

# Frivillig stamming

*Et kildestudium basert på podcastepisoder fra  
StutterTalk*

Maria Stenrud Kvamme



Masteroppgave i spesialpedagogikk  
Institutt for spesialpedagogikk  
Det utdanningsvitenskapelige fakultet

UNIVERSITETET I OSLO

Vår 2017



# **Frivillig stamming**

*Et kildestudium basert på podcastepisoder fra*

*StutterTalk*

**”Hvordan og med hvilken hensikt kan frivillig stamming  
benyttes av voksne som stammer?”**

© Maria Stenrud Kvamme

2017

Frivillig stamming – et kildestudium basert på podcastepisoder fra StutterTalk

Maria Stenrud Kvamme

<http://www.duo.uio.no>

Trykk: Reprosentralen, Universitetet i Oslo



# Sammendrag

## Bakgrunn og problemstilling

Stamming er en vanske som gjerne påvirker en persons hverdag i stor grad. Dette medfører ofte store mengder negative følelser og holdninger. I dette prosjektet fremstilles *frivillig stamming* som en teknikk som blant annet kan bidra til å forbedre dette. Det finnes imidlertid relativt lite teori om frivillig stamming, og det finnes altså et behov for mer forskning på området. Prosjektet tar utgangspunkt i følgende problemstilling:

”Hvordan og med hvilken hensikt kan frivillig stamming benyttes av voksne som stammer?”

## Metode

Prosjektet tar sikte på å besvare problemstillingen gjennom et kvalitativt kildestudium, som baserer seg på fire episoder fra podcasten StutterTalk. Til sammen er det åtte forskjellige personer som deler sine erfaringer og opplevelser rundt bruk av frivillig stamming i podcastepisodene. Podcastepisodene ble transkribert og kodet, og datamaterialet ble analysert og tolket med grunnlag i en hermeneutisk tilnærming.

## Resultater og konklusjon

Gjennom datamaterialet kommer det frem flere ulike måter å benytte frivillig stamming. Det vises til ulike preferanser for om den frivillige stammingen bør utføres lignende egen stammeatferd, eller mer i form av lette repetisjoner. Det at frivillig stamming bør benyttes i flere ulike situasjoner med flere forskjellige personer blir også trukket frem.

Det blir også henvist til flere ulike hensikter med å benytte frivillig stamming. Disse kan grovt sett deles inn i å være av desensitiverende eller kommunikasjonsfremmende årsaker. Den opplevelsen av kontroll som frivillig stamming gjerne gir, blir også sett på som en viktig årsak til å benytte teknikken.

Selv om det finnes flere gode grunner til å benytte frivillig stamming, er det også viktig å trekke frem at det for enkelte kan oppleves som utfordrende å benytte teknikken. Det blir blant annet vist til at det krever mye arbeid, og det kan oppfattes som kontraintuitivt å stamme frivillig når ønsket gjerne er at stammingen skal opphøre. Det vises også til at frivillig stamming bør benyttes over tid for å vite om det er hensiktsmessig for den enkelte.



# Forord

Prosesen med å gjennomføre dette prosjektet har vært krevende, men også svært læringsrik. Det har gitt meg mulighet til å utvikle min evne til problemløsning, og det har gitt meg inspirasjon til å videre utforske bruken av frivillig stamming i mitt fremtidige arbeid som logoped.

Jeg ønsker å rette en stor takk til min veileder, Karoline Hoff, for mye god hjelp og inspirasjon underveis i prosessen. Jeg har alltid forlatt veiledningstimene med mye mer motivasjon enn jeg kom med.

Jeg vil også takke StutterTalk, og alle de som har delt sine erfaringer og opplevelser gjennom denne podcasten. Det ville ikke vært mulig å fullføre prosjektet uten dem.

Videre fortjener venner og familie en stor takk for deres forståelse for min situasjon gjennom denne prosessen. Jeg må også takke min kjære forlovede, Fanny, for enorm støtte gjennom oppturer og nedturer. Jeg hadde ikke kommet meg gjennom dette uten deg.

Oslo, mai 2017

Maria Stenrud Kvamme





# Innholdsfortegnelse

<b>1</b>	<b>Innledning</b> .....	<b>1</b>
1.1	Bakgrunn og aktualitet.....	1
1.2	Problemstilling.....	1
1.3	Begrepsavklaring og avgrensing.....	2
1.4	Oppbygging av oppgaven.....	3
<b>2</b>	<b>Stamming</b> .....	<b>5</b>
2.1	Årsaker og forekomst.....	6
2.2	Sekundæratferd og kroppslige reaksjoner.....	8
2.2.1	Fluktatferd.....	8
2.2.2	Unngåelsesatferd.....	9
2.2.3	Spenninger.....	10
2.3	Følelser og holdninger.....	10
2.3.1	Skyldfølelse, skam og frykt.....	11
<b>3</b>	<b>Behandling av voksne som stammer</b> .....	<b>13</b>
3.1	Mål for behandling.....	14
3.1.1	Atferdsmessige mål.....	14
3.1.2	Affektive mål.....	16
3.2	Flytskapende tilnærming.....	17
3.3	Stammemodifiserende tilnærming.....	18
3.3.1	Identifisering.....	18
3.3.2	Desensitivisering.....	19
3.3.3	Modifisering.....	19
3.3.4	Stabilisering.....	19
3.4	Integrert tilnærming.....	20
<b>4</b>	<b>Frivillig stamming</b> .....	<b>21</b>
4.1	Historisk.....	21
4.2	Som en del av desensitivisering.....	22
4.2.1	Modellering.....	23
4.2.2	Hierarki.....	24
4.2.3	Utforsking.....	25
4.2.4	Opplevelse av kontroll.....	26
4.2.5	Selvavsløring.....	26
4.3	For å øke taleflyt.....	27
<b>5</b>	<b>Metode</b> .....	<b>28</b>
5.1	Forberedelser.....	28
5.1.1	Opprinnelig prosjektplan.....	28
5.1.2	Endring av metode.....	30
5.2	Datainnsamling.....	31
5.2.1	Den kvalitative tilnærmingen.....	31
5.2.2	Kildestudium.....	31
5.2.3	Kildekritikk.....	32
5.2.4	Ulike typer kilder.....	33
5.2.5	Podcast som kilde.....	34
5.2.6	Utvalg.....	35

<b>5.3</b>	<b>Bearbeiding av data .....</b>	<b>35</b>
5.3.1	Hermeneutikk.....	36
5.3.2	Transkripsjon .....	37
5.3.3	Koding.....	39
<b>5.4</b>	<b>Hensyn til prosjektets kvalitet.....</b>	<b>40</b>
5.4.1	Validitet.....	40
5.4.2	Reliabilitet.....	41
5.4.3	Etiske hensyn.....	42
<b>6</b>	<b>Hvordan bruke frivillig stamming? .....</b>	<b>43</b>
<b>6.1</b>	<b>Ulike måter å stamme frivillig.....</b>	<b>43</b>
6.1.1	Med lett stamming eller harde blokkeringer? .....	43
6.1.2	Lignende egen stamming eller annerledes? .....	44
6.1.3	Gjøre det merkbart.....	45
<b>6.2</b>	<b>I ulike situasjoner.....</b>	<b>46</b>
6.2.1	Hierarki av situasjoner .....	46
6.2.2	I reelle samtalesituasjoner .....	47
6.2.3	Som en del av introduksjon .....	47
<b>6.3</b>	<b>Sammen med andre .....</b>	<b>48</b>
6.3.1	Med trygge personer .....	48
6.3.2	Samarbeid med logoped.....	49
<b>6.4</b>	<b>Dersom ekte stamming oppstår .....</b>	<b>50</b>
<b>7</b>	<b>Hvorfor bruke frivillig stamming? .....</b>	<b>51</b>
<b>7.1</b>	<b>For å desensitivisere .....</b>	<b>51</b>
7.1.1	For å redusere frykt og unngåelse.....	51
7.1.2	Selvavsløring.....	52
7.1.3	For å oppleve kontroll.....	53
7.1.4	Øve på å håndtere stamming .....	54
7.1.5	Akseptere seg selv og egen stamming.....	55
<b>7.2</b>	<b>For å fremme kommunikasjon.....</b>	<b>56</b>
7.2.1	For å redusere stamming.....	56
7.2.2	For å redusere sekundæratferd .....	57
7.2.3	For å forbedre kommunikasjonsferdigheter.....	58
<b>7.3</b>	<b>Fordi det oppleves som hjelpsomt.....</b>	<b>60</b>
<b>8</b>	<b>Hvorfor utfordrende å stamme frivillig? .....</b>	<b>62</b>
<b>8.1</b>	<b>Krever mye arbeid.....</b>	<b>62</b>
8.1.1	Krever mot.....	63
<b>8.2</b>	<b>Virker kontraintuitivt.....</b>	<b>64</b>
8.2.1	Stammingen ønskes skjult.....	64
8.2.2	Stolt over taleflyten.....	65
<b>8.3</b>	<b>Ikke brukt i behandling .....</b>	<b>66</b>
<b>8.4</b>	<b>Hvorfor bruker jeg det ikke mer? .....</b>	<b>67</b>
<b>9</b>	<b>Avsluttende refleksjoner.....</b>	<b>68</b>
9.1	Oppsummering og konklusjon.....	68
9.2	Implikasjoner for logopedisk arbeid og videre forskning.....	69
	<b>Litteraturliste .....</b>	<b>71</b>
	<b>Vedlegg 1: Prosjektplan.....</b>	<b>74</b>
	<b>Vedlegg 2: Godkjenning NSD.....</b>	<b>82</b>
	<b>Vedlegg 3: Intervjuguide .....</b>	<b>83</b>
	<b>Vedlegg 4: Informasjon til informanter .....</b>	<b>86</b>

<b>Vedlegg 5: Informasjon til logoped</b> .....	<b>88</b>
<b>Vedlegg 6: Tillatelse fra StutterTalk</b> .....	<b>89</b>

# 1 Innledning

Stamming er en vanske som i stor grad påvirker en persons hverdag. For mange voksne som stammer, har negative følelser og holdninger knyttet til egen tale blitt en sterkt integrert del av dem. Gjennom dette kildestudiet, gir fire podcastepisoder fra StutterTalk tilgang til å se nærmere på hvordan ulike personer opplever at *frivillig stamming* er en teknikk som kan bidra til å bryte med dette, og mye mer. I podcastepisodene gir til sammen åtte ulike personer sine opplevelser knyttet til *hvordan* og *hvorfor* frivillig stamming kan benyttes, og også hvorfor det kan være *utfordrende* å bruke denne teknikken.

## 1.1 Bakgrunn og aktualitet

Interessen for frivillig stamming fattet jeg under min praksisperiode innenfor taleflyt. Vi var ute på et kjøpesenter, sammen med en ung mann som skulle bruke frivillig stamming for første gang utenfor logopedkontoret. Hans respons i etterkant var noe lignende dette: ”Det var skikkelig kult, jeg hadde full kontroll! Det skal jeg gjøre oftere”. Det å få være en del av en så sterk opplevelse hos en annen person var svært givende, og ga inspirasjon til å finne ut mer om bruk av denne teknikken.

Det finnes imidlertid en begrenset mengde litteratur og forskning om frivillig stamming. Ettersom mye av den litteraturen som finnes tilhører en tidligere generasjon, har det skjedd en stor utvikling innenfor taleflytfeltet i etterkant. I en nyere forskningsartikkel om klientens perspektiv på frivillig stamming, vises det også til behovet for videre forskning på temaet, slik at det kan forekomme økt kunnskap om fordelene ved bruk av frivillig stamming (Byrd, Gkalitsiou, Donaher & Stergiou, 2016). Dette viser til aktualiteten knyttet til forskning på bruk av frivillig stamming.

## 1.2 Problemstilling

Med bakgrunn i den foregående nevnte mangelen på forskning og litteratur om frivillig stamming, og min personlige interesse, ble følgende problemstilling formulert:

”Hvordan og med hvilken hensikt kan frivillig stamming benyttes av voksne som stammer?”

Det ble også formulert to forskningsspørsmål med hensikt å underbygge problemstillingen:

1. Hva er grunnen(e) til at det kan oppleves som utfordrende for voksne som stammer å benytte frivillig stamming?
2. Hvilke opplevelser og erfaringer har voksne som stammer med bruk av frivillig stamming?

Forskningsspørsmål 1, åpner for å utforske både positive og negative sider ved bruk av frivillig stamming. Forskningsspørsmål 2, viser til et ønske om å få frem personlige erfaringer, og på denne måten gå i dybden på temaet. Dette gir utgangspunkt for å benytte en kvalitativ tilnærming til å besvare problemstillingen. Det kan også tenkes at hvordan og hvorfor frivillig stamming brukes, henger nøye sammen med opplevelser og erfaringer knyttet til det å bruke teknikken. Hvordan, hvorfor og hvorvidt det brukes tar gjerne utgangspunkt i, og former opplevelser og erfaringer. Altså kan beskrivelser av hvordan og hvorfor frivillig stamming benyttes, gi grunnlag for å si noe om opplevelser og erfaringer.

Frivillig stamming blir i størst grad benyttet i behandling av *voksne* som stammer. Dette kanskje på bakgrunn av at voksne gjerne har et mer reflektert og bevisst forhold til egen stamming og tale, enn hva barn har. Dette er også årsaken til at problemstillingen henviser til voksne personer.

### **1.3 Begrepsavklaring og avgrensing**

Gjennom oppgaven blir det benyttet ulike begreper tilknyttet logopedisk stammebehandling og bruk av frivillig stamming. Det vil i det neste gjøres rede for noen slike begreper, og gis begrunnelser for valg av dem.

Gjennomgående i oppgaven vil det refereres til *personer som stammer*. Det er bevisst å bruke denne betegnelsen fremfor for eksempel personer med stamming, eller stammere. Dette fordi denne betegnelsen gjerne oppleves som mindre stigmatiserende, og gir uttrykk for at disse personene ikke defineres av stammingen sin. Når det er snakk om behandlingssituasjoner benyttes betegnelsen *logopedisk behandling*, og personene som søker behandling refereres da til som *klienter*. Dette fremfor for eksempel pasienter. Årsaken til dette er at denne betegnelsen gjerne oppfattes som mindre klinisk, og gir mindre assosiasjoner til stamming som en sykdom.

I litteraturen benyttes det flere begreper på teknikken som i denne oppgaven kalles for *frivillig stamming*. Blant annet pseudostamming, faking og negative practice. Betegnelsen benyttes fordi den oppfattes som mer beskrivende, og det ser også ut til at det er den betegnelsen som er mest brukt. Frivillig stamming blir også i oppgaven beskrevet som en *teknikk*, fremfor for eksempel en metode eller et verktøy. Dette i et forsøk på å vise til dens allsidighet, og hvordan den gjerne blir brukt som en del av et sammensatt behandlingsopplegg.

I den teoretiske fremstillingen av oppgaven kunne det vært aktuelt å gå mer i dybden på stamming generelt, dette kanskje spesielt med hensyn til årsaker og forekomst. Etersom hovedtemaet for oppgaven er bruk av frivillig stamming, ble det imidlertid vurdert at dette ikke var nødvendig. Hensikten med å nevne noe om stammings årsaker og forekomst er å gi en bakgrunn for hvordan behandling foregår, og spesielt for hvordan frivillig stamming kan være en del av dette.

## **1.4 Oppbygging av oppgaven**

I den neste delen av oppgaven vil det gis en teoretisk fremstilling av litteratur og forskning om stamming generelt, om behandling av voksne som stammer, og om frivillig stamming. Denne fremstillingen vil bestå av tre kapitler. I kapittel 2 presenteres teori om stamming generelt, om dens årsaker og forekomst, samt sekundæratferd og følelser knyttet til stammingen. Kapittel 3 handler om behandling av voksne som stammer. Her blir det vist til viktigheten av å sette mål for behandlingen og hva disse kan være. Det blir også trukket frem ulike tilnærminger til behandling. Kapittel 4 handler om frivillig stamming. Det vil bli gitt en historisk fremstilling, før det vises til hvordan frivillig stamming kan benyttes som en del av desensitivering, samt for å øke taleflyt.

I kapittel 5 vil det gis en metodisk oversikt over forskningsprosjektet. Dette vil forekomme i kronologisk rekkefølge, og starter med å beskrive forberedelser og valg av metode, deretter selve datainnsamlingsprosessen, og bearbeiding av data. Avslutningsvis i kapittelet vil det reflekteres rundt ulike hensyn til prosjektets kvalitet.

Resultatene av forskningsprosjektet vil drøftes fortløpende, dette over tre kapitler som tar utgangspunkt i prosjektets problemstilling og forskningsspørsmål. Kapittel 6 handler om

*hvordan* frivillig stamming kan benyttes. Dette med hensyn til ulike måter å stamme frivillig på, ulike situasjoner å bruke det i, og hvordan det kan benyttes i samvær med andre personer. Kapittel 7 handler om *hvorfor* frivillig stamming kan benyttes. Dette med utgangspunkt i ulike måter å desensitivisere, og å fremme kommunikasjon. Kapittel 8 handler om hvorfor det kan være *utfordrende* å benytte frivillig stamming. Gjennom alle tre kapitlene vises det til opplevelser og erfaringer som kommer frem av datamaterialet. Disse blir fortløpende drøftet opp mot teori på området.

Avslutningsvis, i kapittel 9, vil det gis en oppsummering av funnene fra forskningsprosjektet. Dette med hensyn til prosjektets problemstilling og forskningsspørsmål. Det vil også vises til ulike implikasjoner for logopedisk behandling, og behov for videre forskning.



## 2 Stammering

Det finnes ingen universell enighet rundt en definisjon som beskriver stammering på en tilfredsstillende måte (Shapiro, 2011). Det som det allikevel kan sies å være enighet rundt er at stammering består av brudd i taleflyt. Ettersom personer som ikke stammer også opplever brudd i taleflyt i en varierende grad, er det vanskelig å sette en definisjon som kan gjelde all form for stammering (Guitar, 2014). Det er også slik at mange personer som stammer opplever flytende tale mesteparten av tiden, eller faktisk også hele tiden. Dette er noe som også må tas høyde for når stammering skal defineres.

Verdens helseorganisasjon (WHO) har i den tiende revisjonen av den internasjonale statistiske klassifikasjonen av sykdommer og relaterte helseproblemer (ICD-10) definert stammering på følgende måte:

Speech that is characterized by frequent repetition or prolongation of sounds or syllables or words, or by frequent hesitations or pauses that disrupt the rhythmic flow of speech. It should be classified as a disorder only if its severity is such as to markedly disturb the fluency of speech (World Health Organization [WHO], 2015, Stuttering [stammering], avsn. 1).

Denne definisjonen legger vekt på at stammering kun skal ses på som en vanske dersom den forstyrrer taleflyten på en *betydningsfull* måte. På denne måten vil det være opp til hver enkelt å avgjøre i hvor stor grad stammeringen påvirker taleflyten, og måten dette blir vurdert på vil kunne variere i stor grad fra person til person. For noen vil stammeringen oppleves som veldig forstyrrende på kommunikasjonen, mens andre kanskje ikke opplever det på denne måten. Det definisjonen til WHO ikke legger vekt på, er de affektive sidene ved stammering, og i hvor stor grad tanker og følelser kan være med å påvirke vansken.

Det er imidlertid slik at en stor andel av de som stammer opplever at bruddene i taleflyten i stor grad virker forstyrrende på kommunikasjon, og at vansken på denne måten skaper store utfordringer i deres hverdagssituasjoner. Dette kan ha sammenheng med at vansken gjerne opptrer uforutsigbart, og at den gjerne forverres i stressende situasjoner. Når stammering først forekommer fører dette ofte til følelser av overraskelse, frustrasjon, flauhet og frykt (Guitar, 2014). Disse følelsene, i kombinasjon med stammeringen i seg selv, kan føre til begrensninger i sosiale sammenhenger som for eksempel skole og jobb.

Talebruddene som det vises til i ulike definisjoner av stamming, kjennetegnes oftest av at taleflyten forstyrres av brudd i form av *repetisjoner* av lyder, stavelser eller enstavelsesord, *forlengelser* av lyder og/eller *blokkeringer* av luftstrøm eller vokalisering (Guitar, 2014). Den type atferd som er beskrevet her er det som gjerne kalles primæratferd, eller kjerneatferd (Guitar, 2014; Van Riper, 1982). Denne type atferd vil vise seg forskjellig fra den type ”normale” talebrudd som alle opplever i varierende grad. Mens stammeligende talebrudd, som sagt, består av repetisjoner, forlengelser og blokkeringer, består normale talebrudd blant annet av nøling og fraserevisjoner, men kan også vise seg som ordrepetisjoner og innskytninger som ”eh” og ”um” (Ward, 2006). Altså er det en forskjell mellom talebruddene personer som stammer opplever, og de talebrudd som de fleste av oss kan oppleve. Dette selv om det også er visse likheter.

De foregående forsøkene på å definere stamming tar i stor grad utgangspunkt i den synlige, fysiske delen av stamming. For de aller fleste består også stamming i stor grad av et følelsesmessig, subjektivt aspekt. Hvordan stammingen subjektivt oppleves av hver enkelt person er et viktig element som må tas i betraktning ved kartlegging og behandling. Formålet med å definere stamming vil i stor grad være for å finne den beste behandlingen, og behandling bør tilpasses den enkelte person. Dermed vil det være viktig å ta hensyn til den subjektive opplevelsen, og følelsene knyttet til egen stamming.

## 2.1 Årsaker og forekomst

Det finnes mange mulige årsaker til stamming, og det finnes ikke én årsak som kan sies å gjelde for alle. Mest sannsynlig vil det være en sammensetning av flere årsaker som vil kunne forklare stamming hos de fleste.

Shapiro (2011) skiller mellom faktorer som er predisponerende, utløsende og opprettholdende. De *predisponerende* faktorene er de bakenforliggende faktorene som gjør at noen personer tenderer til å stamme. Dette kan for eksempel være genetiske faktorer, som har bakgrunn i at stamming gjerne har arvelige komponenter. Selv om stammingen kan ha en arvelig komponent, kan det også være slik at det er en sammenheng mellom predisponerende og utløsende faktorer, og at dette er årsaken til at stamming oppstår (Shapiro, 2011). De *utløsende* faktorene er de som trolig fører til at stamming først viser seg. Dette kan være miljøbetingede faktorer som setter høyere krav til et barns utvikling av kommunikative

ferdigheter. Eksempler på dette kan være samtalestil i hjemmet, konkurranse mellom søsken, eller sosiale tilpasninger som kreves i barnehage- eller skolesammenheng (Shapiro, 2011). Faktorer som på denne måten stiller krav til barnets kommunikative ferdigheter kan altså bidra til å virke utløsende på allerede predisponerende faktorer.

Mens de utløsende faktorene kanskje bare er gjeldende på det tidspunktet stammingen først viser seg, er de opprettholdende faktorene de variablene som bidrar til at stammingen bevares. Slike faktorer er lettere å identifisere enn utløsende faktorer. De *oppretholdende* faktorene kan opptre i form av miljøbetingede og fysiske faktorer som forsterker, og på denne måten opprettholder stammingen. Slike faktorer kan for eksempel vise seg i form av kritikk, upassende språkmodeller, urealistiske forventninger og negative erfaringer (Shapiro, 2011). Slike erfaringer kan komme allerede i tidlig alder, og virke opprettholdende på stammingen langt inn i voksen alder. Det er gjerne slik at negative erfaringer veier tyngre enn positive. Altså behøver det ikke å være mange negative erfaringer som skal til for at en faktor skal virke opprettholdende. Det kan også være slik at en situasjon tolkes i negativ retning, uavhengig av intensjon. Dette på bakgrunn av negative holdninger mot egen stamming og tale.

