antwortmöglichkeiten: immer – oft – manchmal – selten – nie – wurde im Seminar nicht besprochen – keine Angabe

■ **Abb. 3: Belastbarkeit der Stimme drei Monate nach dem Stimmseminar**



Bei einer sehr hohen Prozentzahl der Befragten verbesserte sich die Stimme nach dem Seminar. So berichteten drei Monate nach dem Seminar 72,2% der Befragten von einer Verbesserung der Belastbarkeit der Stimme (Abb. 3), 66,0% von geringeren Missemp-

findungen und deutlich über die Hälfte der Befragten von einem klareren Klang bzw. einer insgesamt kraftvolleren Stimme im Vergleich zu vor dem Seminar. Über 80% der Befragten gaben an, sich seit dem Seminar seltener zu räuspern sowie bei einer ange-

■ **Abb. 4: Transfer durch Situationsspezifität der Inhalte**

„In welchen Situationen in Ihrem beruflichen Alltag haben Sie Inhalte aus dem Stimmseminar umgesetzt?“		
Antwortmöglichkeit	Anteil	Teilnehmer
bei besonders lauten Klassen/Schülern	70,8 %	102
theoretische Inputsequenzen im Unterricht	58,3 %	84
Vorlesen	41,0 %	59
Gruppenarbeitsphasen	32,6 %	47
Pausenaufsicht auf dem Hof oder in der Aula	24,3 %	35
Sportunterricht in der Halle	13,2 %	19
Elternabend	11,8 %	17
Sonstiges	70,8 %	102

griffenen Stimme besser reagieren zu können. Der situationsspezifische Ansatz in den Stimmseminaren schlug sich in einer hohen Transferleistung für den Berufsalltag nieder. Abbildung 4 zeigt, in welchen Situationen die vermittelten Techniken nach drei Monaten im Unterricht angewendet wurden.

Zufriedenheit der Teilnehmenden mit Aufbau und Struktur der Stimmseminare

93,3% der Lehrerinnen und Lehrer bewerteten das Seminar insgesamt als sehr gut (61,0%) bzw. gut (32,3%). 92,5% der Teilnehmenden bewerteten die zur Verfügung gestellten Materialien und 89,2% die Struktur des Seminars positiv. 86,3% der Befragten sahen den zeitlichen Rahmen und 84,4% das Verhältnis von Theorie und Praxis als angemessen an. Die einzelnen Bausteine des Seminars wurden jeweils von mindestens 85% der Befragten positiv bewertet. Des Weiteren gaben 94,1% der Teilnehmenden an, dass sie das Seminar ihren Kolleginnen und Kollegen empfehlen werden.

Fazit und Ausblick

Sowohl das Stimmcurriculum als auch die Art der Durchführung der Seminare durch die qualifizierten Referentinnen und Referenten erwiesen sich als sehr zielführend. Die Anzahl an Lehrerinnen und Lehrern, die von einer Stimmstörung bedroht bzw. betroffen sind, ließen sich durch die Seminare deutlich reduzieren. Die Unterschiede zwischen den beiden Erhebungszeitpunkten vor dem Seminar und drei Monate danach sind höchst signifikant ($p=0.001$). Verbesserungen sind vor allem im Bereich der Funktion

und der Aktivität/Partizipation zu verzeichnen. Diese Ergebnisse lassen auf eine hohe präventive Wirkung des Seminars schließen. Aufgrund der sehr positiven Evaluationsergebnisse werden die Seminare in unveränderter Form in den kommenden Jahren in Niedersachsen weiterhin angeboten.

Neue Präventionskampagne des niedersächsischen Kultusministeriums

Das niedersächsische Kultusministerium hat eine neue Präventionskampagne „Stimme – Lärm – Akustik“ zum Schuljahresbeginn ins Leben gerufen. Ein Teilprojekt ist „Starke Stimmen – erfolgreich im Beruf“ (Flyer unter: www.aug-nds.de/?id=1754). Für Kollegien/Teilkollegien einer Schule ist das Angebot als Inhouse-Seminar buchbar. Das Besondere hierbei ist die enge Verzahnung der Inhalte zur Raumakustik mit den Beauftragten für Arbeitsschutz in Niedersachsen, die raumakustische Messungen durchführen. Außerdem ist dieses Angebot auch für Studienseminare, also in der Lehrerausbildung buchbar – ein wichtiger Schritt in Richtung Primärprävention. Auch diese Seminare werden in den nächsten Jahren in Kooperation mit der HAWK Hildesheim evaluiert. Die Seminare sind während der Präventionskampagne in begrenztem Umfang für Schulen kostenfrei. Dem niedersächsischen Ministerium ist es zudem gelungen, mehrere gesetzliche Krankenkassen im Rahmen des 2014 geänderten Präventionsgesetzes zur Mitfinanzierung zu gewinnen. Die hohe Anzahl von Seminarteilnehmenden, die bereits von einer Stimmstörung betroffen oder bedroht waren, macht die Dringlichkeit weiterer präventiver Maßnahmen – insbesondere auch raumakustischer Optimierungen der Unterrichtsräume – zur Gesunderhaltung des Berufswerkzeuges Stimme deutlich. Die Träger der Schulen sind zudem aufgerufen, die Schulen bei der Umsetzung lärmakustischer Maßnahmen zu unterstützen und damit für eine gesundheitsfördernde Gestaltung des Arbeitsalltags zu sorgen