Opprettholdende faktorer er subjektive, og de opptrer på individuelle måter. Uansett om de er enkle eller komplekse, er det en forutsetning at disse faktorene identifiseres og gjøres kjent for at endring skal kunne oppstå (Shapiro, 2011). Dette vil være en viktig del av det å kunne tilby en behandling som er individualisert og tilpasset den enkelte, og som tar hensyn til den subjektive opplevelsen av egen stamming.

Slik det ser ut i dag vil det altså ikke være mulig å utpeke én årsak til stamming, men det er sannsynligvis slik at stamming er et resultat av flere faktorer som interagerer (Ward, 2006). Det at det finnes mange mulige årsaker til at noen mennesker utvikler stamming viser til at disse menneskene utgjør en heterogen gruppe (Manning, 2001). Dermed er det sannsynlig at det ikke finnes én årsaksforklaring som gjør seg gjeldende for alle menneskene i denne heterogene gruppen.

Forekomst av stamming kan deles inn i prevalens og insidens. Prevalens viser til hvor mange personer som stammer på et gitt tidspunkt, mens insidens viser til hvor mange personer som har stammet på et tidspunkt i livet sitt (Guitar, 2014). I en metastudie gjennomført av Bloodstein & Ratner (2008) viste prevalensen av stamming i skolealder seg som ca. 1 prosent

(Guitar, 2014). I den samme studien, viste insidensen for stamming som varte i mer enn 6 måneder, seg som 5 prosent (Guitar, 2014). Nyere forskning kan imidlertid tyde på at insidensen for stamming er enda høyere, kanskje så høy som 8 prosent (Yairi & Ambrose, 2013). I denne studien, tyder resultatene også på at prevalensen for stamming kan være lavere enn 1 prosent, nærmere bestemt 0.72 prosent (Yairi & Ambrose, 2013). Det er altså vanskelig å gi et entydig svar på hvor høy forekomsten av stamming faktisk er, og det er flere faktorer som kan påvirke ulike forskningsresultater.

Det at det er en tydelig forskjell mellom prevalens og insidens, kan allikevel tyde på at mange personer blir kvitt stammingen på et tidspunkt i livet. Det er imidlertid viktig å ta i betraktning at ulike forskere blant annet bruker ulike definisjoner på stamming, og at forekomsten dermed vil kunne variere fra studie til studie (Guitar, 2014). Dette påvirker antatt forekomst, og fører til en viss uenighet rundt hva som er mest korrekt.

## **2.2 Sekundæratferd og kroppslige reaksjoner**

Ofte deles stamming inn i primær- og sekundæratferd. Den primære stammingen vil da være i form av repetisjoner, forlengelser og blokkeringer, som er nevnt tidligere. Det som kalles sekundæratferd eller sekundær stamming, vil være atferd som over tid har tillagt seg den allerede primære stammingen. Den sekundære atferden kan da ses på som reaksjoner på repetisjonene, forlengelsene og/eller blokkeringene, dette gjerne i et forsøk på å avslutte dem eller å unngå dem. Helgadottir, Menzies, Onslow, Packman & O'Brian (2014) bruker betegnelsen "safety behaviors" om kognitive og atferdsmessige strategier som brukes i et forsøk på å forhindre negative utfall eller hendelser fra å oppstå. Denne betegnelsen indikerer et forsøk på å beskytte seg selv. Dette kan være en god beskrivelse av årsaken til at sekundæratferd oppstår i forbindelse med stamming.

### **2.2.1 Fluktatferd**

Videre deles gjerne sekundæratferd også inn i to grupper: fluktatferd og unngåelsesatferd (Guitar, 2014). Vanlige eksempler på *fluktatferd* er for eksempel tilleggsbevegelser i form av blinking og hodebevegelser, og innskytninger av lyder som for eksempel "eh" og "um". Innskytninger kan enten brukes for å starte vokalisering i begynnelsen av en talestrøm, eller for å komme i gang med vanskelige ord (Ward, 2006). Dersom stammeøyeblikkene i noen tilfeller opphører ved slik atferd, vil atferden kunne bli forsterket. Dette selv om det ikke er

den sekundære atferden som er årsaken til at stammingen opphører. På denne måten utvikler ofte personer som stammer et sett med ulike sekundære atferder som over tid blir en integrert del av dem, og som gjerne blir vanskelig å eliminere.

### **2.2.2 Unngåelsesatferd**

Mens fluktatferd tillæres i et forsøk på å avslutte stammeøyeblikk, oppstår *unngåelsesatferd* ved at stamming forventes i visse situasjoner eller ved bruk av visse ord. Dette gjerne med bakgrunn i tidligere negative erfaringer (Guitar, 2014). For da å unngå stamming kan en person ende opp med å unngå ord som forventes å utløse stammeøyeblikk, eller å unngå hele situasjoner eller personer som assosieres med stamming. Unngåelsesatferd i form av å bytte ut ord, fører ofte til at betydningsinnholdet i det som sies endres i liten eller større grad. Dette avhengig av hvor lik betydning ordene som byttes har (Manning, 2001). I forbindelse med ord som er vanskeligere å bytte ut, som for eksempel navn, adresser eller arbeidsplasser, kan ønsket om unngåelse føre til innskytninger og nøling i et forsøk på å utsette å si det vanskelige ordet (Manning, 2001). Dette kan føre til en usammenhengende tale, som kan virke forstyrrende på kommunikasjonen.

Unngåelsesatferd kan også vise seg ved fysisk å unngå øyekontakt med samtalepartnere i forbindelse med stammeøyeblikk (Ward, 2006). Dette kan også virke forstyrrende på kommunikasjonen, fordi øyekontakt er en viktig del av det sosiale samspillet som foregår i samtalsituasjoner. Dermed kan mangel på øyekontakt også gjøre samtalepartneren ukomfortabel.

Det finnes en undergruppe med personer som stammer, der unngåelsesatferden har blitt den viktigste delen av stammingen deres. Dette kalles for skjult stamming (Ward, 2006). Det er ofte slik at det i svært liten grad kan merkes av utenforstående at personer med skjult stamming stammer (Manning, 2001). Selv om skjult stamming gjerne i liten grad legges merke til av lytteren, krever det ekstremt mye energi for den som stammer å bruke unngåelsesstrategier i så stor grad (Ward, 2006). Berit Løkken beskriver livet med skjult stamming slik:

Jeg er en kløpper på synonymer og bytter ut ord i setninger etter hvert som jeg får forvarsel på at nå kommer det ord som byr på problemer.... Det er svært energikrevende og ender dessverre til tider med dårlig setningsoppbygging hvis jeg er

sliten, men likevel må snakke (Løkken, 2017, s. 87).

Som denne beskrivelsen tilsier, kan skjult stamming påvirke kommunikasjon i stor grad. Skjult stamming ses gjerne på som svært bekymringsverdig (Ward, 2006). Dette fordi det kan assosieres med en enorm frykt for å oppleve selv det minste brudd i taleflyt. Slik frykt kan påvirke hverdagssituasjoner i stor grad, og virke svært hemmende.

### **2.2.3 Spenninger**

Sekundæratferd kan også vise seg som muskelspenninger. Spenninger i ulike deler av stemmeapparatet, som for eksempel lepper eller tunge, kan medføre skjelvninger (Manning, 2001). Det er også slik at spenninger assosieres med stammeøyeblikk som gjerne varer lenger. Jo kraftigere en muskelspenning er, jo lenger kan stammeøyeblikket vare (Manning, 2001). Dette kan føre til en ond sirkel, der spenningene blir kraftigere og kraftigere. Ekstreme tilfeller av spenninger kan også føre til at taleflyten forstyrres i form av blokkeringer (Manning, 2001). Altså er det mulig at spenninger også fører til at den primære stammeatferden forverres.

## **2.3 Følelser og holdninger**

Atferd, tanker og følelser henger nøye sammen. Dette på den måten at holdninger, i form av tanker og følelser, påvirker atferd, i form av taleflyt. Dette er spesielt gjeldende for voksne som stammer, fordi deres holdninger over lang tid har blitt en integrert del av dem (Shapiro, 2011). Denne sterke sammenhengen kan gjøre at en persons følelser kan være en like stor del av stammingen, som det de faktiske bruddene i taleflyten er (Guitar, 2014). En persons frykt for å stamme kan faktisk vise seg som en større utfordring enn hva den synlige stammingen er (Ward, 2006). Det er ikke nødvendigvis korrelasjon mellom mengde negative følelser og mengde talebrudd. En person kan gjerne oppfatte sin egen stamming som verre enn hva en lytter gjør. Dermed kan selv de som har få talebrudd, eller ingen i det hele tatt, også ha store mengder negative følelser mot egen stamming og tale.

Holdninger kan sies å være følelser som har blitt en integrert del av en person (Guitar, 2014). Voksne som stammer har ofte mange negative holdninger til seg selv og sin tale, som et resultat av mange år med stamming. Det kan være lett for dem å spille disse negative holdningene over på samtalepartnere, slik at de tror lytteren mener de er dumme eller nervøse (Guitar, 2014). Lytterreaksjoner påvirker i stor grad hvordan de som stammer ser på seg selv.

Endring av negative holdninger mot seg selv kan altså være en viktig del av stammebehandling (Guitar, 2014). Dette for å sikre en positiv utvikling i behandlingsforløpet.

### 2.3.1 Skyldfølelse, skam og frykt

Det kan være mange ulike følelser som knytter seg til en persons stamming. Noen følelser som ofte kan oppstå, er blant annet skyldfølelse, skam og frykt (Shapiro, 2011). For mange vil det å lære og håndtere disse følelsene være en viktig del av stammebehandling. Det finnes også andre følelser knyttet til det å stamme, men disse tre trekkes frem som svært relevante.

Det å kjenne på *skyldfølelse* kan være et resultat av å gjøre noe som oppfattes feil, eller av å ikke gjøre noe som burde gjøres (Shapiro, 2011). For en person som stammer kan skyldfølelse for eksempel opptre dersom vedkommende unngår å ta en telefonsamtale på grunn av stammingen. Dette kan være noe som påvirker hverdagen i stor grad. Skyldfølelse kan også komme av hjelpeløshet, en følelse av å burde være i stand til hjelpe seg selv (Guitar, 2014). Slike følelser kan gjøre at stammingen oppleves som ekstra utfordrende.

Når en følelse av *skam* oppstår, kan det innebære at en person ser på seg selv som å ha en defekt, som å være et dårlig menneske eller å være mislykket (Shapiro, 2011). Hos personer som stammer kan en følelse av skam for eksempel vise seg dersom vedkommende lar noen andre bestille mat for seg på en restaurant. Dette kan for eksempel bunne i en skam over å ikke kunne si det som ønskes sagt (Guitar, 2014). Denne type skam kan blant annet føre til unngåelse av vanskelige samtalesituasjoner, og kan dermed virke hemmende i hverdagen.

Årsaken til at en følelse av *frykt* oppstår, er gjerne en fornemmelse av, eller forventning om fare (Shapiro, 2011). En situasjon som kan føre til en følelse av frykt hos en person som stammer, kan for eksempel være å holde en presentasjon på arbeidsplassen. Frykt kan i slike tilfeller være frykt for å fremstå som uintelligent, eller frykt for negative lytterreaksjoner. Frykt for at stamming skal opptre uventet er også vanlig hos voksne som stammer (Guitar, 2014). Dette kan oppleves som svært hemmende, og gjøre samtalesituasjoner ekstra vanskelig å håndtere.

Den sekundære atferden og de kroppslige reaksjonene som er nevnt tidligere kan ofte være et resultat av følelsene som er nevnt ovenfor. Det er imidlertid viktig å huske på at disse

negative følelsene og holdningene ikke nødvendigvis gjelder for alle voksne som stammer. Det er stor variasjon i hvordan egen stamming oppleves, og det må derfor tas hensyn til de individuelle forskjellene. Det som er viktig, er imidlertid at slike negative følelser og holdninger blir adressert på en hensiktsmessig måte i behandlingssammenheng.



### 3 Behandling av voksne som stammer

Det vil være visse elementer ved logopedisk stammebehandling som er særegent ved behandling av *voksne* som stammer. Både mål for behandling, og tilnærming til behandling, må tilpasses den enkelte personen. Det er ofte slik at stammingen hos voksne har utviklet seg til det som Guitar (2014) kaller avansert stamming. Det betyr at de gjerne har et velintegreert mønster av primær og sekundær stammeatferd, med tilhørende følelser og holdninger knyttet til deres situasjon.

Det at voksne som stammer har lang erfaring med sin situasjon, gjør at de også gjerne har tilbrakt mye tid med å tenke på talen sin, og på seg selv som personer som stammer. Det kan også være at de har foretatt større livsbeslutninger basert på dette (Manning, 2001). Slike beslutninger kan for eksempel være valg som har påvirket deres karriere eller familiesituasjon. For andre kan imidlertid voksenlivets mange perioder med store endringer føre til modning og utvikling av mestringsstrategier som er fordelaktige, og som fører til at stammingen stabiliserer seg (Ward, 2006). For noen voksne kan et ønske om å forbedre sin arbeidssituasjon virke som en motivator for å begynne logopedisk behandling. For andre er det et ønske om å gjenlære teknikker fra tidligere behandlingssituasjoner som er pådriveren for å gjenoppta logopedisk behandling (Ward, 2006). Det vil altså være viktig å ta klientens bakgrunn i betraktning ved oppstart av en behandlingsprosess.

Behandling av voksne med avansert stamming kan være en komplisert prosess (Shapiro, 2011). Dermed vil det være viktig å ikke kun fokusere på de primære atferdsmessige aspektene ved stammingen, men også å ta sentrale tanker og følelser med som en del av behandlingen (Shapiro, 2011). Guitar (2014) hevder at ved å adressere utfordringer knyttet til både atferd, emosjoner og kognisjoner, vil behandlingen bli mer effektiv. Dette gjerne fordi det gir et mer helhetlig inntrykk av personen og situasjonen.

Det er viktig å huske på at utvikling av stamming gjennom et livsløp i stor grad varierer fra person til person. Det vil derfor ikke være passende å tillegge de foregående beskrivelsene av voksne som stammer til hele gruppen, men det vil være sannsynlig at de kan være passende for en viss andel av den. Etersom personer som stammer representerer en heterogen gruppe, vil dette alltid være et viktig moment i møte med disse personene (Shapiro, 2011). Det er altså viktig å tilpasse en behandlingsprosess til det enkelte individet og dets behov.

## 3.1 Mål for behandling

Mål for behandling vil også i stor grad variere fra person til person. Allikevel vil det være visse likheter når det kommer til hva den voksne som stammer ofte ønsker å oppnå med sin logopediske behandling. Det er viktig at klienten blir en integrert del av prosessen med å sette behandlingsmål. Dette fører til ansvarliggjøring i forhold til egen prosess (Van Riper, 1973). Ved at målsetting blir en felles oppgave mellom klient og logoped, der klienten er fullstendig inkludert, kan det utvikles en høyere grad av bevissthet rundt motivasjonen bak det å starte behandling (Van Riper, 1973). Det kan også styrke forholdet mellom klient og logoped, og gi økt motivasjon til å nå målene (Guitar, 2014). Altså kan et godt samarbeid mellom logoped og klient i denne prosessen være en forutsetning for å oppnå tilfredsstillende utbytte av behandlingen.

Selv om det er viktig at klienten er med på å sette mål for behandlingen, er det også viktig at logopeden overvåker prosessen og eventuelt gjør noen tilpasninger underveis. Dette for å sikre en god balanse mellom utfordring og mestring. Det er viktig at måloppnåelse ikke krever for mye anstrengelse (Van Riper, 1973). Dette for å hindre en følelse av nederlag eller tap av motivasjon. Det å definere delmål som en vei mot oppnåelse av hovedmålet, vil også gjøre at hovedmålet virker nærere og lettere oppnåelig (Van Riper, 1973). På denne måten vil det kanskje være lettere for klienten å visualisere veien mot et ønsket resultat.

Selv om behandlingen må tilpasses individuelle behov og kapasiteter, vil det altså gjerne være noen felles utfordringer som oppstår (Van Riper, 1973). Felles for mange som oppsøker logopedisk stammebehandling i voksen alder vil gjerne være et ønske om en oppnåelse av høyere grad av, eller fullstendig taleflyt. For å oppnå dette, kan målene være rettet mot atferdsmessige eller affektive sider ved stammingen.

### 3.1.1 Atferdsmessige mål

De atferdsmessige målene for logopedisk stammebehandling av voksne deles gjerne inn i tre: oppnåelse av spontan taleflyt, kontrollert taleflyt, eller akseptabel stamming (Shapiro, 2011). Disse vil gjerne stå som hovedmålene for behandlingen.

Det optimale målet for behandling vil for mange være å oppnå *spontan taleflyt*. Med dette menes at talen vil høres ut som den av en person som ikke stammer (Shapiro, 2011). En

person som har oppnådd spontan taleflyt vil ikke ha noen observerbar sekundæratferd, og eventuelle repetisjoner og forlengelser oppleves uanstrengte (Shapiro, 2011). For mange som oppsøker logopedisk behandling vil ønsket være å oppnå nettopp dette. Ettersom mange voksne som stammer har en stammeatferd som har blitt en svært integrert del av dem, er det ikke alltid at det vil være mulig, eller ønskelig, å oppnå spontan taleflyt. Dette på bakgrunn av at det gjerne krever veldig mye arbeid fra klientens side for å oppnå dette.

Dersom spontan taleflyt ikke er et passende mål, er det gjerne et mål om *kontrollert taleflyt* som blir forsøkt oppnådd (Shapiro, 2011). Dersom dette målet oppnås vil talen høres lignende ut som ved spontan taleflyt, men det krever at talen kontinuerlig overvåkes og tilpasses (Shapiro, 2011). Når dette er oppnådd kreves det altså mer anstrengelse for at talen skal høres tilnærmet flytende ut, enn ved spontan taleflyt.

Dersom verken spontan eller kontrollert taleflyt virker som passende mål for behandlingen, vil det å oppnå *akseptabel stamming* gjerne være det neste alternativet. Dette vil si at talen inneholder hørbare talebrudd, men at stammingen er av lav alvorlighetsgrad (Shapiro, 2011). Med en reduksjon av hørbare talebrudd, vil det også gjerne følge en økt komfort tilknyttet egen tale, altså reduserte negative holdninger (Shapiro, 2011). Det å godta akseptabel stamming som mål for behandling krever altså en større grad av aksept for egen stamming.

Som nevnt tidligere, vil det også være naturlig å sette delmål for behandlingen. Eksempler på delmål som omhandler de atferdsmessige sidene ved stamming, kan blant annet være å redusere mengden stamming. Dette for eksempel ved å redusere antall stammeøyeblikk per antall ord eller stavelser. Det som vil være viktig i arbeid mot å nå dette målet, er at det ikke oppstår andre typer atferd som erstatter tidligere atferd, og som kan virke forstyrrende på kommunikasjonen (Guitar, 2014). Et delmål kan også være å redusere stammingens abnormalitet. Dette kan handle om å redusere spenninger og strev, slik at stammingen oppleves som mer komfortabel for både den som snakker og den som hører på (Guitar, 2014). På denne måten kan kommunikasjonen forbedres.

Det å redusere unngåelsesatferd kan også være et atferdsmessig delmål. Selv om dette kanskje ikke er det første målet som blir adressert i behandlingen, kan det være et av de viktigste (Guitar, 2014). Det vil ofte være nødvendig å redusere negative følelser og mengden stamming før det er hensiktsmessig å redusere unngåelsesatferd. Det å jobbe mot disse

målene først, kan også indirekte føre til redusert unngåelse (Guitar, 2014). Redusert unngåelse kan føre til at mange hverdagslige situasjoner oppleves som lettere å håndtere.

Oppdelingen av de ulike atferdsmessige hovedmålene kan kanskje virke kunstig og rigid, men den gir et inntrykk av hva utfallene av logopedisk stammebehandling av voksne kan være. Denne fremstillingen viser kun til de atferdsmessige sidene ved stamming, og det er viktig og også ta de affektive aspektene med i betraktning.

### **3.1.2 Affektive mål**

I tillegg til å omfatte atferdsmessige sider ved stamming, bør mål for behandlingen også vie seg til følelser og holdninger knyttet til egen kommunikasjon (Shapiro, 2011). Det kan handle om å identifisere, studere og forstå følelser og holdninger, og på denne måten redusere frykt og unngåelse knyttet til stammingen (Shapiro, 2011). Negative følelser tilknyttet egen stamming kan også føre til mer spenninger og strev, som igjen kan føre til enda flere negative følelser. På denne måten kan det oppstå en ond sirkel (Guitar, 2014). Dette kan også være bakgrunn for å innføre behandlingsmål som omhandler de affektive sidene av stamming.

Det å redusere negative tanker og holdninger knyttet til stamming og tale, kan også være et affektivt mål for stammebehandling (Guitar, 2014). Gjennom å aktivt oppsøke og mestre situasjoner som tidligere ble unngått, kan kommunikasjonsferdigheter og selvtillit bygges opp, og positive holdninger til egen tale og kommunikasjon etableres (Shapiro, 2011). Slik desensitivisering, der klienten får gjentatte erfaringer med fryktede situasjoner, kan føre til en mer avslappet holdning, som igjen kan føre til mer flytende tale. Dersom dette oppleves på en positiv måte gjentatte ganger, kan det føre til at forventninger om å stamme erstattes med forventninger om flytende tale (Guitar, 2014). Dette kan gjøre det lettere å håndtere uforutsigbare situasjoner som oppstår i hverdagen.

Det å arbeide mot affektive behandlingsmål kan også foregå indirekte. Dette for eksempel ved at behandling av atferdsmessige sider av stammingen kan føre til reduksjon av frykt og forbedring av holdninger (Shapiro, 2011). Et mål i seg selv kan også være å øke øvrige kommunikasjonsferdigheter. Dette kan indirekte påvirke og påvirkes av, både atferdsmessige og affektive sider ved stammingen. Voksne som stammer kan ofte ha viet mye tid til stammingen, uten å fokusere på kommunikasjonsferdigheter (Guitar, 2014). For noen kan økt

taleflyt og redusering av negative holdninger i seg selv føre til forbedring av kommunikasjonsferdigheter. For andre kan det å oppsøke kommunikasjonssituasjoner, og få trening gjennom dette, føre til redusert unngåelse og større grad av aksept mot den stammingen de har igjen (Guitar, 2014). Dette kan indirekte også føre til økt taleflyt.

## 3.2 Flytskapende tilnærming

Det finnes hovedsakelig to retninger innen stammebehandling. Det kan grovt sett skilles mellom en flytskapende og en stammemodifiserende tilnærming. Behandlingstilnæringer som er *flytskapende* har hovedsakelig fokus rettet mot de mer overfladiske trekkene ved stamming. De søker å oppnå tale som er så flytende som mulig, og som fortsatt høres naturlig ut (Manning, 2001). Denne tilnærmingen bygger i stor grad på læringsteorier om operant betinging. Dette på den måten at stamming er en operant respons på en stimulus i omgivelsene, og at det dermed kan behandles ved bruk av operante prinsipper (Ward, 2006). For å oppnå dette bygger flytskapende behandlingsprogrammer i stor grad på teknikker som handler om kontroll av motoriske deler av taleapparatet, som for eksempel respirasjon, stemme og artikulasjon (Ward, 2006). Først og fremst handler denne tilnærmingen om å etablere flytende tale i den kontrollerte settingen som logopedkontoret er. Det er først når dette er oppnådd at behandlingen utvides, slik at flytende tale kan oppnås i samtalesituasjoner både i og utenfor logopedkontoret (Manning, 2001). Dette vil være viktig for at behandlingen skal ha overføringsverdi til hverdagslivet.

Det finnes ulike aktiviteter som kan føre til en relativt umiddelbar opplevelse av taleflyt. Dette kan for eksempel være å synge, eller å snakke eller lese i kor med andre (Shapiro, 2011). For noen kan det å gjøre slike aktiviteter sammen med logopeden føre til at de opplever flytende tale, kanskje for første gang. Dette kan virke svært motiverende (Shapiro, 2011). Hensikten med å oppnå taleflyt ved bruk av slike, gjerne kunstige, aktiviteter er at personen skal få kjenne på hvordan det føles å snakke flytende, og gjennom dette få motivasjon. Det vil i forbindelse med dette være viktig at logopeden forklarer hvorfor slike aktiviteter blir brukt, og at effekten er midlertidig og kun knyttet til utførelsen av disse aktivitetene (Shapiro, 2011). Dersom dette ikke blir kommunisert kan det føre til forventninger som er urealistiske, og en stor skuffelse dersom effekten ikke oppnås i spontane samtalesituasjoner.

Ved bruk av en rent flytskapende tilnærming blir ikke affektive sider ved stammingen adressert direkte. Tanken er at negative holdninger, frykt og unngåelse knyttet til stammingen reduseres indirekte ved at taleflyten økes (Manning, 2001). Dette viser seg som en motsetning til den stammemodifiserende tilnærmingen.

### **3.3 Stammemodifiserende tilnærming**

Der den flytskapende tilnærmingen adresserer affektive sider ved stammingen på en indirekte måte, blir disse gjerne sett på som en svært sentral del av den *stammemodifiserende tilnærmingen*. Denne tilnærmingen baserer seg på at stamming som en vanske blir dramatisk mer utfordrende å håndtere dersom unngåelse, frykt og spenninger blir tilknyttet stammeøyeblikkene (Manning, 2001). Den stammemodifiserende tilnærmingen bygger i stor grad på Van Riper sin tilnærming til behandling (Ward, 2006). Van Riper skriver at hans behandling søker å "... help the stutters to unlearn his old maladaptive responses to the *threat* and to the *experience* of fluency disruption and to learn new and more adaptive ones in their stead" (1973, s. 204). Her blir det tydelig at det er de følelsesmessige responsene til stammingen som er fokuset for behandlingen. Spesifikt er det reduksjon og håndtering av frykt og unngåelse som er hovedfokuset (Manning, 2001). Det vises også til en læring av nye måter å håndtere stammingen på.

Det er, som nevnt tidligere, ofte slik at frykt for å stamme fører til økt unngåelse, som igjen fører til mer stamming i fryktede samtalesituasjoner. Den stammemodifiserende tilnærmingen søker å modifisere stammingen slik at den føles mindre strevsom, og på denne måten reduseres gjerne frykt og unngåelse. Denne reduksjonen vil igjen kunne føre til mindre stamming, og også kanskje føre til enda mindre unngåelse (Ward, 2006). Stammingen kan modifiseres gjennom å på forskjellige måter gjøre den mer åpen, avslappet og intensjonell. Dette kan gjøre at stammingen føles lettere og mer akseptabel (Manning, 2001). Denne modifiseringen skjer, i følge Van Riper (1973), gjennom fire ulike faser: identifisering, desensitivisering, modifisering og stabilisering. Disse vil bli beskrevet videre.

#### **3.3.1 Identifisering**

Identifiseringsfasen handler om å utforske og analysere både synlig atferd, og skjult opplevelse av egen stamming (Van Riper, 1973). Dette vil kunne føre til en dypere forståelse for den motoriske delen av stammingen, og for reaksjonene til disse (Ward, 2006). Altså

handler det i stor grad om bevisstgjøring av både primær- og sekundæratferd som er spesifikk til egen stamming.

### **3.3.2 Desensitivisering**

Denne fasen handler om å redusere negative følelser og angst knyttet til det å snakke, og å øke robusthet i møte med stammeøyeblikk (Van Riper, 1973). Dette slik at toleransen for frustrasjon økes, og evnen til å håndtere eventuelle lytterreaksjoner forbedres (Ward, 2006). Det finnes ulike måter å oppnå dette, der frivillig stamming kan nevnes som en av dem. Dette utdypes mer i neste kapittel.

### **3.3.3 Modifisering**

I modifiseringsfasen skjer det først en avlæring av unngåelsesvaner og strev, og deretter læring av nye og mer flytende måter å stamme på (Van Riper, 1973). Dette innebærer blant annet læring av ulike stammemodifiserende teknikker. Målet er altså å oppnå flytende, eller kontrollert stamming (Ward, 2006). Dette markerer en stor forskjell fra den flytskapende tilnærmingen. Mens den sikter mot å oppnå flytende *tale*, sikter den stammemodifiserende tilnærmingen å oppnå flytende *stamming*. Dette signaliserer i større grad en aksept mot det å stamme.

### **3.3.4 Stabilisering**

I denne fasen jobbes det mot å automatisere den nye, mer flytende måten å stamme på. Det vil også bli viktig og lære å overvåke talen slik at den kan opprettholde sitt naturlige preg (Van Riper, 1973). En del av automatiseringen vil være å overføre den nye måten å stamme på til ulike situasjoner (Ward, 2006). Dette er en viktig prosess, ettersom hensikten med stammebehandling vil være å kunne nyttiggjøre seg av effekten i alle samtalsituasjoner, selv etter at behandlingen er avsluttet. Dette spesielt i samtalsituasjoner i hverdagen, som gjerne oppstår uforutsigbart og ukontrollerbart.

Som beskrevet ovenfor, søker den stammemodifiserende tilnærmingen å oppnå en form for flytende stamming. Dette signaliserer at stammingen ikke nødvendigvis blir helt borte. I behandlingssituasjoner vil det være viktig å gi klienten en bevissthet rundt dette. For mange personer som stammer kan det være vanskelig å godta at stammingen ikke nødvendigvis kommer til å opphøre fullstendig. Måten den stammemodifiserende tilnærmingen retter seg

mot de affektive sidene ved stamming, kan imidlertid gjøre det lettere å oppnå en større grad av aksept mot egen stamming.

### **3.4 Integrert tilnærming**

Skillet mellom en flytskapende og en stammemodifiserende tilnærming kan fremstå som noe kunstig, og det vil i de fleste tilfeller være naturlig å benytte elementer fra begge tilnærmingene i stammebehandling. Dette ser ut til å være mest vanlig for logopedisk stammebehandling i Norge i dag. Denne formen for behandling kan kalles gjerne for en *integrert tilnærming*.

Enkelte deler av den flytskapende og den stammemodifiserende tilnærmingen kan være vanskelige å skille. Metoder brukt i den modifierende fasen av den stammemodifiserende tilnærmingen kan være lignende, og til dels overlappe, med metoder brukt som en del av en flytskapende tilnærming (Ward, 2006). Som nevnt tidligere, er personer som stammer en svært heterogen gruppe, og de vil altså ha ulike behov i sin behandlingssituasjon. De fleste vil dra fordel av elementer fra begge tilnærmingene, og det vil gjerne variere fra person til person hvor mange aspekter av hver tilnærming som tas inn i behandlingen (Ward, 2006). Ved å ta utgangspunkt i en felles målsettingsprosess mellom logoped og klient, kan det dannes et grunnlag for en individualisert behandling.

Ettersom voksne som stammer gjerne har mye negative følelser og holdninger knyttet til stammingen sin, vil det være naturlig å adressere disse i en behandlingssituasjon. Dette vil være i tråd med en stammemodifiserende tilnærming. Det er også slik at for de fleste voksne som stammer vil det ultimate målet være å oppnå spontan taleflyt (Shapiro, 2011). Dette vil kanskje best oppnås med elementer fra en flytskapende tilnærming. Dermed kan det argumenteres for at de to tilnærmingene med fordel kan kombineres og skreddersys med utgangspunkt i den enkelte persons ønsker og behov.



## 4 Frivillig stamming

Frivillig stamming er en teknikk som har blitt brukt i stammebehandling i mange år. Det er også mange måter å bruke den på. Dette både som en del av desensitivisering, og som en del av det å øke eller opprettholde taleflyt. Guitar & McCauley (2010) skiver blant annet at frivillig stamming både kan brukes alene, som en måte å utforske egen stamming, eller i samtalem sammenheng, som en del av en desensitiviseringsprosess. Ettersom frivillig stamming ofte brukes som desensitivisering, ser mange på denne teknikken som en del av en stammemodifiserende tilnærming (Manning, 2001; Ward, 2006). Dette sannsynlig fordi den er sentral i desensitiviseringsfasen i Van Riper (1973) sin stammemodifiserende tilnærming til behandling.

Det finnes ikke nødvendigvis store mengder teori om frivillig stamming, men i den litteraturen som er, brukes det flere ulike betegnelser på teknikken. Dette gjør kanskje at det kan være utfordrende å få oversikt over det som er skrevet. I denne oppgaven benyttes betegnelsen *frivillig stamming* (voluntary stuttering), men uttrykk som blant annet *pseudostamming* (pseudo stuttering), *faking* (Van Riper, 1973) og *negative practice* (Ward, 2006) blir også brukt i litteraturen.

### 4.1 Historisk

Allerede på 1930-tallet ble frivillig stamming omtalt som en metode brukt for å gi økt kontroll over egen tale (Bryngelson, 1935). Bryngelson sin metode bygger på Dunlap (1932) sin teori om ”negative practice” (Bloodstein, 1995). Denne teorien handlet om at uvaner kunne elimineres dersom de bevisst ble praktisert og hentet frem fra det ubevisste slik at de kunne håndteres på en hensiktsmessig måte (Bloodstein, 1995). Måten Bryngelson (1935) mente frivillig stamming burde brukes på var ved å studere egen stammeatferd i et speil, og deretter imitere dette. Altså skulle den frivillige stammingen være lignende egen stamming. En av fordelene med å bruke frivillig stamming på denne måten, mente Bryngelson (1935) var at sekundæratferd i form av flukt- og unngåelsesatferd ble fjernet. Han trakk frem at de samme musklene blir brukt ved frivillig stamming som ved ekte stamming, men på en friere og mindre strevsom måte. På denne måten mente han også at det blir lettere å få sagt det som ønskes, og at frykten for å stamme dermed også reduseres (Bryngelson, 1935).

Senere har frivillig stamming fortsatt blitt brukt i behandlingssituasjoner (Bloodstein, 1995). Van Riper forsøkte først å benytte frivillig stamming slik som Bryngelson (1935) hadde beskrevet. Ettersom hensikten var at det skulle fungere desensitiserende, fant han det derimot mer hensiktsmessig å benytte det han kalte ”pseudostamming”. Dette i form av lette repetisjoner, og på ord som det ikke ble fryktet å stamme på (Bloodstein, 1995). Denne formen for frivillig stamming ble kun brukt som en del av en sammensatt behandlingsform, og ikke som en isolert metode (Van Riper, 1973). Som nevnt i forrige kapittel, er frivillig stamming en sentral del av desensitiseringsfasen i den stammemodifiserende tilnærmingen.

Der Bryngelson mente at den frivillige stammingen burde ligne egen stammeatferd, mente altså Van Riper at den kun burde bestå av lette repetisjoner. En annen forskjell i hvordan de to mente frivillig stamming burde benyttes, er måten de mente situasjonen skal håndteres dersom ekte stammeøyeblikk oppstår. Mens Bryngelson (1935) mente at det ordet det ble stammet på da skulle repeteres helt til stammeøyeblikket var under kontroll, mente Van Riper (1973) at slike øyeblikk skulle overses, og at det kun skulle være fokus på den frivillige stammingen.

## **4.2 Som en del av desensitivisering**

Desensitivisering handler, som nevnt i kapittel 3, om å redusere negative følelser og angst knyttet til samtalsituasjoner (Van Riper, 1973). Manning (2001) skriver at dersom det uttrykkes store mengder frykt og unngåelse i forbindelse med bruk av frivillig stamming, så kan dette være et tegn på at det er nødvendig å fokusere på desensitivisering. Dette ettersom vegring for å benytte teknikken kan henge sammen med at personen har sterke negative følelser knyttet til egen stamming og tale. I forbindelse med negative følelser skriver Guitar:

One way to reduce these feelings is to stutter voluntarily. If you are afraid of something and run away from it, you will always be afraid of it. The way to overcome fear is to confront it and discover that it's not as bad as you thought (2014, s. 304).

Dermed kan frivillig stamming både gi en indikasjon på at det er nødvendig å jobbe med desensitivisering, og det kan også være en måte å jobbe med desensitivisering på.

I behandlingssituasjoner blir gjerne frivillig stamming introdusert i tråd med Van Riper sin tilnærming til behandling, først i form av lette repetisjoner eller korte forlengelser. Deretter vil det være naturlig å gradvis trekke inn stammeatferd som er lignende egen stamming

(Manning, 2001). På denne måten blir elementer av både Bryngelson og Van Riper sine måter å benytte teknikken på inkludert. Det kan også være aktuelt å trekke inn frivillig sekundæratferd som er lignende sin egen (Reitzes, 2005). Dette for å gjøre situasjonen mer reell. Byrd et al. (2016) har i sin surveystudie forsket på klientens perspektiv på frivillig stamming. Dette er en kvantitativ studie, der 206 personer deltok. I sin forskningsartikkel viser de til at det å imitere egen stammeatferd ved utføring av frivillig stamming, ofte oppleves som mer desensitiverende og hensiktsmessig (Byrd et al., 2016). Dette kanskje fordi det da har større overføringsverdi til reelle samtalsituasjoner som oppstår i hverdagen.

Det vil være naturlig for mange personer som stammer å være motvillige til å forsøke frivillig stamming. Dette fordi det kan virke kontraintuitivt å stamme med vilje, når ønsket er å bli kvitt stammingen (Manning, 2001). Surveystudien av Byrd et al. (2016) viser derimot at selv om frivillig stamming i utgangspunktet oppleves som emosjonelt vanskelig å utføre, så reduseres disse følelsene betraktelig for mange etter at teknikken har blitt prøvd. Dette viser også til at logopedens støtte og oppmuntring kan være viktig ved introduksjon av frivillig stamming.

#### **4.2.1 Modellering**

Når frivillig stamming introduseres i en behandlingsprosess, anbefales det at logopeden modellerer hvordan teknikken skal utføres. Modellering er en viktig del av en endringsprosess (Manning, 2001). Det å utføre frivillig stamming kan oppleves som en utfordrende måte å utforske stamming på. Det at logopeden viser vilje til å modellere denne type atferd, vil kunne gjøre at det føles mer komfortabelt for klienten (Manning, 2001). Dette kan også vise at logopeden har tro på klientens evne til endring og til å utfordre seg selv (Manning, 2001). Modelleringen kan foregå ved at logopeden ber klienten følge sitt initiativ til å utføre lette repetisjoner eller forlengelser. Det vil være viktig for logopeden å samtidig holde god, naturlig øyekontakt (Guitar, 2014). Når logopeden gjør denne fryktede handlingen uten å nøle, og uten å bry seg om eventuelle lytterreaksjoner, kan dette føre til at klienten også lærer å være mindre redd i lignende situasjoner (Van Riper, 1973). Altså kan modellering av frivillig stamming med fordel også foregå utenfor logopedkontoret, i reelle samtalsituasjoner.

Ved logopedens modellering av frivillig stamming vil det være viktig å forklare for klienten hensikten med det som blir gjort. Det er viktig å understreke at det ikke gjøres for å gjøre narr, men at hensikten er å internalisere og bedre forstå klientens opplevelse (Shapiro, 2011). Det vil være naturlig å begynne, som nevnt ovenfor, med å modellere en avslappet, lett form for stamming, gjerne i form av lette repetisjoner eller forlengelser. Gradvis kan dette utvides til å inkludere lettere former for klientens egen stammeatferd (Shapiro, 2011). Manning (2001) viser til at dersom logopeden kan modellere en form for ro under stamming, vil dette mest sannsynlig overføres til klienten. Det vil også være viktig å diskutere og vurdere sammen med klienten hvordan det oppleves å utføre frivillig stamming (Shapiro, 2011). Dette for å sikre en positiv opplevelse, og at eventuelle negative opplevelser kan diskuteres.

#### **4.2.2 Hierarki**

I forbindelse med bruk av frivillig stamming i behandling vil det være hensiktsmessig å utarbeide et hierarki av situasjoner der det vil være aktuelt å benytte teknikken. Bruk av frivillig stamming bør vanligvis innledes inne på logopedkontoret (Guitar, 2014). Etter at klienten har blitt komfortabel med å bruke frivillig stamming i en behandlingssituasjon, vil det være aktuelt å bringe teknikken ut av logopedkontoret (Manning, 2001). Hensikten med å utarbeide et hierarki av situasjoner vil være å kunne gradvis tilpasse seg den emosjonelle påkjenningen som frivillig stamming kan påføre (Van Riper, 1973). Det å diskutere ulike situasjoner og hvordan det ville oppleves å bruke frivillig stamming i disse situasjonene, kan også hjelpe med bevisstgjøring av egne følelser og syn på egen stamming. Dette vil også være nyttig å ta utgangspunkt i ved tilpassing av videre behandling (Shapiro, 2011). Altså vil et slikt hierarki kunne bidra til en behandling som er mer tilpasset den enkelte personens ønsker og behov.

Et hierarki over utfordrende samtalsituasjoner kan for eksempel begynne med en telefonsamtale inne på logopedkontoret, for deretter å omfatte gradvis mer utfordrende samtalsituasjoner. For eksempel å stoppe noen på gata og spørre om veien, eller å spørre etter en vare i en butikk. I Byrd et al. (2016) sin forskningsartikkel kommer det frem at fordelene ved bruk av frivillig stamming er større dersom teknikken også blir brukt utenfor logopedkontoret. Dette kan også ha sammenheng med overføringsverdi til hverdagssituasjoner.

Frivillig stamming i samtalsituasjoner fra det utarbeidede hierarkiet bør i begynnelsen utføres sammen med logopeden, og gjerne mens logopeden modellerer. Dette for å sikre at hvert trinn i hierarkiet blir opplevd flere ganger, helt til følelsene av frykt eller unngåelse opphører (Van Riper, 1973). Samarbeid med logopeden ved utføring av frivillig stamming kan også være en forsikring om at situasjonene ikke blir for emosjonelt utfordrende, og at det blir en balanse mellom utfordring og mestring. Etterhvert som frykt og unngåelse opphører kan frivillig stamming utføres uten logoped, i naturlige samtalsituasjoner.

### **4.2.3 Utforsking**

Frivillig stamming kan også være en nyttig måte å utforske, og bli kjent med egen stamming. Hensikten med å utforske egen stamming kan være for å redusere tendensen til å unngå den, og flykte fra den (Guitar, 2014). Dette er, som nevnt tidligere, en viktig del av desensitivering. Ved å bruke frivillig stamming på denne måten kan det også utforskes andre måter å stamme på (Manning, 2001). Hensikten med dette vil være å opprette bevissthet rundt at det er forskjellige måter å stamme på, som for eksempel hardt og mykt, høyt og lavt eller anspent og avslappet (Shapiro, 2011). Slik utforsking, vil kunne gi en bevissthet rundt at snakking ikke bare er noe som skjer. Snakking er noe som fysisk gjøres, og som kan endres på (Shapiro, 2011). Dette kan også gi et bedre grunnlag for bruk av flytskapende eller stammemodifiserende teknikker.

Frivillig stamming kan i tillegg gi muligheter for å utforske lytterreaksjoner. En stor del av den frykten som oppleves i forbindelse med stamming kan ofte være en frykt for andres reaksjoner. Det å utforske lytterreaksjoner kan gjøres ved å observere samtalepartner mens frivillig stamming utføres (Ward, 2006). Det vil ofte være lettere å fokusere på lytterreaksjoner ved bruk av planlagt frivillig stamming, enn når stamming oppstår tilfeldig i en situasjon. Ofte vil observasjon av samtalepartners reaksjoner føre til en oppdagelse av at de fleste lyttere er veldig tålmodige (Guitar, 2014). Det kan også føre til en oppdagelse av at lytteren er mer opptatt av innholdet i det som blir sagt, enn av stammingen (Ward, 2006). Disse oppdagelsene vil kunne føre til høyere toleranse for lytterreaksjoner, og at det er lettere å bevare roen når stamming oppstår ukontrollert (Guitar, 2014). Observasjon av logopedens modellering av frivillig stamming i reelle samtalsituasjoner kan også gi gode muligheter for å utforske lytterreaksjoner.

#### **4.2.4 Opplevelse av kontroll**

Bruk av frivillig stamming kan bidra til en opplevelse av kontroll over stammingen. Stammingen kan for mange personer ha virket ukontrollerbar og skummel i lang tid (Manning, 2001). Den frivillige stammingen kan gi en opplevelse av kontroll, nettopp fordi den er frivillig. Det kan bestemmes når og hvordan den skal utføres, til forskjell fra virkelige stammeøyeblikk som gjerne føles ukontrollerbare. Personer som stammer føler ofte at de i veldig liten grad har kontroll over talen sin (Reitzes, 2005). Følelsen av å miste kontroll kan være svært ubehagelig. Derfor har opplevelser av kontroll over taleflyten stor innvirkning, og oppleves gjerne som veldig meningsfulle (Van riper, 1973). Følelsen av kontroll kan også føre til en reduksjon av angsten for å snakke i visse situasjoner (Ward, 2006). Dette særlig dersom frivillig stamming blir brukt sammen med et hierarki av situasjoner. På denne måten kan frivillig stamming være med på å bryte koblingen mellom stamming og følelsen av å miste kontroll (Manning, 2001). Dette kan være svært meningsfylt, og kan over tid være med på å endre synet på egen stamming og tale.

#### **4.2.5 Selvavsløring**

Frivillig stamming kan også brukes som en måte å avsløre stammingen ovenfor andre. Mye av frykt og angst knyttet til samtalesituasjoner kan komme av en frykt for at stammingen skal bli avslørt (Van riper, 1973). Ved å legge inn frivillig stamming i begynnelsen av en samtale kan denne frykten for å bli avslørt opphøre. På denne måten kan også tidspunktet for, og måten avsløringen skjer på, kontrolleres i større grad. Ved å bruke frivillig stamming på denne måten demonstreres også aksept av egen stamming (Van riper, 1973). Dette kan gjerne føre til mindre ubehag for samtalepartner. I mange situasjoner kan det også føre til en stor lettelse (Van Riper, 1973). Dette fordi det ikke lenger er behov for å frykte at samtalepartner skal finne ut om stammingen.