LITERATUR

- Beushausen, U. (2014a). Dysphonien bei Kindern und Erwachsenen. In: Grohnfeldt, M. (Hrsg.), *Grundwissen der Sprachheilpädagogik und Sprachtherapie* (299-303). Stuttgart
- Beushausen, U. (2014b). Störungen vorbeugen. Woran man gute Stimmseminare erkennt. *Grundschule* 8, 12-16
- Beushausen, U., Ehlert, H. & Rittich, E. (2011). *Curricula zur Prävention von Stimmstörungen im Rahmen von Arbeitsschutz und Gesundheitsmanagement in niedersächsischen Schulen*. Unveröffentlichtes Manuskript des niedersächsischen Kultusministeriums/Niedersächsischen Landesamtes für Qualität in der Lehrerbildung (NLQ)
- Beushausen, U., Ehlert, H. & Rittich, E. (2014). *Reader zu den Qualifizierungsveranstaltungen für Referentinnen und Referenten von Stimmseminaren für Lehrkräfte an niedersächsischen Schulen im Rahmen von Arbeitsschutz und Gesundheitsmanagement in niedersächsischen Schulen*. Unveröffentlichtes Manuskript des niedersächsischen Kultusministeriums/Niedersächsischen Landesamtes für Qualität in der Lehrerbildung (NLQ)
- Beushausen, U., Ehlert, H. & Rittich, E. (2015). Gesundheitsförderung und Prävention im Setting Schule. Konzeption und Didaktik von Stimmseminaren für Lehrkräfte. *Forum Logopädie* 29 (4), 2-9
- Dockrell, J.E. & Shiel, B. (2012). The impact of sound-field systems on learning and attention in elementary school classrooms. *Journal of Speech Language and Hearing Research* 55 (4), 1163-1176
- DIMDI (2005). *Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit* (ICF). www.dimdi.de/static/de/klassif/ICF. (04.04.2015)
- Duffy, O.M. & Hazlett, D.E. (2004). The impact of preventive voice care programs for training teachers: a longitudinal study. *Journal of Voice* 18 (1), 63-70
- Ehlert, H. (2011). Validierung eines Fragebogens zur Selbsteinschätzung der Stimme im Berufsalltag von Berufssprechern. *Sprache – Stimme – Gehör* 35 (3), e126-e132
- Faham, M., Ahmadi, A., Drinnan, M., Saadatmand, N., Fatahi, E. & Jalalipour, M. (2016). The effects of a voice education program on VHI scores of elementary school teachers. *Journal of Voice* 30 (6), 755.e1-755.e11

- Meier, B. & Beushausen, U. (2016). *Abschlussbericht zur Evaluation von Stimmseminaren für Lehrkräfte an niedersächsischen Schulen*. Unveröffentlichtes Manuskript des niedersächsischen Kultusministeriums/Niedersächsischen Landesamtes für Qualität in der Lehrerbildung (NLQ)
- Menzel, M. & Beushausen, U. (2004). Prävention von Stimmstörungen bei Berufssprechern: Entwicklung eines situationspezifischen Gruppentrainings. *Forum Logopädie* 18 (4), 6-10
- Munier, C. & Farrell, R. (2018). Working conditions and workplace barriers to vocal health in primary school teachers. *Journal of Voice* 30 (1), p127.e31-127.e41
- Pasa, G., Oates, J. & Dacakis, G. (2007). The relative effectiveness of vocal hygiene training and vocal function exercises in preventing voice disorders in primary school teachers. *Logopedics Phoniatrics Vocology* 32 (3), 128-140
- Phadke, K.V., Abo-Hasseba, A., Švec, J.G. & Geneid, A. (2018). Influence of noise resulting from the location and conditions of classrooms and schools in Upper Egypt on teachers' voices. *Journal of Voice* (im Druck). doi.org/10.1016/j.jvoice.2018.03.003
- Pizolato, R.A., Rehder, M.I.B.C., de Castro Meneghim, M., Ambrosano, G.M.B., Mialhe, F.L. & Pereira, A.C. (2013). Impact on quality of life in teachers after educational actions for prevention of voice disorders: a longitudinal study. *Health and Quality of Life Outcomes* 11 (1), 28
- Relekar, S.A. & Mukundan, G. (2017). Effect of a voice training program on acoustic parameters in secondary school teachers. *International Journal of Health Sciences and Research* 7 (5), 258-263
- Richter, B., Nusseck, M., Spahn, C. & Echternach, M. (2015). Effectiveness of a voice training program for student teachers on vocal health. *Journal of Voice* 30 (4), 452-459

DOI dieses Beitrags (www.doi.org)

10.2443/skv-s-2018-53020180602

Korrespondenzanschrift

Prof. Dr. Ulla Beushausen
Bachelor- und Masterstudiengang für Ergotherapie,
Logopädie und Physiotherapie
Bereich Logopädie
HAWK Hochschule für Angewandte Wissenschaft und
Kunst Hildesheim/Holzminen/Göttingen
Goschentor 1
31134 Hildesheim
ulla.beushausen@hawk.de

SUMMARY. Methodology and effectiveness of a preventive voice training program for teachers

A voice training approach for the prevention of voice disorders in professional speakers (target group teachers) is presented. The approach combines behavioral and occupational setting issues and focuses on the occupational participation of the teachers. 27 voice trainings with 286 participants were evaluated. The results show highly significant improvements ($p=0.001$) with regard to the resilience of voice in a self-assessment-questionnaire three months after the training. The evaluation of the seminar structure indicate with 91% positive ratings a very high satisfaction with the content and with 89% positive ratings a high satisfaction with the structure of the trainings. These results confirm a high practical relevance of the voice training for the everyday working life for teachers.

KEYWORDS: Voice – teachers – vocal health – prevention – voice disorders – voice training program