Ved bruk av frivillig stamming som selvavsløring kan det også bli lettere å fokusere på samtalepartner og innholdet i samtalen. Mange kan oppleve at frykten for avsløring av stammingen fører til at det er vanskelig å lytte til det andre sier (Reitzes, 2005). Når denne frykten ikke lenger er der, vil det kunne være lettere å fokusere på budskapet som formidles (Reitzes, 2005). På denne måten vil det også gjerne skje en forbedring av kommunikasjonsferdigheter. Dette for eksempel i form av lytteferdigheter og øyekontakt

(Reitzes, 2005). Dette fordi fokuset lettere kan rettes mot noe annet enn egen stamming, og bevisstheten rundt selve kommunikasjon blir gjerne høyere.

### **4.3 For å øke taleflyt**

Som beskrevet ovenfor kan frivillig stamming på ulike måter bidra til redusert frykt og unngåelse. Frivillig stamming kan, i tillegg til å virke desensitiverende, bidra til å øke taleflyten. Dette blant annet gjennom å øve på ulike flytskapende og stammemodifiserende teknikker. Altså er det ikke bare i Van Riper (1973) sin desensitiveringsfase at frivillig stamming kan være nyttig, men også i modifierings- og stabiliseringsfasen. Når frivillig stamming utøves kan det føre til gode situasjoner til å øve på flytskapende eller stammemodifiserende teknikker (Ward, 2006). Dette fordi frivillig stamming gjerne gir forutsigbarhet og en følelse av kontroll. Det vil være lettere å øve på teknikker når stammeøyeblikkene kan planlegges, enn når de oppstår uforutsigbart og ukontrollerbart. Bruk av frivillig stamming i en stabiliseringsfase kan bidra til å overføre bruk av flytskapende eller stammemodifiserende teknikker til mange ulike situasjoner (Ward, 2006). Det vil være viktig å kunne bruke slike teknikker i alle de reelle situasjonene der det er behov, og ikke bare i en behandlingssituasjon. Frivillig stamming kan gjøre denne overføringen lettere og mer kontrollerbar.

Som beskrevet tidligere henger følelser og atferd nøye sammen. Altså kan reduksjon av negative følelser og unngåelse i seg selv føre til høyere grad av taleflyt (Guitar, 2014). På denne måten kan bruk av frivillig stamming også indirekte føre til en reduksjon av stammeøyeblikk (Reitzes, 2005). De ulike måtene som frivillig stamming kan bidra til reduksjon av frykt og unngåelse gjennom desensitivering, kan altså indirekte også føre til økt taleflyt.

## 5 Metode

For å gå frem med å besvare prosjektets problemstilling: ”Hvordan og med hvilken hensikt kan frivillig stamming benyttes av voksne som stammer?”, ble det benyttet *en kvalitativ tilnærming i form av et kildestudium*. I podcastepisoder der enkeltindivider som stammer diskuterer bruk av frivillig stamming, gis det innsikt i personlige erfaringer med bruk av denne teknikken. Dette gir mulighet til å gi en kvalitativ fremstilling av erfaringer knyttet til bruk av frivillig stamming. Ved bruk av podcastepisoder som kilder, benyttes kilder som allerede eksisterte før dette prosjektet ble påtenkt. Dette gjør at innholdet i kildene må tolkes for å forstås (Tveit, 2014). Tolking er en viktig del av hermeneutikken, som har gitt en ramme for bearbeiding og analyse av de data podcastepisodene som kilder har gitt.

En hensikt med en fremstilling av metode, er at det skal gi innsikt og oversikt over planlegging og gjennomføring av forskningsprosjektet. Dette for at det skal være mulig å etterprøve, slik at resultater skal kunne kontrolleres og reproduseres av andre (Befring, 2007). Med bakgrunn i dette, er metodekapittelet fremstilt i kronologisk rekkefølge i forhold til planlegging og gjennomføring av prosjektet. På denne måten vil det først vises til forberedelser som ble gjort *før* datainnsamling, deretter selve datainnsamlingsprosessen, etterfulgt av bearbeiding og analyse som ble gjort *etter* datainnsamlingen. Avslutningsvis vil det drøftes ulike hensyn til prosjektets kvalitet.

### 5.1 Forberedelser

Før selve datainnsamlingsprosessen kan starte er det en del forberedelser i form av planlegging og avgjørelser som må tas. I dette tilfellet ble en endring av både metode og problemstilling en del av disse forberedelsene.

#### 5.1.1 Opprinnelig prosjektplan

I den opprinnelige prosjektplanen som ble utformet var det bruk av ca. 4 kvalitative intervjuer som ble fremstilt som metode for å besvare problemstillingen (se vedlegg 1).

Problemstillingen som skulle besvares var: ”Hvordan opplever ungdommer som stammer bruk av frivillig stamming som en del av logopedbehandlingen?”. Den opprinnelige målgruppa for informanter var ungdommer i alderen 15-20 år. Denne målgruppen ble oppjustert til unge voksne i alderen 18-23 år i forbindelse med innsending av søknad til



Norsk senter for forskningsdata (NSD). Dette blant annet fordi før fylte 18 år er informantene å regne som barn. Det å forske med og på barn byr på flere etiske utfordringer. Dette blant annet med hensyn til samtykke, da barn kan være mer tilbøyelige til å adlyde autoriteter enn hva voksne er (Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora [NESH], 2016). Det anbefales også av NSD at foreldre samtykker til deltakelse av ungdommer i alderen 15-18 år. Dette selv om denne aldersgruppen som hovedregel selv kan gi samtykke (NESH, 2016). Etter overveielse ble det konkludert med at erfaringene til unge voksne i alderen 18-23 år ville være like relevante for problemstillingen som erfaringene til ungdommer i alderen 15-20 år. Søknaden til NSD ble godkjent (se vedlegg 2).

Sammen med søknad til NSD ble det også sendt en intervjuguide (se vedlegg 3). Denne ble utarbeidet med sikte på å innhente informasjon fra informantene som kunne føre til svar på problemstillingen. Spørsmålene ble utformet med hensikt å få frem ulike sider av opplevelser rundt bruk av frivillig stamming. Dette for å sikre et så utfyllende og korrekt svar på problemstillingen som mulig. Med bakgrunn i dette ble det utformet spørsmål som omhandler både tanker, følelser og fysiske reaksjoner knyttet til bruk av frivillig stamming.

Ved innhenting av personopplysninger er det viktig å informere og innhente samtykke fra deltakerne i forskningsprosjektet. Det er viktig at dette samtykket er fritt, informert og uttrykkelig (NESH, 2016). Med bakgrunn i dette, ble det utformet et informasjonsskriv med forespørsel til aktuelle informanter om deltakelse i forskningsprosjektet (se vedlegg 4). Dette med utgangspunkt i mal fra NSD.

For å nå ut til aktuelle informanter ble det sendt ut forespørsler til logopedene, der det ble spurt om de hadde kjennskap til unge voksne som passet målgruppen, og som kunne være aktuelle informanter til prosjektet. Dermed var det også nødvendig å utarbeide et informasjonsskriv til logopedene som ble kontaktet (se vedlegg 5). Informasjonen ble skrevet direkte inn som e-posttekst slik at det ikke skulle være nødvendig å åpne et vedlegg for å se hva prosjektet gikk ut på.

Søket etter informanter begynte først lokalt, der min veileders nettverk av logopedene i Oslo og Akershus ble benyttet. Det ble også opprettet kontakt med Norsk interesseforening for stamming og løpsk tale (NIFS), som sendte ut informasjon om prosjektet til sine medlemmer.

Da det var tilnærmet ingen respons etter ca. 3 uker, ble søket utvidet til hele landet. Det ble da sendt ut informasjon til alle logopedlagene i Norge. De kom med positive tilbakemeldinger, og videresendte min forespørsel til alle sine medlemmer. Kontakten med både logopeder, logopedlag og NIFS ble opprettet gjennom e-post.

Når søket etter informanter ble utvidet til hele landet ble det gjort en overveielse om at intervjuene også kunne gjennomføres per telefon eller via videosamtale. Det ble konkludert med at kvaliteten på intervjuene ikke nødvendigvis ville bli svekket dersom dette ble tilfellet. Det ble gjort refleksjoner rundt at det for noen kanskje kunne virke lettere å sette av tid til et telefonintervju enn å avtale tidspunkt for et faktisk møte. Samtidig ble det også reflektert rundt at det for mange som stammer kan virke utfordrende og skremmende å snakke i telefon, spesielt med noen de ikke kjenner. Det ble derfor gjort tydelig i informasjonsskrivet at intervju via telefon eller videosamtale kunne forekomme, slik at informantene kunne ta en informert beslutning om de ønsket å delta på dette.

### **5.1.2 Endring av metode**

Da det fortsatt ikke var noen informanter som hadde meldt sin interesse for å delta i prosjektet i begynnelsen av mars 2017, ble det i samråd med veileder tatt en beslutning om å endre metode. Det kan være ulike årsaker til at det var vanskelig å få tak i informanter til prosjektet. Noen logopeder sendte tilbakemelding om at de ikke arbeidet med klienter i målgruppen, mens andre sa at de ikke brukte frivillig stamming i deres arbeid. Med bakgrunn i disse tilbakemeldingene, kan det virke som at en mulig årsak kan være at frivillig stamming ikke blir benyttet i særlig stor grad. Det kan også tenkes at det av noen blir benyttet som en del av andre teknikker, uten at det nødvendigvis er bevissthet rundt at det faktisk er frivillig stamming som benyttes. Dette kanskje fordi det finnes lite forskning og litteratur om frivillig stamming tilgjengelig.

Det ble vurdert flere ulike design når metoden skulle endres. Blant annet å gjennomføre et kasusstudium om frivillig stamming ved å benytte blant annet intervju av en logoped, og podcast der det ble snakket om frivillig stamming. Med hensyn til tidsfrist og tidligere vansker med å finne informanter falt beslutningen til slutt på å gjennomføre et kildestudium, der podcastepisoder fra StutterTalk ble benyttet som kilder. Årsaken til at denne metoden ble valgt er blant annet at podcastepisodene har en intervjulignende form. I episodene som

benyttes blir det diskutert sider av det å benytte frivillig stamming som også ville vært relevant for å besvare den opprinnelige problemstillingen. Ved å benytte et kildestudium blir heller ikke prosjektet avhengig av andre personer, som for eksempel informanter å intervju, for at gjennomføringen skal være mulig.

Selv om podcastepisodene som skulle benyttes som kilder ga mye informasjon som var relevant for den opprinnelige problemstillingen, ble det vurdert som nødvendig å endre problemstillingen for å tilpasse den nye metoden. Med bakgrunn i at det finnes lite forskning og litteratur om frivillig stamming, ble det også ønskelig at besvarelse av problemstillingen skulle kunne bidra til ytterligere informasjon om bruk av frivillig stamming. Dette førte til en formulering av den nåværende problemstillingen: ”Hvordan og med hvilken hensikt kan frivillig stamming benyttes av voksne som stammer?”.

## **5.2 Datainnsamling**

Datainnsamlingsprosessen ved et kvalitativt kildestudium handler i stor grad om å finne kilder, og å utøve kildekritikk. Med et kildekritisk blikk vurderes det om kildene kan bidra til svar på problemstillingen.

### **5.2.1 Den kvalitative tilnærmingen**

Et kildestudium er en del av en kvalitativ tilnærming til forskning. Dalen skriver at et overordnet mål for kvalitativ forskning er ”å utvikle forståelsen av fenomener som er knyttet til personer og situasjoner i deres sosiale verden” (2011, s. 15). Med utgangspunkt i prosjektets problemstilling vil en kvalitativ tilnærming dermed være passende. Prosjektets problemstilling søker å utvide forståelsen for hvordan og hvorfor frivillig stamming kan brukes av voksne personer som stammer. Stamming er et fenomen som gjerne påvirker en persons sosiale verden i stor grad. Altså er dette i tråd med målet for kvalitativ forskning.

### **5.2.2 Kildestudium**

I dette prosjektet er utvalgte episoder fra podcasten StutterTalk kilder som inngår i et kildestudium. Etersom disse kildene ble til *før* dette prosjektet ble påtenkt, kan de anses som historiske kilder. I vid betydning kan altså alle kilder som er et resultat av en prosess i nær eller fjern fortid, anses som historiske kilder (Fuglseth, 2006a). Det at noe skal kunne karakteriseres som en kilde, vil være avhengig av prosjektets problemstilling. Dette fordi en

kilde i forskningssammenheng kan sies å være ”en gjenstand fra fortida som kan belyse en gitt problemstilling” (Tveit, 2014, s. 151). Det vil altså være viktig at kildene kan bidra til å gi svar på problemstillingen. Problemstillingen til dette prosjektet omhandler hvordan og hvorfor frivillig stamming kan benyttes. Dette var temaer som ble diskutert i podcastepisodene som ble brukt som kilder, og dermed ble det vurdert at kildene kunne bidra til å gi svar på problemstillingen.

### 5.2.3 Kildekritikk

Det å avgjøre hvorvidt kildene kan bidra til svar på problemstillingen vil også være en del av det å utøve kildekritikk. Altså det å vurdere hvorvidt materialet har en verdi som kilde for prosjektet (Fuglseth, 2006a). Kildekritikk er et viktig aspekt ved kildestudier, og det er også en del av det å vurdere prosjektets validitet. Det er viktig å vie oppmerksomhet til spørsmål som er knyttet til både ytre og indre kildekritikk (Tveit, 2014). Dette altså for å sikre at kildene er skikket til å bidra til svar på problemstillingen.

Ytre kildekritikk handler om forholdene rundt kilden, og omhandler ikke direkte innholdet eller budskapet i kilden (Tveit, 2014). Ytre kildekritikk handler således om troverdighet, og forhold som kildens *opphav* og *formål* må tas hensyn til (Kjeldstadli, 1999). Kildens opphav handler om hvem som har produsert kilden, altså hvem som er opphavspersonen.

Podcastepisodene som ble brukt som kilder i dette prosjektet har sitt opphav i den ikke-profitbaserte organisasjonen StutterTalk. Formålet med StutterTalk som organisasjon er ”... supporting people who stutter, their families, professionals, students, and the general public by talking openly about stuttering and by providing information about stuttering” (StutterTalk, u.å.a, avsn. 3). Det at StutterTalk som opphavsorganisasjon til kildene har som formål å snakke åpent om stamming, gjør at podcastepisodene deres kan anses som troverdige kilder for å besvare prosjektets problemstilling. I det å utøve ytre kildekritikk gjelder også å vurdere opphavspersonens kompetanse på det aktuelle området (Tveit, 2014). Lederen i StutterTalk, Peter Reitzes, er en person som selv stammer, og han er i tillegg utdannet logoped (StutterTalk, u.å.b). Dette ble også tatt i betraktning ved vurdering av opphavspersonens kompetanse på området, og den ytre kildekritikken.

Selv om ytre kildekritikk er viktig, er det innholdet i kilden som blir avgjørende i vurderingen av pålitelighet. Dette handler om indre kildekritikk, og om kilden baserer seg på sannhet

(Tveit, 2014). Dette er altså også et spørsmål om kilden egner seg til å svare på de problemstillingene som stilles, både om den er relevant og om den er sannferdig (Kjeldstadli, 1999). Når det gjelder spørsmålet om podcastepisodene fra StutterTalk er relevante, så hviler vurderingen i stor grad på vurderingen av ytre kildekritikk. Opphav og formål er med på å bestemme kildens relevans (Kjeldstadli, 1999). Indre kildekritikk i form av sannhet handler her om overensstemmelser mellom hypotese og empiri, og hypotese og rasjonalitet (Tveit, 2014). Med empiri menes det her iaktakelser fra den virkelige verden. Ettersom podcastepisodene i stor grad består av personlige erfaringer med bruk av frivillig stamming, vil det være rimelig å anta at hypotese og empiri stemmer overens. Rasjonalitet i denne sammenheng handler om tidligere kunnskap på området. Ved å drøfte innholdet i podcastepisodene opp mot tidligere forskning og litteratur om frivillig stamming, kan det sies noe om hvorvidt hypotese og rasjonalitet henger sammen.

#### **5.2.4 Ulike typer kilder**

Det finnes mange måter å dele kilder inn i ulike typer. For det første kan kilder skilles etter hva slags nærhet de har til temaet det forskes på. Her skilles det gjerne mellom preliminare, primære og sekundære kilder (Fuglseth, 2006a). *Preliminære* kilder er kilder som indirekte gir informasjon som fører videre til primære og sekundære kilder (Fuglseth, 2006a). Podcastepisodene fra StutterTalk som benyttes som kilder i dette prosjektet kan være preliminare i den forstand at det gis informasjon om litteratur eller forskning om frivillig stamming. Når denne informasjonen fører til at litteraturen eller forskningen benyttes for å belyse problemstillingen, kan podcastepisoden sies å være en preliminær kilde. *Primære* kilder er de som befinner seg i umiddelbar nærhet til temaet det forskes på, altså er de førstehåndskilder (Fuglseth, 2006a). Når det i podcastepisodene fortelles om personlige erfaringer knyttet til bruk av frivillig stamming, vil dette være primære kilder. Ingen er nærmere en hendelse enn den som faktisk har opplevd det selv. *Sekundære* kilder er de som omtaler eller tolker de primære kildene (Fuglseth, 2006a). Når en logoped er gjest i en av podcastepisodene, og forteller om hvordan en tidligere klient opplevde å bruke frivillig stamming, vil dette være en sekundærkilde til denne hendelsen. Det er alltid viktig å komme så nære den opprinnelige hendelsen, eller det opprinnelige temaet, som mulig. Dermed er det de primære kildene som er de viktigste i et kildestudium (Fuglseth, 2006a). Det er også slik podcastepisodene i størst grad har blitt benyttet.

En annen måte å dele inn kilder i ulike typer kan være ved å skille mellom hva slags informasjon de gir tilgang til. Befring (2007) hevder at historiske kilder kan være enten av personlig eller institusjonell art, og samtidig være enten konfidensielle eller offentlige. Podcastepisodene vil med utgangspunkt i denne inndelingen kunne beskrives som å være *offentlige kilder av personlig art*. Som eksempler på slike kilder nevner Befring ”avisinnlegg, brosjyrer, opne brev, der forfatteren taler på personleg vegne” (2007, s. 199). Podcastepisodene kan regnes for å være offentlige, ettersom de er publisert og ligger tilgjengelige på internett. De inneholder også personlige uttalelser om bruk av frivillig stamming.

Det er gjerne slik at offentlige dokumenter av institusjonell art regnes som mest pålitelige og objektive (Befring, 2007). Det at private kilder er mer subjektive, kan føre til en større grad av delaktighet i opplevelser og intensjoner, og på denne måten få frem informasjon om temaet som ellers ville vært skjult (Befring, 2007). Det å bruke podcastepisoder, som er offentlige kilder av personlig art, kan dermed bidra til nyttig informasjon, og gi en ny dimensjon, dersom informasjonen de gir drøftes opp mot eksisterende litteratur og forskning om frivillig stamming.

### **5.2.5 Podcast som kilde**

Som nevnt tidligere, kan podcastepisodene som benyttes som kilder i dette prosjektet kategoriseres som personlige kilder. I tillegg til at de er personlige, er de også *muntlige* kilder. Muntlige kilder kan bestå av personers erindringer om egne opplevelser, og har blitt til i en samtale som helst er dokumentert med lydopptak (Kjeldstadli, 1999). Slike muntlige kilder kan virke utdypende til et skriftlig kildemateriale. Dette er også et argument for at podcastepisodene kan være nyttige når de drøftes i sammenheng med eksisterende, skriftlig litteratur og forskning om frivillig stamming. Et eksempel kan være at litteratur om frivillig stamming beskriver hvordan frivillig stamming *kan* benyttes, mens podcastepisodene kan gi informasjon om hvordan frivillig stamming *faktisk* benyttes av enkeltpersoner. Altså kan muntlige kilder bidra til opplysninger som ikke finnes andre steder (Kjeldstadli, 1999). På denne måten kan de virke utfyllende på den eksisterende teorien som finnes.

Muntlige kilder i form av personers egne beretninger gir også i større grad mulighet til innlevelse. Muntlig formidling av minner og erfaringer bidrar til en større grad av følelse

rundt atmosfære og stemning (Kjeldstadli, 1999). Det at podcastepisodene gir informasjon om enkeltpersoners opplevelser gjør at formen er lignende den av et kvalitativt intervju. Dette gjør at mange av refleksjonene gjort rundt den opprinnelige prosjektplanen fortsatt vil være gjeldende ved bruk av kildestudium. Imidlertid vil bruk av podcastepisoder i form av eksisterende kilder *ikke* gi mulighet til å formulere egne spørsmål, eller til å stille utdypende spørsmål. Dette ville vært mulig ved bruk av kvalitative intervjuer.

### **5.2.6 Utvalg**

Da det skulle velges et utvalg av kilder å benytte i kildestudiet ble det gjort ulike vurderinger. Det er viktig at dette utvalget blir så representativt som mulig for temaet det forskes på (Tveit, 2014). Det ble vurdert at podcast ga størst mulig tilgang til personlige erfaringer med bruk av frivillig stamming. Dette i forhold til andre tilgjengelige kilder, som for eksempel blogg eller leserinnlegg. Flere ulike podcaster ble vurdert før valget falt på StutterTalk. Årsaken til at valget falt på denne var blant annet at StutterTalk er den første og lengst varige podcasten om stamming, og det er den som viser seg å ha flest lyttere. En annen viktig årsak er at StutterTalk har flest episoder som i hovedsak handler om frivillig stamming. Da valget falt på å bruke StutterTalk sine podcastepisoder, ble det sendt en e-post der det ble bedt om tillatelse til å benytte noen av deres podcastepisoder i mitt prosjekt. Denne tillatelsen ble innvilget (se vedlegg 6).

Da det skulle velges hvilke av StutterTalk sine podcastepisoder som skulle benyttes som kilder, ble det gjort et søk på "voluntary stuttering" på StutterTalk sine hjemmesider, [www.stuttertalk.com](http://www.stuttertalk.com). Det kom da opp 20 episoder der temaet frivillig stamming (voluntary stuttering) hadde blitt tagget. Av disse hadde de fire første "voluntary stuttering" i tittelen. Etter å ha hørt på mange av episodene, falt valget på å benytte disse fire episodene. Dette fordi det var i disse episodene frivillig stamming opptrådte som et hovedtema. Disse episodene ga også til sammen et bredt utvalg av informanter, da de inneholdt erfaringer fra både programledere og gjester, både som privatpersoner og utdannede logopeder. Dermed ble det vurdert at dette ga et så representativt utvalg som mulig.

## **5.3 Bearbeiding av data**

Når datamaterialet er samlet inn og representative kilder er valgt ut, begynner prosessen med bearbeiding. Her arbeides det mot resultatet av forskningsprosessen, og analyse, transkripsjon

og rapportering av kunnskap inngår i prosessen (Kvale & Brinkmann, 2015). I dette prosjektet har en hermeneutisk tilnærming til analyse blitt lagt til grunn.

### 5.3.1 Hermeneutikk

Det finnes ulike analytiske tilnærminger til kvalitativ forskning, og én av disse er hermeneutikken (Dalen, 2011). Det kan sies at hermeneutikken ligger til grunn for store deler av fortolkningsperspektivet som er sentralt i det meste av kvalitativ forskning (Gall, Gall & Borg, 2007). Hermeneutikken handler i stor grad om å komme frem til en velbegrunnet tolkning av et meningsformidlende materiale (Wormnæs, 2005). I dette prosjektet har elementer fra hermeneutikken blitt benyttet i analyseprosessen. Dette i prosessen med å fortolke meningsinnholdet i podcastepisodene som er benyttet som kilder.

Hermeneutikere mener at det ikke finnes noen sann, objektiv virkelighet, men at det alltid dreier seg om *tolkninger* av virkeligheten (Gall et al., 2007). I dette ligger at det alltid vil være en forforståelse som er grunnlaget for en tolkning. Hva som oppleves som virkeligheten avhenger blant annet av forventninger, oppfatninger og teoretisk bakgrunn (Kvernbekk, 2002). På denne måten må forskeren tolke seg selv inn i tolkningsprosessen (Fuglseth, 2006b). Dette gjennom bevissthet rundt egen forforståelse. Det vil alltid være visse forventninger knyttet til datamaterialet, og disse forventningene styrer i stor grad hva forskeren får ut av materialet (Fuglseth, 2006b). I forskningssammenheng er det viktig å ha en bevissthet rundt dette.

I forbindelse med dette prosjektet eksisterte det en forforståelse som blant annet bestod av visse forventninger til datamaterialet. Dette kunne for eksempel være en forforståelse om at voksne som stammer har mye negative følelser knyttet til egen stamming, og en forforståelse om at det er utfordrende for voksne som stammer å bruke frivillig stamming. Slike forforståelser kommer av kunnskap på området, men det vil ikke nødvendigvis gjelde for alle som stammer. Dette er viktig å være bevisst på i en tolkningsprosess, slik at det ikke kun letes etter svar som oppfyller forventningene. En annen forforståelse som kan knyttes til dette prosjektet, er en oppfatning om at frivillig stamming var mer kjent og brukt i behandlingssammenheng enn hva det faktisk er. Det at dette ikke så ut til å stemme, førte blant annet til at den metodiske tilnærmingen til prosjektet måtte endres.



Teksten, eller datamaterialet, må ses i sammenheng med de forforståelsene som foreligger, og omvendt (Fuglseth, 2006b). Hermeneutikken viser til den hermeneutiske sirkel, eller spiral, som forklaring på hvordan tolkningsprosessen foregår. Her vises det til en prosess som går frem og tilbake mellom del og helhet (Kvale & Brinkmann, 2015). Altså vil det i en tolkningsprosess veksle mellom tolkning av mening i ulike deler av en tekst, og i teksten som en helhet (Gall et al., 2007). Hver gang en tekst leses eller et datamateriale blir gått igjennom, vil det skje en endring. Dette vil kunne føre til en bedre forståelse av meningsinnholdet (Fuglseth, 2006b). Podcastepisodene som benyttes som kilder i dette prosjektet vil altså kunne forstås bedre underveis i forskningsprosessen. Dette blant annet gjennom lytting til podcastepisodene, transkribering, koding og drøfting av datamaterialet opp mot litteratur og forskning på området. Hver runde i den hermeneutiske sirkelen, eller spiralen, vil kunne føre til en dypere forståelse for datamaterialet.

Wormnæs (2005) viser også til viktigheten av å begrunne de tolkningene som blir gjort, ved å argumentere for eller imot at tolkningene er riktige. Slike begrunnelser kan bunne i kildekritikk, som er beskrevet tidligere. Tolkninger kan også begrunnes i litteratur og forskning på området. Dette vil være en del av resultat- og drøftingsdelen i oppgaven.

### **5.3.2 Transkripsjon**

Transkripsjon er transformasjonen fra muntlig kilde til skriftlig tekst, og gjøres for at kilden skal bli tilgjengelig for analyse (Kvale & Brinkmann, 2015). Podcastepisodene som benyttes som kilder i dette prosjektet består av samtaler mellom ulike personer. Det er til sammen 8 personer som deltar, der 5 er programledere og 3 er gjester. Gjennom transkripsjon blir disse samtalene abstrahert og fiksert i skriftlig form (Kvale & Brinkmann, 2015). En samtale foregår i et sosialt samspill, der blant annet tempo, stemmeleie og kroppsspråk er en del av kommunikasjonen. Disse aspektene, så vel som for eksempel ironi, kommer gjerne ikke frem i en transkribert tekst (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette må tas hensyn til i analyse av datamaterialet.

Allerede ved lydopptak av en samtale går visse sider av kommunikasjonen, som for eksempel kroppsspråk, tapt (Kvale & Brinkmann, 2015). I dette prosjektet er lydopptakene som behandles ferdigproduserte podcastepisoder. Det kan tenkes at programlederne i podcastepisodene er vandt med denne formen for samtaler, og på denne måten er ”trent” i det

å ha en samtale på lydopptak. Dette kan føre til at de er bevisste på at ulike aspekter ved en samtale, som for eksempel kroppsspråk, ikke kommer med på et lydopptak. Dette kommer frem i podcastepisodene, blant annet ved at en programleder sier at hun må si navnet på gjesten i stedet for å peke på vedkommende. Dette tyder på en bevissthet rundt det at visse aspekter ved kommunikasjonen går tapt ved lydopptak.

Avskrift av lydopptak krever nøyaktighet, og er en svært tidkrevende prosess (Kjeldstadli, 1999). Ved transkribering av podcastepisodene som ble benyttet som kilder i dette prosjektet ble lydopptakene spilt av på mobiltelefon, mens transkripsjonen ble skrevet i et Word-dokument. Dette for å gjøre det enklere å stoppe og starte, og spole frem og tilbake i lydklippet uten å måtte gå ut av dokumentet det ble skrevet i. Det ble også skrevet ned tidspunkt underveis for å lettere finne tilbake i lydopptakene senere. Kvale & Brinkmann (2015) skriver at det tar en erfaren skriver ca. fem timer å transkribere ordrett et lydopptak på én time. Ved transkribering av podcastepisodene som ble brukt som kilder i dette prosjektet ble det benyttet ca. fem timer på første transkripsjon, som var av et lydopptak på ca. førti minutter. Siste episode på ca. tretti minutter, ble transkribert på ca. tre timer.

Ved transkripsjon av lydopptak går, som sagt, ennå flere aspekter ved kommunikasjonen tapt. Dette krever at det i transkriberingsprosessen tas en rekke vurderinger og beslutninger (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette for å sikre kvaliteten i transkripsjonene. Disse beslutningene medfører blant annet en utvelgelse av hvor nøyaktige transkripsjonene skal være, med tanke på aspekter ved den muntlige samtalen som for eksempel pauser, ord som blir lagt trykk på og følelsesuttrykk som latter og sukk (Kvale & Brinkmann, 2015). Ved transkribering av podcastepisodene ble ord som ble lagt trykk på merket med understrek. Følelsesuttrykk som for eksempel latter, ble skrevet inn i parentes. Imidlertid ble ikke alt av revisjoner og fyllord, som ”um” og ”eh”, transkribert. Dette fordi det er innholdet i hva som blir sagt i podcastepisodene som er det viktigste å få frem. Kvale & Brinkmann (2015) skriver at hvilke aspekter ved den muntlige samtalen som bør transkriberes avhenger av hva transkripsjonen skal brukes til, om det er en detaljert språklig analyse eller en meningsanalyse. I dette prosjektet er det sistnevnte som er gjeldende, noe som gjør at blant annet revisjoner og fyllord ikke nødvendigvis er relevant å transkribere.

En annen beslutning som måtte tas ved transkripsjon av podcastepisodene var om stammeøyeblikk skulle transkriberes. Det ble valgt å ikke transkribere stammeøyeblikk fordi

dette ikke var relevant for å få frem innholdet i samtale. De gangene stamming ble imitert, for å eksemplifisere og forklare en teknikk, ble stammeøyeblikk allikevel transkribert. Det ble også valgt å ikke transkribere deler av episodene der frivillig stamming ikke var tema for samtale. Dette fordi fokuset ville holdes på prosjektets problemstilling.

### 5.3.3 Koding

Et ledd i analyseprosessen er koding. Koding brukes gjerne for å få oversikt over datamaterialet. Det innebærer gjerne å knytte nøkkelord til ulike deler av tekstmaterialet, her altså transkripsjonene, for å senere kunne identifisere ulike uttalelser (Kvale & Brinkmann, 2015). Charmaz beskriver koding slik: "Coding means categorizing segments of data with a short name that simultaneously summarizes and accounts for each piece of data" (2014, s. 111). Altså kan koding både gi en oppsummering og en oversikt over datamaterialet. Koding gir på denne måten datamaterialet mening (Charmaz, 2014). Dette vil gjøre det lettere å senere drøfte utfallet av studiet.

Kvale & Brinkmann (2015) skiller mellom begrepsstyrt og datastyrt koding. Begrepsstyrt koding tar utgangspunkt i forhåndsbestemte koder, som for eksempel er basert på litteratur på fagområdet. I datastyrt koding utvikles kodene gjennom tolkning av datamaterialet (Kvale & Brinkmann, 2015). I dette prosjektet ble både begrepsstyrt og datastyrt koding benyttet. Det ble først utviklet tre ulike koder som baserer seg på prosjektets problemstilling og forskningsspørsmål. Disse var knyttet til ulike aspekter ved bruk av frivillig stamming: *hvordan* bruke frivillig stamming, *hvorfor* bruke frivillig stamming og *hvorfor det kan være utfordrende* å bruke frivillig stamming. Det ble også vurdert å ha en kode som viste til opplevelser og erfaringer, men det ble konkludert med at informasjon om dette kunne komme frem av de foregående nevnte kodene. De tre kodene er altså begrepsstyrte. Videre ble disse kodet med utgangspunkt i deres innhold. Dette ble en form for datastyrt koding, der det ble knyttet stikkord til uttalelser fra datamaterialet. For eksempel kunne en *hvorfor*-kode videre kodes med: *for å redusere frykt*. Den datastyrte kodingen bidro på denne måten med undertemaer til å drøfte. Slike koder gjorde det lettere å senere drøfte uttalelsene fra datamaterialet opp mot litteratur og forskning på området.

Kodingen foregikk i et Word-dokument, med transkripsjonen i én kolonne og kodene i en annen. Deler av tekstmaterialet ble fargekodet med utgangspunkt i de tre forhåndsbestemte

kodene. Dette for å få en bedre oversikt over datamaterialet. Selv om koding har en fordel ved å gi oversikt, kan det også være ulemper ved bruk av koding. Det kan hevdes at koding også skaper en avstand mellom forskeren og datamaterialet (Kvale & Brinkmann, 2015). For å i størst mulig grad bevare nærheten til datamaterialet, foregikk kodingen i dette prosjektet i én omgang. Altså skjedde den begrepsstyrte og den datastyrte kodingen samtidig.

## 5.4 Hensyn til prosjektets kvalitet

Det vil være mange metodiske overveielser som til sammen kan påvirke prosjektets kvalitet. I det foregående har det blitt forsøkt å gi en fyldig beskrivelse av de prosessene og avgjørelsene som har vært en del av dette prosjektets utforming. Tradisjonelt er det gjerne overveielser om validitet og reliabilitet som assosieres med kvalitet av en forskningsstudie. Disse begrepene står gjerne sterkere i kvantitativ forskning, men det vil også være nyttig å ta hensyn til dem i kvalitativ forskning (Dalen, 2011). I tillegg til dette, vil det her vies oppmerksomhet mot noen etiske hensyn som er relevante for dette prosjektet.

### 5.4.1 Validitet

I kvalitativ forskning handler validitet om hvorvidt en studie undersøker det som er ment å undersøke, altså om *metoden* gir grunnlag for å undersøke det som skal undersøkes (Kvale & Brinkmann, 2015). Det er derfor viktig å ta problemstillingen i betraktning ved vurdering av validitet. Tidligere i kapittelet har det blitt redegjort for valg av metode, der det har blitt tatt vurderinger med utgangspunkt i prosjektets problemstilling. Disse vurderingene handlet på denne måten også om prosjektets validitet. Vurderinger i forhold til kildekritikk vil også, som nevnt tidligere, påvirke validitet.

Det har tidligere i kapittelet også blitt beskrevet utvalgsprosedyre, og ulike overveielser som ble tatt i forbindelse med dette. Det er vanlig å stille spørsmål om generaliserbarhet i tilknytning til utvalg. Dette spesielt i kvantitativ forskning (Dalen, 2011). I kvalitativ forskning vil grundige beskrivelser av metodiske prosesser gi grunnlag for å vurdere hvorvidt resultater kan generaliseres til andre situasjoner (Dalen, 2011). Allikevel kan det nevnes noen problemstillinger tilknyttet generalisering som kan være relevant for dette prosjektet.

Podcastepisodene som utgjør studiens utvalg består av erfaringer fra amerikanske personer som stammer. Dette kan gi grunnlag for å stille spørsmål ved hvorvidt disse erfaringene kan

generaliseres til norske personer som stammer. Ettersom hensikten med prosjektet er å belyse subjektive erfaringer som kan gi svar på problemstillingen, kan det argumenteres for at utvalget gir gyldig informasjon som kan være nyttig, uavhengig av nasjonalitet. Det er heller ikke slik at de kulturelle forskjellene er så store mellom USA og Norge at dette nødvendigvis har noen bemerkelsesverdig innvirkning på resultatene.

Det kan også stilles spørsmål til hvorvidt personene som tar del i podcastepisodene, og som dermed utgjør utvalget, er representative for gruppen *personer som stammer*. Det kan for eksempel tenkes at personer som velger å være med på en podcast er mer komfortable med å snakke om stammingen sin enn personer som *ikke* ville valgt det. Allikevel er det flere av personene som forteller om erfaringer og opplevelser fra tidligere, på et tidspunkt hvor de ikke var spesielt komfortable med å snakke om stammingen. Dermed er det ikke nødvendigvis slik at dette gjør deres erfaringer mindre relevante for å besvare prosjektets problemstilling. Kvale og Brinkmann (2015) stiller imidlertid spørsmål ved om det ved bruk av kvalitativ forskning i det hele tatt er behov for å generalisere. Dette fordi det er de subjektive opplevelsene som gjerne er utgangspunktet for kvalitativ forskning.

Spørsmål knyttet til prosjektets validitet har blitt forsøkt belyst gjennom en fyldig beskrivelse av den metodiske prosessen. Dette blant annet med hensyn til valg av metode, kildekritikk, utvalg og bearbeiding av data. Allikevel har det her blitt viet oppmerksomhet blant annet mot ulike sider av generaliserbarhet som kan være relevante for vurdering av prosjektets kvalitet.

#### **5.4.2 Reliabilitet**

I tillegg til validitet, vil det være naturlig å nevne prosjektets reliabilitet. Reliabilitet handler gjerne om hvorvidt en forskningsstudie er etterprøvbart, og altså hvor pålitelige resultatene er (Kvale & Brinkmann, 2015). I kvalitativ forskning handler etterprøvbart i stor grad om grundige beskrivelser av de ulike leddene i en forskningsprosess, slik at andre i prinsippet kan følge den samme prosessen (Dalen, 2011). Det har tidligere i dette kapitlet blitt forsøkt å gi slike fyldige beskrivelser av alle de ulike delene som har inngått i forskningsprosessen som tilhører dette prosjektet. Dette innebærer også beskrivelser av, og begrunnelser for, de ulike beslutningene som har blitt tatt.

### 5.4.3 Ethiske hensyn

Det er også viktig å ta hensyn til de ulike etiske problemstillingene som oppstår underveis i en forskningsprosess. Som nevnt tidligere, ble den opprinnelige prosjektplanen meldt til NSD, og godkjent. Ettersom det i den nåværende prosjektplanen ikke blir brukt personlige opplysninger, og kildene som blir brukt kan ses på som publisert materiale, var det ikke nødvendig å melde om endringen til NSD.

Kildene som har blitt benyttet i dette kildestudiet er, som nevnt tidligere, hentet fra interesseorganisasjonen *StutterTalk*. NESH (2016) beskriver hvordan det skal tas hensyn til slike organisasjoner, og deres rett til å verne om opplysninger. På *StutterTalk* sine hjemmesider er det skrevet at alt innhold er beskyttet av opphavsrett, og at det skal sendes en forespørsel til dem før noe av deres innhold kan brukes (*StutterTalk*, u.å.a). Med bakgrunn i dette ble det sendt en forespørsel om å bruke noen podcastepisoder som en del av dette forskningsprosjektet, noe som ble godkjent (se vedlegg 6).

Transkripsjonene av podcastepisodene, og sitater hentet fra disse, ga også utgangspunkt for noen etiske spørsmål. Det har blitt valgt å ikke legge ved transkripsjonene som vedlegg til oppgaven. Dette på bakgrunn av at det kan oppleves som ubehagelig å lese sin egen, kanskje usammenhengende tale (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette er også årsaken til at noen av sitatene som er brukt i resultat- og drøftingsdelen har blitt endret noe for å gjøre de mer sammenhengende. Kvale & Brinkmann (2015) skriver med hensyn til dette: ”Vær oppmerksom på at *publiseringen* av usammenhengende og repetitive, ordrette intervjutranskripsjoner kan medføre en uetisk stigmatisering av bestemte personer eller grupper” (s. 214). Endringene av sitatene bestod for det meste av å fjerne fyllord som ”really”, ”actually” og ”like”, og å sette sammen setninger på en mer grammatisk korrekt måte. Altså ble ikke innholdet i sitatene endret, men endringene har gjerne ført til at uttalelsene ble mer lettleste.

Det har også blitt valgt å ikke benytte navn på personene som deltar i podcastepisodene. Dette blant annet fordi episodene ikke har blitt produsert med hensikt å være en del av mitt prosjekt. Det ble ikke vurdert som relevant å bruke navn i presentering av resultater og drøfting. Personene blir heller vist til med utgangspunkt i hva slags rolle de har, som for eksempel *programleder* og *gjest*.

# 6 Hvordan bruke frivillig stamming?

Frivillig stamming kan benyttes på forskjellige måter. Hva litteraturen sier om dette, har blitt beskrevet i kapittel 4. I podcastepisodene fra StutterTalk ble det også diskutert hvordan frivillig stamming kan benyttes. Dette blant annet med hensyn til ulike måter å endre talen på, ulike situasjoner å benytte det i, og sammen med ulike personer. Det ble også diskutert hva som bør gjøres dersom frivillig stamming blir til ekte stamming.

## 6.1 Ulike måter å stamme frivillig

Det finnes ulike måter å stamme frivillig på. Dette kan innebære ulike måter å endre talen, som for eksempel med lette repetisjoner eller harde blokkeringer. Gjennom podcastepisodene kommer det også frem ulike preferanser på om den frivillige stammingen bør etterlignes egen stammeatferd eller ikke.

### 6.1.1 Med lett stamming eller harde blokkeringer?

En av programlederne i StutterTalk viser til at det er ulike måter å bruke frivillig stamming på. Han beskriver det som ulike nivåer av frivillig stamming, der det ene nivået består av lette repetisjoner som gjør det lettere å komme videre i talestrømmen, mens et annet nivå består av store, harde blokkeringer der hensikten kan være å øve på å bevare øyekontakt. Dette kan også vise til at ulike måter å stamme frivillig på, gjerne kan ta utgangspunkt i ulike hensikter.

En erfaren logoped som er gjest i StutterTalk anbefaler at frivillig stamming i begynnelsen benyttes som små, forsiktede stammeøyeblikk. Dette er i tråd med slik Van Riper (1973) beskriver bruk av frivillig stamming tilknyttet den stammemodifiserende tilnærmingen til behandling. Disse kan gjerne opptre i et lignende mønster som egen stammeatferd, men i mye mindre omfang. I Van Riper (1973) sin behandling blir bruk av frivillig stamming også anbefalt i form av lette repetisjoner eller korte forlengelser. I podcastepisodene blir bruk av frivillig stamming på denne måten beskrevet av en av programlederne:

I don't voluntarily get really, really stuck. I just voluntarily will b-b-bounce on a sound, or r-r-repeat a sound.

Dette er en beskrivelse av hvordan hun foretrekker å stamme frivillig på det nåværende tidspunktet, men det har ikke alltid vært slik. Hun beskriver at hun tidligere foretrakk å stamme frivillig på en annen måte:

I think back in the day I preferred to voluntarily block. Just to sort of desensitize myself to what it feels like. And see what the reactions were to when I stuttered really hard. But now that I'm not really testing the waters, I'm doing it just to make it easier to talk.

Disse beskrivelsene viser hvordan frivillig stamming i begynnelsen kan benyttes for å desensitivisere seg selv. I denne sammenhengen for å venne seg til hvordan det føles å blokkere. Videre beskrives det hvordan frivillig stamming etterhvert kan benyttes for å snakke lettere. Altså vises det igjen til hvordan ulike måter å stamme frivillig på kan gi ulike fordeler.

### **6.1.2 Lignende egen stamming eller annerledes?**

Noe av det Van Riper (1973) og Bryngelson (1935) var uenige om, var om den frivillige stammingen skulle ligne egen stamming eller ikke. Logopeden som er gjest i StutterTalk beskriver, som nevnt tidligere, hvordan frivillig stamming i begynnelsen bør utføres forskjellig fra egen stamming, i form av små, forsiktige stammeøyeblikk. Videre beskriver han hvordan dette kan utvides til å gradvis omfatte stammeatferd som er mer lignende egen. Både i hvordan de høres ut, og hvordan de føles for personen selv. Dette er mer i tråd med hvordan Manning (2001) beskriver utviklingen i bruk av frivillig stamming.

I podcastepisodene ble det vist til ulike preferanser for hvordan frivillig stamming skal utføres. Den ene programlederen føler at hun opplever mindre strev dersom hun venner seg til stammingen gjennom å bruke frivillig stamming lignende egen stammeatferd. Denne oppfatningen støttes av en annen programleder. Han beskriver det slik:

I think, if your stuttering on purpose is similar to your real, legitimate stuttering, then you're kind of training yourself to feel okay with that type of tension and that type of struggle.



En tredje programleder føler derimot at det vil være større sannsynlighet for at ekte stamming oppstår dersom den frivillige stammingen er lignende egen stammeatferd, og at hun dermed vil miste følelsen av kontroll som frivillig stamming gir henne. Altså foretrekker hun at den frivillige stammingen er annerledes enn hennes egen stammeatferd.

Dette beskriver hvordan det av ulike årsaker finnes ulike oppfatninger om hvordan frivillig stamming skal utføres. De ulike oppfatningene varierer gjerne med om årsaken til at det benyttes er for å oppleve kontroll, eller for å venne seg til, eller godta egen stamming.

### **6.1.3 Gjøre det merkbart**

En av programleiderne i StutterTalk viser til viktigheten av å gjøre den frivillige stammingen merkbart for lytteren. Han beskriver det som ikke å ”jukse” med den frivillige stammingen. Han sier blant annet:

You don't want to cheat the voluntary stuttering.... You definitely want to make the stuttering salient. You want to make it big enough to be heard as a stuttering.

Ved å gjøre det merkbart blir det også tydelig for lytteren at vedkommende snakker med noen som stammer. Dersom frivillig stamming blir benyttet av desensitiverende årsaker, og det ikke blir gjort stort nok til at lytteren oppdager det, vil gjerne mye av hensikten med å bruke teknikken kunne forsvinne.

Ved bruk av frivillig stamming kan det også være aktuelt å legge til frivillig sekundæratferd som er lignende sin egen (Reitzes, 2005). Dette nevner også en av programleiderne i StutterTalk. Dette blant annet for å se hva slags reaksjoner som oppstår hos lytteren. Som beskrevet i kapittel 2, består stammeatferd både av primær- og sekundæratferd. De sekundære atferdene kan gjerne bestå av tilleggsbevegelser. Det å legge inn tilleggsbevegelser ved bruk av frivillig stamming kan gjøre at situasjonen oppleves som mer reell, og at overføringsverdien dermed blir større. Dette kan også være med på å gjøre den frivillige stammingen mer merkbart.

## 6.2 I ulike situasjoner

Frivillig stamming kan benyttes i ulike situasjoner. I podcastepisodene kom det frem ulike situasjoner der det ble preferert å benytte frivillig stamming. Dette varierte gjerne med hvor i prosessen med å bruke teknikken personene befant seg.

### 6.2.1 Hierarki av situasjoner

Når bruk av frivillig stamming skal initieres kan det, som beskrevet i kapittel 4, være hensiktsmessig å utforme et hierarki av situasjoner. Logopeden som var gjest i en av podcastepisodene viser også til dette. Han beskriver hvordan frivillig stamming i begynnelsen burde benyttes i enkle samtalsituasjoner, der det blir snakket om temaer som ikke er for komplekse. Dette begrunnet med at fokuset i begynnelsen bør være på å utforske og ”leke seg” med egen tale. Videre beskriver han hvordan det jobbes med et hierarki fra slike enkle situasjoner, til mer komplekse. Van Riper (1973) hevder hensikten med bruk av hierarkier på denne måten, er å gradvis kunne tilpasse seg den emosjonelle påkjenningen som frivillig stamming kan påføre.

Logopeden i podcastepisoden viser også til hvordan det kan være hensiktsmessig i denne prosessen å bruke frivillig stamming både ansikt-til-ansikt og over telefon. Dette fordi telefonsamtaler ofte kan oppleves som utfordrende.

Van Riper (1973) viser til viktigheten av at hvert trinn i et utarbeidet hierarki må oppleves mange ganger, helt til frykt og unngåelse opphører. Altså er frivillig stamming noe som bør utføres flere ganger for å oppnå best mulig effekt. En av programlederne i StutterTalk viser også til at frivillig stamming er noe som bør gjøres mange ganger før det kan besluttes om det er hensiktsmessig for den enkelte. Han beskriver det slik:

Voluntary stuttering is really a commitment. It's not something you can try once or twice to see if it, quote: "works for you". Voluntary stuttering is something that should be done over, and over again.... So, if you want to try voluntary stuttering, I would suggest trying it several hundred times before making any determination of whether or not it's going to be productive for you.

## 6.2.2 I reelle samtalesituasjoner

Som beskrevet ovenfor hevder logopeden i StutterTalk at frivillig stamming bør benyttes i samtalesituasjoner. Altså vil det ikke være hensiktsmessig å benytte frivillig stamming isolert, uten at det foregår i en samtale med andre personer. Dette fordi stamming i størst grad er forbundet med sosiale situasjoner, der kommunikasjon foregår.

Det kan se ut til at frivillig stamming oppleves som mer meningsfylt dersom det er tilknyttet en situasjon som er av personlig betydning for den enkelte personen. I samtale med sin tidligere logoped beskriver en av programlederne i StutterTalk en situasjon der det opplevdes spesielt meningsfylt å benytte frivillig stamming:

I can remember walking with you and voluntary stuttering, going into a drug store and asking for razors, because razors are kept behind the counter. This was always a fear of mine. I remember the time that, instead of walking out of the drug store without the razors, I went in there and I voluntarily stuttered while asking for them. And it was scary, but I was so proud of myself for doing it.

Dette er et konkret eksempel på hvordan frivillig stamming kan benyttes for å redusere frykt og unngåelse i en spesifikk samtalsituasjon. Bruk av frivillig stamming i denne situasjonen oppleves som spesielt meningsfylt fordi denne typen situasjoner fra tidligere assosieres med frykt og unngåelse. Det å mestre situasjonen ved bruk av frivillig stamming beskriver han at gir en følelse av stolthet.

## 6.2.3 Som en del av introduksjon

I podcastepisodene vises det til flere situasjoner der frivillig stamming med fordel kan benyttes. En av disse er ved introduksjon av seg selv. Det å introdusere seg selv for nye mennesker kan oppleves som spesielt utfordrende for personer som stammer. Van Riper (1973) beskriver blant annet en frykt for at stammingen skal bli avslørt. Det å benytte frivillig stamming ved introduksjon av seg selv, kan gjøre at fokuset flyttes bort fra denne frykten, og mot budskapet som skal formidles.

En av programlederne sier at han alltid benytter frivillig stamming i begynnelsen av en podcastepisode. En annen beskriver hvordan hun alltid benytter frivillig stamming på navnet

sitt når hun introduserer seg selv for første gang. Hun beskriver hvordan dette var spesielt nyttig i skolesammenheng:

...when we were in school and we had to introduce ourselves, and say something about ourselves, I made sure to voluntary stutter during that whole thing.

Hun beskriver også at hun ikke lenger tenker over at hun bruker frivillig stamming i slike situasjoner. Det at hun har benyttet frivillig stamming i slike situasjoner i mange år, har gjort at det er noe som skjer automatisk. Det er ikke lenger en bevisst handling, men har blitt noe hun bare gjør.

## **6.3 Sammen med andre**

For at frivillig stamming skal kunne brukes i reelle samtalesituasjoner, må det også gjøres sammen med andre personer. Dette ettersom kommunikasjon er noe som foregår mellom mennesker. Frivillig stamming kan med fordel praktiseres i samtalesituasjoner med venner eller familie, eller med logopeden.

### **6.3.1 Med trygge personer**

I et tidlig stadium av bruk av frivillig stamming vil det være fordelaktig å utføre teknikken i samvær med personer som oppleves som trygge. Ettersom frivillig stamming gjerne kan oppleves som unaturlig og utfordrende i begynnelsen, vil dette være viktig. Logopeden som er gjest i StutterTalk anbefaler at frivillig stamming i begynnelsen utføres i situasjoner sammen med for eksempel logoped, et nært familiemedlem eller en nær venn. Det å føle seg komfortabel med lytteren vil gjerne gjøre det lettere å utforske teknikken.

Når frivillig stamming har blitt utforsket sammen med trygge personer, beskriver logopeden fra StutterTalk hvordan det vil være hensiktsmessig å gjøre dette sammen med flere forskjellige personer:

Gradually you would begin trying this with different people. Because the more different people you do this with, the more likely it becomes something you feel you can really use.

Det å praktisere frivillig stamming med mange forskjellige mennesker vil kunne gi større overføringsverdi til reelle situasjoner som oppstår i dagliglivet. For at frivillig stamming skal ha best mulig effekt vil det være viktig å kunne bruke det spontant i aktuelle situasjoner som oppstår i hverdagen. Da vil det være en fordel om teknikken har blitt prøvd ut med flere forskjellige personer i ulike situasjoner.

### **6.3.2 Samarbeid med logoped**

Når frivillig stamming først introduseres vil det være naturlig at dette skjer i tett samarbeid med logoped. Logopeden som er gjest i en av podcastepisodene beskriver hva logopedens rolle kan være i en slik prosess. Han viser blant annet til viktigheten av å diskutere de ulike stegene som tas når bruk av frivillig stamming skal utvides til å omfatte ulike situasjoner og personer. Dette er ikke noe han som logoped bestemmer, men beslutninger tas gjerne med utgangspunkt i en felles diskusjon mellom klient og logoped. Til sist er det klienten som tar avgjørelsene. Han beskriver samarbeidet slik:

I help a person explore this issue, to explore things they can do. And try to encourage, to support their courage. To help them build their own strength, to take on challenges as they see fit. In their own time, in their own way.

Dette viser til viktigheten av at logopeden opptrer støttende og oppmuntrende. Det vil, som beskrevet i kapittel 3 og 4, være viktig å finne den rette balansen mellom utfordring og mestring som passer den enkelte personen.

En av programlederne i StutterTalk viser også til hvilken effekt logopedens modellering av frivillig stamming kan ha. I samtale med sin tidligere logoped beskriver han det slik:

When we started working together I was very hesitant to use voluntary stuttering. And what really helped me was when you did it. I was just shocked and amazed, and couldn't believe that my speech therapist was putting stuttering in his mouth. And it was still hard, but it was just so, so reassuring.

Dette eksempelet bekrefter Manning (2001) sin hevdelse om at logopedens modellering kan føre til at frivillig stamming føles mer komfortabelt for klienten. Selv om modellering ikke

nødvendigvis fjerner alt som er utfordrende med å stamme frivillig, oppleves det gjerne som betryggende at logopeden er villig til å gjøre det samme. Det kan også gi klienten konkrete eksempler på hvordan frivillig stamming fysisk kan utføres.

## 6.4 Dersom ekte stamming oppstår

Når frivillig stamming praktiseres kan også ekte stammeøyeblikk oppstå. Som nevnt i kapittel 4, hadde Bryngelson (1935) og Van Riper (1975) ulike syn på hvordan dette skulle håndteres. I podcastepisodene ble det også diskutert hva som skjer dersom frivillig stamming fører til ekte stamming. En av programlederne mener at det beste er å bare la det skje, og at dette er greit ettersom han allerede er forberedt på å stamme i situasjoner der han benytter frivillig stamming. En annen programleder mener dette er en av fordelene med å bruke frivillig stamming:

It has the extra benefit of, if stuttering happens for real, it's almost like you've already practiced it. So, it happens more automatically.

Hun beskriver altså at frivillig stamming blir som å øve på at ekte stamming oppstår. En tredje programleder ser på slike situasjoner som en god mulighet for å øve på å holde fokus, og jobbe seg gjennom stammeøyeblikket. Hensikten med å bruke frivillig stamming kan være å desensitivisere, i form av å fjerne frykt og unngåelse for stamming. Når ekte stamming oppstår i forbindelse med bruk av frivillig stamming kan dette kanskje oppleves som mer forutsigbart, og slik også mer kontrollerbart, enn når stamming oppstår i andre situasjoner. Dette ettersom det allerede var planlagt å stamme i disse situasjonene.

# 7 Hvorfor bruke frivillig stamming?

Det finnes flere årsaker til at bruk av frivillig stamming kan være nyttig. Årsakene som ble nevnt i podcastepisodene fra StutterTalk kan hovedsakelig deles inn i å være for å desensitivisere, eller for å fremme kommunikasjon.

## 7.1 For å desensitivisere

Desensitivisering kan, som nevnt i kapittel 3, foregå på ulike måter. Når frivillig stamming brukes for å desensitivisere, kan det for eksempel være med hensikt å redusere frykt og unngåelse, å avsløre stammingen, å føle kontroll, å øve på og håndtere stammingen, eller å akseptere seg selv som en person som stammer. Dette kom frem i podcastepisodene som ble benyttet som kilder i dette prosjektet.

### 7.1.1 For å redusere frykt og unngåelse

Reduksjon av frykt og unngåelse er, som nevnt i kapittel 3, en viktig del av desensitiveringsprosessen. En av programlederne i StutterTalk viser til hvordan frivillig stamming kan benyttes for å redusere frykt for å stamme og å snakke. Han beskriver denne hensikten med å bruke frivillig stamming slik:

Stuttering on purpose is to reduce fears, to build courage, and to increase our ability to speak in challenging situations.

Ved å redusere frykt bygges altså også mot, som vil kunne gjøre det lettere å snakke i utfordrende situasjoner. Som Guitar (2014) beskriver, vil det gjerne være sånn at frykten forblir dersom den ikke blir konfrontert. Logopeden som er gjest i en av podcastepisodene beskriver hvordan frivillig stamming kan bidra til å konfrontere det som fryktes mest. Han hevder at mesteparten av frykt handler om hva som forventes skal skje, og at selve hendelsen ikke er like skremmende. Derfor mener han at selv det å produsere et lite, frivillig stammeøyeblikk kan redusere frykt.

Dette viser hvordan frykt og unngåelse henger nøye sammen. Unngåelse oppstår gjerne på grunn av frykt. Logopeden i StutterTalk beskriver også hvordan unngåelse, og det å skjule stammingen, kan føre til at frykten blir en mer integrert del av personen. En programleder

beskriver hvordan unngåelse skjer ved å bytte ut ord, og ved å forsøke og unngå å snakke. Frivillig stamming kan benyttes for å bryte med slik unngåelse, og på denne måten sende et signal om at det er greit å stamme. Dette beskrives slik i en av podcastepisodene:

By stuttering on purpose, we teach ourselves and our listeners that it is truly, and always allowed.

Det å redusere frykt og unngåelse som beskrevet ovenfor vil altså kunne være noe av årsaken til å benytte frivillig stamming, gjerne i ulike situasjoner. Det å benytte et hierarki av situasjoner, som beskrevet i forrige kapittel, kan være et godt verktøy for å oppnå en slik reduksjon av frykt og unngåelse ved bruk av frivillig stamming.

### **7.1.2 Selvavsløring**

En annen grunn til å bruke frivillig stamming er for å avsløre stammingen ovenfor lytteren. Van Riper (1973) hevder at mye av frykt knyttet til stamming kan komme av en frykt for at stammingen skal bli avslørt. Det å bruke frivillig stamming kan bidra til at noe av denne frykten opphører. En programleder i StutterTalk beskriver bruk av frivillig stamming med denne hensikten slik:

The bottom line is, if you get your stuttering out quickly in the open, there's really not much left to worry about, or to hide.

Denne beskrivelsen viser hvordan frivillig stamming som selvavsløring også kan bidra til å redusere frykt og unngåelse. I tillegg til dette, kan frivillig stamming som selvavsløring også være en måte å tydeliggjøre ovenfor lytteren at personen stammer. En programleder nevner hvordan dette kan være hjelpsomt på et emosjonelt nivå. En annen programleder har en lignende oppfatning, og beskriver det slik:

One of the reasons that I use voluntary stuttering is really just to let the person I'm talking to know that I stutter, and for them to be more used to hearing it. And to put me more at ease knowing that they're more at ease.



Altså kan selvavsløring også brukes for å gjøre lytteren mer komfortabel, noe som igjen gjør henne mer komfortabel. Det etableres på denne måten en slags felles forståelse om at vedkommende kommer til å stamme. Dette beskrives også av en tredje programleder. Ved å bruke frivillig stamming på en slik måte vises det ovenfor lytteren, og ovenfor personen selv, at vedkommende kommer til å stamme. Det å etablere en slik felles plattform kan gjøre kommunikasjon lettere for begge parter. Dersom det gjennom selvavsløring formidles en form for ro og aksept ovenfor egen stamming, vil dette kunne smitte over på samtalepartner. Dette vil, som i beskrivelsen ovenfor, kunne gjøre begge parter mer avslappet, slik at kommunikasjonen kan foregå mer uanstrengt.

### **7.1.3 For å oppleve kontroll**

Stamming kan gjerne assosieres med et tap av kontroll over egen tale. Manning (2001) hevder at frivillig stamming kan være med på å bryte dette. Ved å stamme frivillig kan det til en viss grad bestemmes når og hvordan stammingen skal komme til uttrykk. Dermed kan det oppstå en følelse av å ta kontroll over stammingen. En programleder i StutterTalk beskriver stamming som et tap av kontroll, og frivillig stamming som en måte å gjenvinne kontroll over talen.

Slik opplevelse av kontroll over talen kan, som beskrevet i kapittel 4, være en meget meningsfylt opplevelse for en person som stammer. En gjest i en av podcastepisodene gir en beskrivelse av denne opplevelsen:

I think, at least for me, and for a lot of other people who stutter, what feels so bad about it is that it's a loss of control. You don't have any control over what's coming out of your mouth. And voluntary stuttering is, you're in control. You're stuttering, but you're in control.

Denne beskrivelsen viser til tap av kontroll som en av de verste sidene ved stammingen. Det at frivillig stamming kan bidra til en følelse av kontroll over stammingen viser seg dermed som meget meningsfylt. Det å oppleve en kontroll over stammingen, og ikke kun en kontroll i form av taleflyt, vil også kunne bidra til en økt aksept ovenfor egen stamming. Frivillig stamming kan altså bidra til at stammingen assosieres med kontroll.

To programledere i StutterTalk viser også til en opplevelse av kontroll ved bruk av frivillig stamming, og hvordan dette har ført til at de er mer komfortable med egen stamming. En av dem beskriver det slik:

I really like the fact that with voluntary stuttering, I feel more in control during it. I'm able to throw it in my speech so people are aware that I stutter. And I feel more comfortable with the fact that I'm stuttering.

Dette viser til hvordan en opplevelse av kontroll kan føre til en høyere grad av aksept mot egen stamming. Det å bli mer komfortabel med egen stamming kan ses på som et steg mot det å akseptere stammingen. Den andre programlederen nevnte også hvordan frivillig stamming gir en sterk følelse av ro og komfort. Som Van Riper (1973) beskriver, så kan det å miste kontroll over talen føles svært ubehagelig. Dermed kan det å gjenvinne denne kontrollen føre til en intens følelse av mestring.

#### **7.1.4 Øve på å håndtere stamming**

I tillegg til at frivillig stamming kan bidra til høyere grad av aksept knyttet til egen stamming, kan det også føre til en økt evne til å håndtere de stammeøyeblikkene som oppstår på en hensiktsmessig måte. Det beskrives blant annet av en programleder i StutterTalk hvordan frivillig stamming kan benyttes for å sette en slags modell for seg selv og egen stamming. Ved å stamme frivillig på en lett og uanstrengt måte, kan dette fungere som en måte å minne kroppen om at det er mulig å stamme på denne måten. Han beskriver hvordan frivillig stamming slikt sett viser kroppen hvordan den kan jobbe seg gjennom et stammeøyeblikk.

Andre i StutterTalk snakker om hvordan frivillig stamming kan sammenlignes med å øve på og falle på ski. Dersom dette blir øvd på mange nok ganger, så vil det gjerne bli lettere. Dette kan også være tilfellet ved bruk av frivillig stamming. Dersom det blir brukt mange nok ganger, vil det kunne bli lettere å håndtere ekte stammeøyeblikk når de oppstår. En programleder beskriver det som å bli flinkere til og komme seg etter et stammeøyeblikk. Når et stammeøyeblikk oppstår uforutsigbart kan det gi en opplevelse av å miste fokus på samtalen og dens innhold. Frivillig stamming kan altså være en måte å øve på og raskere innhente fokus etter et stammeøyeblikk. Programlederen viser til hvordan det alltid vil oppstå

en instinktiv frustrasjon over å ikke få ut ordene, men at bruk av frivillig stamming kan bidra til at dette oppleves som mindre traumatisk.

Disse eksemplene viser hvordan frivillig stamming kan benyttes for å øve på og håndtere stammingen på en hensiktsmessig måte. Det kan handle om å bli mer bevisst på hva som skjer med kroppen når stammeøyeblikk oppstår, eller om å holde fokus på samtalen under et stammeøyeblikk. Det å håndtere stammingen på en hensiktsmessig måte kan også være en del av det å akseptere den.

### **7.1.5 Akseptere seg selv og egen stamming**

Det kan være vanskelig å akseptere seg selv som en person som stammer. Dette viser seg blant annet gjennom frykt og unngåelse. Som nevnt i kapittel 3, vil også mange som trer inn i en behandlingsprosess ha som mål at stammingen skal opphøre fullstendig. Det vil være naturlig å ønske at noe som hemmer kommunikasjonen skal elimineres. Allikevel kan frivillig stamming, ved at det bidrar til opplevelse av kontroll, også føre til større aksept av egen stamming. Det å stamme frivillig kan sende et signal til lytteren, så vel som til personen selv, om at det er greit å stamme. Dette nevnes av en programleder i StutterTalk som en av hensiktene med å bruke frivillig stamming.

Logopeden som er gjest i StutterTalk snakker også om dette. Han beskriver frivillig stamming som en modig måte å ta kontroll over sitt eget liv og sin egen situasjon:

One of the big elements in stuttering is that it makes people feel out of control of themselves. But when a person is courageous enough to be proactive, and instead of hiding based on shame and secrecy, takes their secret and puts it out in the open, and says: "This is something that's going on with me".

Dette beskriver hvordan frivillig stamming gir mulighet til å vise en åpen og aksepterende holdning mot egen stamming. Det å akseptere seg selv, med både begrensninger og ressurser, ser logopeden i StutterTalk på som en vei til vekst. Han hevder at ved å vise dette, gjennom bruk av frivillig stamming, kan det brytes med mye av frykten og unngåelsen.

## 7.2 For å fremme kommunikasjon

I det foregående har det blitt beskrevet ulike årsaker til å benytte frivillig stamming, som i stor grad har bakgrunn i det emosjonelle og følelsesmessige. En annen årsak til at frivillig stamming kan være hensiktsmessig, er at det på forskjellige måter kan bidra til å fremme kommunikasjon. Eksempler på dette som kom frem i podcastepisodene var reduksjon av stamming, reduksjon av sekundæratferd og forbedring av kommunikasjonsferdigheter.

### 7.2.1 For å redusere stamming

Som beskrevet i kapittel 3, benyttes det i behandling gjerne ulike stammemodifiserende og flytskapende teknikker for å redusere stamming. Behandlingssituasjoner blir ofte benyttet for å øve på slike teknikker, mens det kan være utfordrende å øve på teknikkene i reelle samtalesituasjoner der stamming oppstår uforutsigbart. I StutterTalk nevnes dette som en av årsakene til å benytte frivillig stamming. Frivillig stamming kan bidra til å skape muligheter for å øve på taleteknikker i reelle samtalesituasjoner. En programleder beskriver det å bruke frivillig stamming for å øve på taleteknikker slik:

Speech tools are hardest to use when you need them the most. So, when a person is in a situation that is stressful, it's often hard to remember what we're, quote: "supposed to do". But if you enter a situation planning to stutter on purpose, and then planning to work through the stutter, you sort of put yourself in control.

Programlederen viser til hvordan bruk av frivillig stamming på denne måten bidrar til en opplevelse av kontroll. Dette fordi det gir mulighet til å lage egne situasjoner der det kan øves på ulike taleteknikker. Han beskriver hvordan taleteknikkene kan brukes til å jobbe seg gjennom den frivillige stammingen. Ved at det skapes egne muligheter til dette, vil det kunne bli lettere å huske på og benytte taleteknikkene når det er størst behov for dem; når stamming forekommer uforutsigbart og ukontrollerbart. Som nevnt i kapittel 4, kan bruk av teknikkene på denne måten lettere overføres til ulike situasjoner i hverdagslivet, slik som Ward (2006) beskriver.

En gjest i StutterTalk snakker også om hvordan han har begynt å benytte frivillig stamming for å øve på ulike stammemodifiserende teknikker, som for eksempel pull-outs. Han opplever det som nyttig å øve på og komme seg ut av en blokkering når han benytter frivillig

stamming. Slik bruk av frivillig stamming kan indirekte føre til en reduksjon av stamming. I StutterTalk blir det også beskrevet hvordan frivillig stamming kan bidra til å redusere stamming gjennom reduksjon av frykt og unngåelse, slik som Guitar (2014) også hevder. En programleder beskriver hans personlige opplevelse av dette slik:

In my own personal experience, I've used voluntary stuttering every day for over three years. And at some point, I was much less fearful of stuttering, and I stuttered much less often. And when I did stutter, they weren't such big stutters, and I was able to work through them.

Dette viser til hvordan kontinuerlig bruk av frivillig stamming over en viss tidsperiode har ført til mindre frykt, og dermed også mindre stamming. Denne oppfatningen støttes av andre programledere som hevder at når de bruker frivillig stamming, så stammer de mindre, og med mindre strev, enn hva de ellers gjør. En av dem beskriver det slik:

I think it's really cool to be able to stutter with so much ease. It's like we're going through the actions of stuttering, but there's no tension, or no rush to get anything out. It sort of flows, which is a nice little change.

Beskrivelsen viser til hvordan det ved bruk av frivillig stamming oppleves som at talen flyter i større grad. Opplevelsen av mer flyt og mindre strev kan ha sammenheng med at det oppleves større grad av kontroll ved bruk av frivillig stamming, og at det oppleves mindre frykt når stamming utføres frivillig.

### **7.2.2 For å redusere sekundæratferd**

I tillegg til at frivillig stamming kan bidra til å redusere stamming i seg selv, kan det også bidra til å redusere sekundæratferd. Dette ved at det kan være med på å eliminere atferd som ikke bidrar med noe hensiktsmessig i kommunikasjonen. Dette er i tråd med hvordan Bryngelson (1935) så på bruk av frivillig stamming. En gjest i StutterTalk beskriver det som å ”angripe” sekundæratferden:

What voluntary stuttering does is that it's a complete attack on all the things that we do to avoid stuttering, because we are no longer avoiding it if we're doing it

deliberately. So, you automatically wipe out all those extra things that you would do that don't add anything to communication. That's why it's more natural, you feel like yourself, because you're not engaging in all these unnecessary things.

Denne gjesten opplever at han føler seg mer som seg selv når han bruker frivillig stamming, nettopp fordi sekundæratferdene hans reduseres. Sekundæratferder kan, som beskrevet i kapittel 2, forekomme i form av tilleggsbevegelser. Disse kan oppfattes som distraherende for lytteren. En programleder opplever også at frivillig stamming bidrar til å redusere sekundæratferdene hans. Spesielt de som oppleves distraherende for lytteren. Altså kan frivillig stamming, ved at det reduserer sekundære atferder, forbedre kvaliteten på kommunikasjonen. Dette ved at det blir større fokus på innholdet i samtalen, og at distraherende faktorer reduseres.

I forrige kapittel ble det beskrevet hvordan det kan være aktuelt å benytte frivillig sekundæratferd sammen med frivillig stamming. Dette er kanskje mest hensiktsmessig dersom den frivillige stammingen benyttes av desensitiverende årsaker. Dersom frivillig stamming benyttes av kommunikasjonsfremmende årsaker kan det, som beskrevet ovenfor, bidra til å redusere sekundæratferd.

### **7.2.3 For å forbedre kommunikasjonsferdigheter**

Som beskrevet ovenfor kan frivillig stamming forbedre kommunikasjon blant annet ved at stamming og sekundæratferd reduseres. Frivillig stamming kan også føre til en forbedring av kommunikasjonsferdigheter. Dette for eksempel ved å forbedre lytteferdigheter eller øyekontakt. Som nevnt i kapittel 3, kan det å øke kommunikasjonsferdigheter være et av målene for stammebehandling. Frivillig stamming kan altså gjøre det lettere å oppnå dette. Logopeden som var gjest i en av podcastepisodene viser til hvordan frivillig stamming i seg selv kan føre til en sterkere forbindelse mellom personen som stammer og lytteren. Dette fordi lytteren vil kunne få bedre forståelse for hva som skjer. Dersom personen som stammer i stor grad bytter ord og snakker usammenhengende i et forsøk på å skjule stammingen, kan dette virke forvirrende for lytteren. Om personen som stammer derimot bruker frivillig stamming, vil dette kunne gi lytteren større innsikt i situasjonen.

En av kommunikasjonsferdighetene som kan forbedres ved bruk av frivillig stamming er lytteferdigheter. En programleder beskriver hvordan en samtalesituasjon kan oppleves for en person som stammer:

Another reason to use voluntary stuttering is for listening skills. So many people who stutter talk about how hard it is to listen to another person during a conversation, because we're always thinking about stuttering. People who stutter often talk about having a radar, and they're scanning ahead for words they may stutter on, they're trying to think of ways to avoid speaking or to get out of the conversation.

Alle disse tankene som kanskje forekommer hos en person som stammer under en samtale, kan gjøre det utfordrende å fokusere på innholdet i samtalen. Frivillig stamming kan være en måte å eliminere dette på. Ved å stamme frivillig i begynnelsen av en samtale er det ikke nødvendigvis lenger behov for å være redd for at stamming skal oppstå. Personen kan i større grad oppleve kontroll over situasjonen og over stammingen. På denne måten kan det frigjøres mer kapasitet til å rette fokuset mot samtalens innhold.

En annen kommunikasjonsferdighet som kan øves på ved hjelp av frivillig stamming er øyekontakt. Som beskrevet i kapittel 2, kan det å unngå øyekontakt være en del av en persons sekundæratferd. Ettersom øyekontakt er en viktig del av kommunikasjon, kan dette virke forstyrrende. Flere av programlederne i StutterTalk snakker om hvordan frivillig stamming kan benyttes for å øve på øyekontakt. En av dem beskriver det slik:

When you're stuttering you often look down at your feet. You demonstrate shame, and when we're stuttering on purpose to reduce the fear of speaking, we want to demonstrate no shame. And we want to teach ourselves and our listeners that there's nothing wrong here. So, when you practice stuttering by looking at the person in the eyes, you're really showing everyone that there's nothing wrong here. And it's not challenging, it's not rude, it actually tends to make everybody, you and the listeners, more comfortable.

Dette viser til hvordan det kan være utfordrende for en person som stammer å holde øyekontakt under kommunikasjon, men at det tenderer til å gjøre begge parter mer komfortable dersom øyekontakt kan etableres. En annen programleder hevder også at han

synes det er lettere å øve på øyekontakt når han bruker frivillig stamming. Dette kan være fordi han da opplever større kontroll over situasjonen, og at det dermed er lettere å rette fokus mot samtalepartneren.

Som beskrevet ovenfor kan ulike kommunikasjonsferdigheter øves på og forbedres ved hjelp av frivillig stamming. Det kan tenkes at en av årsakene til at frivillig stamming gjør det lettere å øve på slike ferdigheter, er at personen som stammer opplever større grad av kontroll. Når stamming forekommer uforutsigbart kan en situasjon gjerne oppleves som ukontrollerbar, noe som kan virke hemmende på kommunikasjon. Frivillig stamming kan altså fremstå som en måte bryte med dette.

### **7.3 Fordi det oppleves som hjelpsomt**

I det foregående har det blitt beskrevet hvordan frivillig stamming kan være hensiktsmessig, både av desensitiverende og kommunikasjonsfremmende årsaker. I tillegg finnes det noen årsaker som kan være vanskeligere å sette ord på. For noen av personene i StutterTalk oppleves frivillig stamming som *hjelpsomt*, selv om det kan være vanskelig å sette ord på hvorfor. En programleder sier at frivillig stamming rett og slett føles ut som noe *mer* enn desensitivisering.

To personer i podcastepisodene nevner frivillig stamming som den teknikken, eller måten å endre talen på, som de liker best. Dette med bakgrunn i at den oppleves som svært hjelpsom å bruke. En gjest beskriver det slik:

For me, it's extremely helpful. Whenever someone asks me what kind of speaking strategies or tools or whatever you want to call it, I use, it's like: "Oh you know, I use voluntary stuttering".

En programleder beskriver også hvordan hun finner det betryggende å vite at den frivillige stammingen ikke er ekte, selv om det kan høres sånn ut for lytteren. Mange personer som stammer kan, som nevnt i kapittel 4, føle på en frykt for negative lytterreaksjoner. Det å selv vite at den frivillige stammingen ikke er ekte, kan kanskje gjøre det lettere å håndtere eventuelle lytterreaksjoner, og slik kan frykten dermed reduseres. Denne programlederen sier



også at selv om den frivillige stammingen høres lik ut for begge parter, så oppleves den som annerledes for henne. Dette kanskje fordi det gir henne en form for kontroll over situasjonen.

Det kan være vanskelig å vite nøyaktig hva som er årsaken til at det å benytte frivillig stamming oppleves som svært hjelpsomt for noen. Med utgangspunkt i funnene fra tidligere deler av oppgaven, kan det allikevel tenkes at det har sammenheng med den kontrollen som mange opplever når de benytter frivillig stamming. For mange personer som stammer kan det være slik at de tilnærmet aldri tidligere har følt på det å ha kontroll over egen tale. Dermed kan det føles meget meningsfylt å kjenne på denne formen for kontroll, kanskje for første gang.

## 8 Hvorfor utfordrende å stamme frivillig?

Selv om det finnes mange gode grunner til å benytte frivillig stamming, kan det også for noen oppleves som utfordrende å benytte teknikken. Som nevnt i kapittel 4, kan det virke uhensiktsmessig å stamme frivillig, når målet gjerne er at stammingen skal elimineres.

Frivillig stamming er ikke nødvendigvis en teknikk som passer for alle, selv om det vil være viktig å prøve den ut over en tidsperiode før en slik beslutning tas. I StutterTalk nevnes det flere årsaker til at frivillig stamming oppleves utfordrende. Blant annet beskrives det at det krever mye arbeid, at det virker kontraintuitivt og at det ikke har blitt presentert tilstrekkelig i behandlingssammenheng.

### 8.1 Krever mye arbeid

En av årsakene til at frivillig stamming kan oppleves som utfordrende, er at det krever mye av en person å utføre det. Kanskje mer enn hva mange tror. Flere av personene i StutterTalk snakker om dette. Frivillig stamming, spesielt i en begynnende fase, krever en bevisst avgjørelse om å endre talen. Dette i like stor grad som ved bruk av andre flytskapende eller stammemodifiserende teknikker. En gjest i en podcastepisode beskriver dette slik:

It's actually a lot more work than people might think it is. I mean, people may think that: "Well, you stutter anyway, and if you just do it voluntarily, what's the big deal?" But actually, it requires pretty much the same amount of conscious efforts as if you were to do fluency shaping strategies or anything else. Because you have to make a clear decision to say: "I'm going to talk this way right now".

Uten å ha opplevd hvordan det føles å bruke frivillig stamming, kan det kanskje høres ut som at det er ganske likt som å oppleve ekte stamming. Men, som beskrivelsen tilsier, så krever det altså gjerne like mye oppmerksomhet og anstrengelse som å benytte andre taleteknikker. Å snakke er noe de aller fleste av oss gjør automatisk, uten å bevisst tenke over hvordan vi gjør det. Det å skulle begynne og snakke på en annen måte, ville antagelig for de fleste oppleves som svært utfordrende. En programleder nevner også hvordan det å bruke frivillig stamming, i tillegg til å ha mye hørbar ekte stamming, oppleves som mye å tenke på og ekstra energikrevende.

En gjest poengterer også at det å imitere ekte stamming i seg selv, kan være svært vanskelig. Dette nettopp fordi stamming er noe som skjer ufrivillig. For å kunne stamme frivillig krever det en bevissthet rundt hva som skjer når stamming oppstår. Det å oppnå en slik form for bevissthet rundt egen stamming er gjerne en del av det Van Riper (1973) kaller identifiseringsfasen av et behandlingsforløp. Denne formen for bevissthet vil kanskje være en forutsetning for å benytte frivillig stamming. Altså vil det kunne være viktig i behandlingssammenheng å forberede, og å bygge opp mot, det å bruke frivillig stamming.

Det beskrives også av en programleder i StutterTalk, hvordan det å bruke frivillig stamming i situasjoner som oppstår, krever en viss grad av bevissthet. Hun opplever at det da kan være vanskelig å huske på og bruke teknikken, og beskriver dette slik:

I just don't really remember to do it. Because I feel like when I'm in situations where I would use voluntary stuttering, like where it's a little bit harder for me, or I want to show people that I stutter, I end up just kind of focusing on stuttering confidently.

Denne beskrivelsen viser altså til det at frivillig stamming krever en viss grad av bevissthet. De fleste situasjoner som oppstår i hverdagslivet består av mange elementer som krever oppmerksomhet. Mange situasjoner oppstår også ukontrollerbart og uforutsigbart. Det vil gjerne kreve øvelse for at det skal bli naturlig å benytte frivillig stamming i slike situasjoner. Dermed vil det å skape sine egne situasjoner der frivillig stamming kan benyttes, som nevnt tidligere, være hensiktsmessig i en innledende fase av å benytte teknikken.

Det at frivillig stamming gjerne krever mer arbeid enn hva mange tror, kan være en årsak til at det bør benyttes mange ganger over en tidsperiode før det kan tas en velinformert avgjørelse om teknikken er hensiktsmessig å benytte. Ved å benytte frivillig stamming mange ganger vil det også være lettere å bygge opp en bevissthet rundt hvordan det bør gjøres, og når det bør gjøres. Slike elementer vil gjerne være individuelle fra person til person, og dermed bør det brukes tid for å finne ut av hva som passer for den enkelte.

### **8.1.1 Krever mot**

I tillegg til at frivillig stamming krever høy grad av bevissthet og anstrengelse, krever det også en modig person. Dette hevder logopedene som er gjest i en podcastepisode. Han

beskriver frivillig stamming som en dristig teknikk, dette ettersom stamming gjerne blir fulgt av følelser som flauhet, frustrasjon, ydmykelse og skam. Dermed mener han at det krever en sterk og modig person for å bruke frivillig stamming. Han viser også til at det er viktig å huske på at selv om det kan være vanskelig og ukomfortabelt for en logoped å modellere frivillig stamming, er dette noe helt annet enn hvordan det oppleves for en person som stammer å stamme frivillig. Slik beskriver han dette:

I think it's important for those of us who work in this field and don't stutter: Feigning stuttering is so challenging and uncomfortable, but it's not really the same experience as a person who stutters. Because I know I don't *have* to do it. A person who stutters has a physical condition where they often are out of control, because this kind of little interruption occurs. And that's categorically different than the person who's feigning it, who doesn't stutter. So, your job is always ten times harder, and requires ten times more courage and strength than mine.

Dette viser til at det kan være vanskelig for en logoped som ikke stammer, å vite hvordan frivillig stamming oppleves for en person som stammer. Dette viser også til viktigheten av å ha en åpen dialog rundt klientens opplevelse i en behandlingssituasjon. Det at logopeden viser forståelse for at det kan være utfordrende å benytte frivillig stamming, kan gjerne oppfattes som betryggende for klienten.

## **8.2 Virker kontraintuitivt**

Mange personer som stammer, har et ønske om at stammingen skal opphøre. Dermed vil det å stamme frivillig, som nevnt i kapittel 4, kunne oppleves som kontraintuitivt for mange. En slik opplevelse er det også flere fra StutterTalk som beskriver. Dette for eksempel med bakgrunn i at de har ønsket å holde stamming skjult, eller at de er stolte over den taleflyten de har oppnådd.

### **8.2.1 Stammingen ønskes skjult**

En av gjestene i StutterTalk viser til hvordan det gjennom mange år har bygget seg opp mye negative følelser knyttet til stammingen, og at dette gjør det vanskelig å aktivt stamme frivillig. I kapittel 3 ble det også beskrevet hvordan følelsene til voksne med avansert

stamming gjerne har blitt en integrert del av dem. Denne gjesten beskriver sin opplevelse av dette slik:

I think there's still a part of you that's screaming out to not stutter, and to get out of a block. And as much as we can work on it and improve our attitudes, there's still this thing that's been built up over time that stuttering is bad. So, it's still hard to actually voluntarily do a thing that still has that emotional baggage there.

Han beskriver også bruk av frivillig stamming som å gå imot sine naturlige instinkter om å skjule stammingen, og at det dermed er kontraintuitivt. Dette sannsynligvis fordi han gjennom store deler av sitt liv har ønsket å bli kvitt stammingen sin. Dette kommer også frem gjennom hans egen beskrivelse av seg selv som en tidligere person med skjult stamming. Denne gjesten ser på det at han må bekjempe sine naturlige instinkter, som årsaken til at det er vanskelig for han å benytte frivillig stamming. Det gjør også at det for han krever stor grad av bevissthet å stamme frivillig. Det kan tenkes at slike opplevelser kan forbedres ved gjentatt bruk av teknikken, men det er ikke nødvendigvis sikkert at frivillig stamming er den rette teknikken å benytte for alle personer som stammer.

### **8.2.2 Stolt over taleflyten**

En av programlederne i StutterTalk beskriver hvordan det i visse perioder i livet har vært mye stolthet knyttet til taleflyten hans. Dette gjorde at han i begynnelsesfasen av å bruke frivillig stamming hadde behov for å fortelle lyttere at stammingen ikke var ekte. Han beskriver det slik:

When I first started to do it a lot, I felt a really strong need to tell people: "That's not real". It's almost like a pride thing. Because you just hold on to your fluent speech so much, and it feels so important at certain times in your life. If you're voluntarily giving it up, it feels like such a sacrifice...

Behovet for å fortelle at den frivillige stammingen ikke er ekte, kan henge sammen med de negative følelsene som gjerne bygger seg opp hos en voksen person med avansert stamming. Frykt for lytterreaksjoner kan også være en del av dette. Denne programlederen beskriver imidlertid også at han ikke lenger har dette behovet. Dette kan være et tegn på at den

frivillige stammingen har bidratt til å redusere negative følelser og frykt, slik som beskrevet i forrige kapittel. Det kan også vise hvordan frivillig stamming bør benyttes mange ganger over en tidsperiode for at det er mulig å vite om det er hensiktsmessig å bruke det.

### 8.3 Ikke brukt i behandling

Flere av personene i StutterTalk har en opplevelse av at frivillig stamming ikke har blitt benyttet i behandling i særlig stor grad. Dette kan også være noe av årsaken til at det oppleves som utfordrende å benytte teknikken. En av gjestene beskriver hvordan frivillig stamming var noe som kun ble nevnt kort i forbindelse med hans logopediske stammebehandling. Dette beskriver han slik:

We actually didn't do a lot of voluntary stuttering in therapy. We did talk about it, but it was pretty much just that: "Yes, there is a technique that's called voluntary stuttering. And it is what it sounds like, you stutter voluntarily." So, it sounds a little bit weird to say I don't totally know *how* to voluntarily stutter, but it was just not really a thing that we spent time on.

Denne gjesten beskriver altså at han ikke helt vet *hvordan* han skal stamme frivillig. Dette på bakgrunn av at det ikke var noe som ble introdusert tilstrekkelig i behandling. Dette viser til viktigheten av logopedens støtte og oppfølging ved introduksjon av frivillig stamming. Opplevelsen av at frivillig stamming ikke blir introdusert tilstrekkelig i behandling deles av flere av personene i podcastepisodene. Grunnen til at det er slik, kan kanskje også ha sammenheng med at det finnes lite litteratur og forskning på området. Dermed er det kanskje også vanskelig for logopeder å vite hvordan og hvorfor frivillig stamming kan benyttes.

En av programlederne spekulerer i årsakene til at frivillig stamming ikke nødvendigvis blir benyttet i behandlingssammenheng. Hun tror det kan være vanskelig for logopeder som ikke stammer selv, å si nettopp *hvorfor* frivillig stamming er nyttig. Det kan, som beskrevet tidligere, være vanskelig for logopeden å sette seg inn i klientens opplevelser. Dette kan kanskje være noe av årsaken til at enkelte logopeder vegrer seg for å benytte frivillig stamming i behandlingssammenheng. Det å ha en åpen dialog kan være viktig for at klienten skal kunne gi logopeden bedre innsikt i egne opplevelser. Dette vil også være en forutsetning for å oppnå et godt samarbeid, og dermed også for at behandlingsmål skal kunne nås.

## 8.4 Hvorfor bruker jeg det ikke mer?

I det foregående er det blitt beskrevet ulike årsaker til at frivillig stamming kan oppleves som utfordrende å benytte. Flere av personene i podcastepisodene stiller spørsmål ved hvorfor de ikke bruker frivillig stamming i større grad enn de gjør. Det er vanskelig for dem å sette ord på årsaken til dette, ettersom de fleste av dem faktisk har meget positive erfaringer med bruk av teknikken. En gjest beskriver det slik:

For me it's extremely helpful.... But when I think about it, I really don't use it that much. But I just don't understand why I don't. I'm trying to figure it out, because it is so helpful for me.

Dette er en erfaring som flere deler. En programleder opplever at hun gjerne snakker om frivillig stamming og sier at hun bruker det i større grad enn hva hun faktisk gjør. Disse erfaringene kan henge sammen med oppfatningen om at frivillig stamming gjerne bør brukes mange ganger før det er mulig å oppnå tilstrekkelig utbytte. Som nevnt tidligere, så vil det også ta tid før en teknikk, eller en måte å endre talen på, automatiseres. Dermed vil det gjerne i lang tid kreve mye oppmerksomhet og bevissthet for å benytte teknikken. Disse elementene til sammen, kan være en del av årsaken til at frivillig stamming ikke nødvendigvis benyttes like mye som kanskje er ønsket.

En av gjestene i StutterTalk sier at han ikke har brukt frivillig stamming så mye, men at han har likt det godt de gangene han har brukt det. Han beskriver sin opplevelse slik:

I'll confess that I haven't used it that much. But the times that I actually have, I've really liked it a lot. But I still think it's so hard to voluntarily do a thing that is so kind of engrained that you don't want to do. But again, if you are doing it where you are in control, then it's a good way to partly desensitize, and partly to just practice as well.

Denne gjesten tillegger sine negative følelser mot stamming som årsak til at han ikke bruker frivillig stamming mer. Han viser imidlertid også til at når han føler han er i kontroll over situasjonen, så er frivillig stamming en god måte å både desensitivisere seg selv, og å øve på taleteknikker. Dette er en god oppsummering på hvorfor frivillig stamming kan være nyttig.

## 9 Avsluttende refleksjoner

Hensikten med en kvalitativ forskningsstudie er gjerne å gå i dybden på et fenomen, gjennom å se på individuelle opplevelser og erfaringer. Dette var også noe av hensikten med dette prosjektet. Dermed vil det være vanskelig å gi noe entydig svar på problemstillingen:

”Hvordan og med hvilken hensikt kan frivillig stamming benyttes av voksne som stammer?”

Gjennom datamaterialet kom det frem ulike preferanser og opplevelser, som gjør at problemstillingen kan ha mange ulike svar. I det neste vil det bli forsøkt å gi en oppsummering av disse, med hensyn til prosjektets problemstilling.

### 9.1 Oppsummering og konklusjon

I datamaterialet kommer det frem ulike måter frivillig stamming kan benyttes på. For noen oppleves det som mest hensiktsmessig å frivillig stamme på en måte som er lignende egen stamming, noe som støtter forskning av Byrd et al. (2016). For andre oppleves det som mest nyttig å frivillig stamme i form av lette repetisjoner eller korte forlengelser, noe som er mer i tråd med Van Riper (1973) sin beskrivelse av teknikken. Det kan se ut til at i de tilfellene der det er en preferanse for å benytte frivillig stamming lignende egen stamming, så benyttes teknikken gjerne av desensitiverende årsaker. Dersom den derimot benyttes av kommunikasjonsfremmende årsaker, kan det se ut til at det oppleves som mest hensiktsmessig å benytte frivillig stamming i form av lette repetisjoner eller korte forlengelser. Altså er det gjerne sånn at ulike måter å bruke frivillig stamming på, kan gi ulike fordeler.

Det ser ut til å være relativt stor enighet rundt at dersom frivillig stamming skal gi ønsket effekt, enten det benyttes av desensitiverende eller kommunikasjonsfremmende årsaker, så bør det benyttes i mange ulike reelle samtalesituasjoner med forskjellige personer. Dette for at effekten skal kunne overføres til hverdagslige, uforutsigbare situasjoner. Uten dette, vil gjerne mye av hensikten med å benytte teknikken forsvinne.

Hensiktene med å benytte frivillig stamming som kommer frem av datamaterialet, kan altså grovt sett deles inn i å være desensitiverende eller kommunikasjonsfremmende. Det kan imidlertid se ut til at en viktig årsak til at frivillig stamming oppleves som hensiktsmessig, er at det gir en opplevelse av kontroll. Stamming assosieres gjerne med et tap av kontroll over



egen tale, og ved å bruke frivillig stamming kan en følelse av å ta igjen kontrollen gjerne oppstå. Dette kanskje for første gang. Opplevelsen av kontroll som frivillig stamming gjerne gir, kommer gjennomgående opp som en viktig del av det å benytte teknikken.

Selv om det i podcastepisodene kommer frem mange gode grunner til å benytte frivillig stamming, er det viktig å trekke frem at det også kan oppleves som utfordrende å stamme frivillig. Når ønsket gjerne er at stammingen skal opphøre, kan det føles kontraintuitivt å bruke frivillig stamming. Det vises også i podcastepisodene til at det krever mye arbeid å benytte frivillig stamming, kanskje mer enn mange tror. Det å snakke er noe som hos de fleste av oss skjer automatisk, og det å skulle endre måten dette gjøres på, kan være svært utfordrende. Dette blant annet fordi det krever en stor grad av bevissthet.

Bruk av frivillig stamming er ikke nødvendigvis noe som passer for alle personer som stammer. Det vises imidlertid til at teknikken bør benyttes mange ganger over en tidsperiode for at det vil være mulig å ta en velinformert beslutning om dette. Dersom det ikke er bevissthet rundt dette, kan det føre til en redusert mulighet til å oppnå tilstrekkelig utbytte av frivillig stamming som teknikk.

## **9.2 Implikasjoner for logopedisk arbeid og videre forskning**

Det at frivillig stamming bør brukes mange ganger over en tidsperiode er altså noe som bør tydeliggjøres i behandlingssammenheng. Logopedens ærlighet og støtte vil kunne være avgjørende for at det skal bli mulig å oppnå ønsket utbytte ved bruk av teknikken. Dette blant annet fordi det kan bidra til å sikre realistiske forventninger og mål.

For at personer som stammer skal være informerte om bruk av frivillig stamming, vil det være viktig at teknikken presenteres tilstrekkelig i behandlingssammenheng. Det kom frem i datamaterialet at dette ikke alltid er tilfellet. Det er ikke nødvendigvis slik at disse funnene kan generaliseres til logopedisk stammebehandling i Norge, men med utgangspunkt i responsen fra studiets opprinnelige prosjektplan, kan det se ut til at dette også er et behov her. Dette krever imidlertid at logopeder setter seg inn i hvordan og hvorfor teknikken kan være hensiktsmessig å benytte.

Behovet for at frivillig stamming i større grad presenteres og diskuteres i logopedisk stammebehandling, forutsetter gjerne at det forekommer mer forskning på området. Dette for eksempel med utgangspunkt i norske personer som stammer. Dersom det kan vises til flere positive forskningsresultater rundt bruk av frivillig stamming, vil det kanskje bli lettere for logopeder å argumentere for hvorfor frivillig stamming kan være hensiktsmessig å benytte for voksne som stammer.

# Litteraturliste

- Befring, E. (2007). *Forskningsmetode – med etikk og statistikk* (2.utg.). Oslo: Det Norske Samlaget.
- Bloodstein, O. (1995). *A Handbook on Stuttering* (5.utg.). London: Chapman & Hall.
- Bryngelson, B. (1935). A Method of Stuttering. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 30(2), 194-198. doi: 10.1037/h0057386.
- Byrd, C. T., Gkalitsiou, Z., Donaher, J., & Stergiou, E. (2016). The Client's Perspective on Voluntary Stuttering. *American Journal of Speech-Language Pathology*, 25(3), 290-305. doi: 10.1044/2016\_AJSLP-15-0018.
- Charmaz, K. (2014). *Constructing Grounded Theory* (2.utg.). London: SAGE Publications Ltd.
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode – en kvalitativ tilnærming* (2.utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora. (2016). Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi. Hentet fra <https://www.etikkom.no/forskningsetiske-retningslinjer/Samfunnsvitenskap-jus-og-humaniora/>.
- Fuglseth, K. (2006a). Kjeldegransking. I K. Fuglseth & K. Skogen (red.). *Masteroppgaven i pedagogikk og spesialpedagogikk* (s. 78-89). Oslo: J.W. Cappelens Forlag AS.
- Fuglseth, K. (2006b). Vitenskapsteori og hermeneutikk. I K. Fuglseth & K. Skogen (red.). *Masteroppgaven i pedagogikk og spesialpedagogikk* (s. 256-272). Oslo: J.W. Cappelens Forlag AS.
- Gall, M. D., Gall, J. P. & Borg, W. (2007). *Educational Research – An Introduction*. New York: Longman Publishers.
- Guitar, B. (2014). *Stuttering – An Integrated Approach to Its Nature and Treatment* (4.utg.). Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Guitar, B. & McCauley, R. (2010). *Treatment of Stuttering – Established and Emerging Interventions*. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Helgadottir, F. D., Menzies, R. G., Onslow, M., Packman, A. & O'Brian, S. (2014). Safety Behaviors and Speech Treatment for Adults Who Stutter. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 57(4), 1308-1313. doi: 10.1044/2014\_JSLHR-S-13-0041.
- Herring, C., Korte, J. & McManus, R. (programledere). (2010, 15. juli). Voluntary Stuttering

- with the B Team [podcast]. I P. Reitzes (leder), *StutterTalk*. Hentet fra <http://stuttertalk.com/voluntary-stuttering-with-the-b-team-episode-216/>.
- Herring, C., Korte, J. & McManus, R. (programledere). (2013, 9. november). The Flavors of Voluntary Stuttering [podcast]. I P. Reitzes (leder), *StutterTalk*. Hentet fra <http://stuttertalk.com/the-flavors-of-voluntary-stuttering-ep-428/>.
- Jackson, E. & Reitzes, P. (programledere). (2008, 11. november). Voluntary Stuttering [podcast]. I P. Reitzes (leder), *StutterTalk*. Hentet fra <http://stuttertalk.com/voluntary-stuttering-episode-2/>.
- Kjeldstadli, K. (1999). *Fortida er ikke hva den en gang var – En innføring i historiefaget* (2.utg.). Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3.utg.). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Kvernbekk, T. (2002). Vitenskapsteoretiske perspektiver. I T. Lund (red.), *Innføring i forskningsmetodologi* (s. 19-78). Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Løkken, B. (2017). Livet med skjult stamming. I A. Albrigtsen, T. Stauri & M. A. Wright (red.). *Ord til besvær – Livet med stamming* (s. 87-92). Oslo: Abstrakt forlag AS.
- Manning, W. H. (2001). *Clinical Decision-Making in Fluency Disorders* (2.utg.). Vancouver: Singular Thomson Learning.
- Reitzes, P. (programleder). (2012, 18. mars). Tips from the Pros: Pausing and Voluntary Stuttering with Dr. Phil Schneider [podcast]. I P. Reitzes (leder), *StutterTalk*. Hentet fra <http://stuttertalk.com/tips-from-the-pros-pausing-and-voluntary-stuttering-with-dr-phil-schneider-325/>.
- Reitzes, P. (2005). Voluntary Stuttering – The why and how. *Advance for Speech-Language Pathologists & Audiologists*, 15(47), 14-19. Hentet 23. september 2016 fra <http://speech-language-pathology-audiology.advanceweb.com/Article/Voluntary-Stuttering.aspx>.
- Shapiro, D. A. (2011). *Stuttering intervention – A Collaborative Journey to Fluency Freedom* (2.utg.). Texas: PRO-ED, Inc.
- StutterTalk (u.å.a). About. Hentet fra <http://stuttertalk.com/about/>.
- StutterTalk (u.å.b). Peter Reitzes. Hentet fra <http://stuttertalk.com/peter-reitzes/>.
- Tveit, K. (2014). Historisk forskningsmetode. I T. A. Kleven (red.). *Innføring i pedagogisk forskningsmetode – En hjelp til kritisk tolkning og vurdering* (2.utg., s. 139-178). Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Van Riper, C. G. (1973). *The Treatment of Stuttering*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.

- Van Riper, C. G. (1982). *The Nature of Stuttering* (2.utg.). New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Ward, D. (2006). *Stuttering and Cluttering – Frameworks for Understanding and Treatment*. Hove & New York: Psychology Press.
- World Health Organization. (2015). International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems 10th Revision. Hentet fra <http://apps.who.int/classifications/icd10/browse/2015/en#/F98.5>.
- Wormnæs, O. (2005). Om forståelse, tolkning og hermeneutikk. I *Kompendium: Sped4010 – Vitenskapsteori og forskningsmetode*. Oslo: Universitetet i Oslo.
- Yairi, E. & Ambrose, N. (2013). Epidemiology of stuttering: 21st century advances. *Journal of Fluency Disorders*, 38, 66-87. doi: 10.1016/j.jfludis.2012.11.002.

# Vedlegg 1: Prosjektplan

Institutt for spesialpedagogikk  
SPED4010 / Obligatorisk arbeidskrav *Prosjektplan*

## Prosjektplan for SPED4090/masteroppgave høst 2016

Innleveringsmappen i Fronter stenger mandag 7.november kl 11.00

---

- **MOS-gruppe nr : 9**
  - **Gruppeleders navn : Ingvild Røste**
  - **Ditt etternavn : Kvamme**
  - **Ditt fornavn /mellomnavn: Maria Stenrud**
  - **Skriver sammen med :**  
Studenter som skriver sammen skal levere hver for seg i Fronter
- 

- **Planlagt innlevering av masteroppgaven din, som i tidsplanen :**
  - Vår 2017 : x
  - Høst 2017 :
- **Arbeidstittel :** Ungdommers opplevelse av frivillig stamming

## Arbeidstittel

Ungdommers opplevelse av frivillig stamming

### Bakgrunn, tema og formål

Frivillig stamming er en metode som har blitt benyttet i stammebehandling i mange år. Det er flere forskjellige måter å utføre denne type behandling, og metoden blir også referert til med ulike uttrykk. Foruten begrepet *frivillig stamming (voluntary stuttering)* benyttes blant annet begrepene *pseudo stuttering (Van Riper, 1973)* og *negative practice (Ward, 2006)*. Frivillig stamming kan blant annet brukes i behandling som en måte å utforske stammingen på, eller det kan brukes i samtale som en del av desensitivisering (Guitar & McCauley, 2010). Det er i hovedsak frivillig stamming som en del av desensitivisering dette prosjektet vil ta utgangspunkt i.

Frivillig stamming blir brukt som en del av en sammensatt stammebehandling, dette gjerne som en del av en stammemodifiserende strategi. Et hovedfokus ved stammemodifiserende strategier er reduksjon av frykt og unngåelsesatferd, ofte i form av desensitivisering (Manning, 2001). Denne formen for desensitivisering kan omfatte frivillig stamming. Manning (2001) nevner også spesifikke utfordringer knyttet til stammebehandling av ungdommer. Han viser blant annet til at ungdomsårene ofte er preget av emosjonelle konflikter, frykt og frustrasjon, som vil kunne påvirke negative følelser og angst knyttet til stammingen.

En nyere undersøkelse om klientens perspektiv på frivillig stamming konkluderer med at frivillig stamming i behandling har størst emosjonelle, atferdsmessige og kognitive fordeler dersom metoden tilpasses klientens egen stammeatferd, og dersom den blir brukt utenfor logopedkontoret (Byrd, Gkalitsiou, Donaher & Stergiou, 2016). I denne undersøkelsen vises det også til behovet for å videre utforske ulike individuelle faktorer som kan påvirke utfall etter bruk av denne metoden i stammebehandling. Dette viser at frivillig stamming er et aktuelt tema som det er behov for å forske videre på.

## Problemstilling

Med dette som bakgrunn ønsker jeg å undersøke følgende foreløpige problemstilling:

*"Hvordan opplever ungdommer som stammer bruk av frivillig stamming som en del av logopedbehandlingen?"*

Som nevnt tidligere kan ungdommer som stammer være særlig sårbare grunnet den emosjonelle utviklingen som skjer i denne fasen av livet (Manning, 2010). Dermed vil det være interessant å undersøke denne gruppens opplevelser med bruk av frivillig stamming, knyttet til emosjonelle, men også atferdsmessige og kognitive aspekter ved stammingen. Frivillig stamming benyttes sjeldent isolert, men som en del av en sammensatt behandling. Dette er det tatt hensyn til i problemstillingen ved å ta utgangspunkt i frivillig stamming som en del av logopedbehandlingen.

Mulige underproblemstillinger kan også være:

- Hva slags følelser knyttes til bruk av frivillig stamming på ulike stadier av behandlingen (ved introduksjon, underveis og i etterkant)?
- Har bruk av frivillig stamming ført til en endret opplevelse av egen stamming? På hvilke måter?

## Forskningsopplegg/design og metode

For å belyse prosjektets problemstilling vil jeg utføre 3-4 kvalitative intervjuer med ungdommer (evt. unge voksne) mellom 15 og 20 år som har erfaring med bruk av frivillig stamming som en del av logopedisk stammebehandling. Med utgangspunkt i problemstillingen "Hvordan opplever ungdommer som stammer bruk av frivillig stamming som en del av logopedbehandlingen?", er formålet å få frem klientenes subjektive opplevelser av denne formen for stammebehandling. Ifølge Dalen (2011) er kvalitative intervjuer velegnede til å få innsikt i informantens egne erfaringer, tanker og følelser, noe som er i tråd med prosjektets problemstilling. Det at bruk av kvalitative intervjuer som metode vurderes som passende med hensyn til prosjektets mål, problemstilling og teoretiske forankring er med på å styrke validiteten (Dalen, 2011).



Det vil være mest hensiktsmessig å benytte et strukturert/semistrukturert intervju for å belyse denne problemstillingen. Det er dette som er mest vanlig innenfor det spesialpedagogiske fagfeltet (Dalen, 2011). Fordelen med denne typen intervju er at samtalen lettere kan styres i den retning som fører til svar på problemstillingen, og intervjueren har også en intervjuguide å støtte seg til i selve intervjusituasjonen. Det vil også være lettere å sammenligne svar fra ulike informanter i etterkant. En intervjuguide vil utformes med hensikt å få besvart problemstillingen. Det vil være viktig å utarbeide ulike spørsmål som vil kunne sette lys på ulike sider ved problemstillingen. Det vil imidlertid være viktig at spørsmålene er klare/utvetydige, ikke-ledende, ikke omhandler temaer som kan virke for sensitive for informanten å svare på, og at de åpner for at informanten fritt kan gi uttrykk for egne oppfatninger (Dalen, 2011).

En godt formulert intervjuguide vil være med på å sikre validiteten ved forskningsprosjektet. Ved utforming av intervjuguide til dette prosjektet må alder på informantene tas i betraktning. Problemstillingen viser til bruk av ungdommer som informanter, dermed bør spørsmålene i intervjuet tilpasses dette. Spørsmålene bør ikke være for avanserte og inneholde faguttrykk som ungdommene ikke har forutsetninger for å kjenne til. Imidlertid er det også viktig å ikke undervurdere deres evner. Det er viktig at de føler de blir tatt på alvor, og dette kan blant annet oppnås ved at intervjuer forholder seg formelt til dem og unngår å korrigere dem (Dalen, 2011). Det vil også være viktig å gjennomføre et prøveintervju i forkant av selve forskningsintervjuene. Dette blant annet for å teste ut intervjuguiden, og egne evner som intervjuer (Dalen, 2011).

Ettersom prosjektet tar for seg en kvalitativ problemstilling vil det ikke være hensiktsmessig med mange informanter. For at mengden datamateriale som skal bearbeides i etterkant skal være overkommelig i forhold til prosjektets omfang vil 3-4 intervjuer være tilstrekkelig. Dersom det kun hadde blitt brukt 2 informanter ville det kanskje være vanskeligere å se sammenhenger og drøfte ulike svar mot hverandre. For å få tilgang til informanter som er aktuelle har jeg valgt å kontakte min tidligere praksisveileder som jeg vet benytter frivillig stamming i behandling av sine klienter. Ulempen dersom alle informantene har mottatt behandling fra samme logoped er at det

kan være liten variasjon i hvordan behandlingen gjennomføres, og dermed også i hvordan den oppleves. Derfor kan det være en fordel å bruke informanter som har sine erfaringer fra ulike logopeder. Et alternativ kan være å kontakte NIFS (norsk interesseforening for stamme) for å opprette kontakt med aktuelle informanter. Det å ta kontakt med taleflyt-teamet på Statped kan også være aktuelt for å få videreformidlet kontakt med aktuelle informanter.

Ved analyse av datamaterialet vil det kunne være relevant å bruke en tilnærming som for eksempel "Grounded Theory". Ved en slik tilnærming fremheves viktigheten av å forankre teoriutvikling i forskningsvirksomheten (Dalen, 2011). Dermed er det informantens egne oppfatninger og perspektiver som danner grunnlag for analyse. Hensikten med "Grounded Theory" er i stor grad at forskeren skal lete frem forskjeller og likheter i datamaterialet, og slik få frem nyanser og variasjoner (Dalen, 2011). For å klare dette er det blant annet viktig at forskeren har evne til å gi mening til data og å skille det vesentlige fra det uvesentlige. Bruk av "Grounded Theory" ved analyse vil innebære at koding/kategorisering av datamaterialet som genereres fra intervjuene skjer etter at intervjuene er gjennomført, med utgangspunkt i det informantene har sagt.

Det som kanskje i størst grad kan sikre reliabilitet ved kvalitative studier er å gi nøyaktige beskrivelser av det som har blitt gjort i forskningsprosessen slik at den kan følges av leseren (Dalen, 2011). Det å gjøre konsekvente vurderinger ved metode sikrer også en form for reliabilitet dersom dette tydeliggjøres.

## **Etiske hensyn**

I forskningsprosjekter som omhandler mennesker vil det alltid oppstå etiske problemstillinger som det må tas hensyn til. Det vil være viktig at gjennomføring av intervjuene skjer etter informert samtykke hos informantene. Det er viktig at de får informasjon om prosjektet og hensikten med dette på forhånd, slik at informantene kan velge om det er noe de ønsker å delta i eller ikke.

I en intervjusituasjon vil det alltid være en viss form for asymmetri, der den som intervjuer vil stå i en maktposisjon ovenfor intervjuobjektet. I mitt prosjekt der det er ungdommer som er informanter vil dette være særlig gjeldene. Dersom ungdommene er under 18 år regnes de fortsatt som barn, selv om det ikke trengs samtykke fra foreldre når ungdommene er over 15 år. En voksen vil alltid stå i en maktposisjon ovenfor et barn. I intervjusituasjonen kan misbruk av den maktposisjonen en befinner seg i som forsker og intervjuer forsøkes unngås ved å uttrykkelig informere informantene om hensikten med intervjuet, hva svarene deres skal brukes til og at de vil bli anonymisert. Det er også viktig å informere om at de ikke trenger å svare på spørsmål de ikke ønsker å svare på. Dette vil også inngå som en del av kravet om informert og fritt samtykke (Dalen, 2011). For å i større grad oppnå symmetri i maktforholdet mellom intervjuer og intervjuobjekt vil det være viktig med relasjonsbygging. I intervjusituasjoner med barn som informanter er det spesielt viktig at det skapes et tillitsforhold tidlig i intervjusituasjonen (Dalen, 2011). Dette vil være gjeldene selv når informantene er ungdommer. Min kompetanse som intervjuer vil også være av betydning for hvor pålitelig informasjonen som kommer frem i intervjusituasjonen er (Dalen, 2011). Dette understreker viktigheten av prøveintervju, ettersom jeg ikke har mye erfaring som intervjuer.

Den forskningsetiske komité (NESH) legger spesielt vekt på hensyn til utsatte grupper (Dalen, 2011). Dette omfavner i stor grad det spesialpedagogiske fagfeltet, og kan også handle om de som stammer. Ungdommer som en egen gruppe kan, som nevnt tidligere, også tenkes å være i en sårbar alder. Dette i sammenheng med de negative følelsene som ofte kan knyttes til stamming kan føre til at disse ungdommene er i en spesielt sårbar situasjon (Manning, 2001). Det er alltid viktig at forskeren er varsom i intervjusituasjonen (Dalen, 2011). I arbeid med ungdom som stammer er dette kanskje spesielt viktig. Det at det ofte er mye negative følelser knyttet til stamming gjør også at det må vises varsomhet ved spørsmålene som blir stilt, og bevissthet rundt de følelsene som kan dukke opp underveis i intervjusituasjonen.

## Tidsplan

### Desember 2016:

- Utforme intervjuguide
- Evt. søke NSD
- Søke etter litteratur
- Begynne å kontakte informanter

### Januar 2017:

- Fortsette å kontakte informanter
- Lese litteratur
- Skrive innledende deler av oppgaven
- Begynne teoridel
- Utføre prøveintervju
- Evt. begynne utføring av intervjuer

### Februar 2017:

- Utføre intervjuer
- Transkribere intervjuer
- Skrive metodedel

### Mars 2017:

- Kode, tolke og analysere intervjuer
- Fullføre teoridel

### April 2017:

- Fullføre analyse av intervjuer
- Skrive resultatdel og drøfting

### Mai 2017:

- Skrive avslutning
- Ferdigstille oppgaven

## Litteraturliste

- Byrd, C. T., Gkalitsiou, Z., Donaher, J., & Stergiou, E. (2016). The Client's Perspective on Voluntary Stuttering. *American Journal of Speech-Language Pathology*, 25(3), 290-305. doi: 10.1044/2016\_AJSLP-15-0018.
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode – en kvalitativ tilnærming*. Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Guitar, B. & McCauley, R. (2010). *Treatment of Stuttering – Established and Emerging Interventions*. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Manning, W. H. (2001). *Clinical Decision Making in Fluency Disorders* (2.utg.). Vancouver: Singular Thomson Learning.
- Van Riper, C. (1973). *The Treatment of Stuttering*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Ward, D. (2006). *Stuttering and Cluttering – Frameworks for Understanding and Treatment*. East Sussex: Psychology Press.

## Tillegglitteratur

- Bryngelson, B. (1935). A method of stuttering. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*. 30(2), 194-198. doi: 10.1037/h0057386.
- Charmaz, K. (2014). *Constructing Grounded Theory* (2.utg.). London: SAGE Publications Ltd.
- Saltuklaroglu, T., Kalinowski, J., Dayalu, V. N., Stuart, A., & Rastatter, M. P. (2004). Voluntary stuttering suppresses true stuttering: A window on the speech perception-production link. *Perception & Psychophysics* 66(2), 249-254. doi: 10.3758/BF03194876.
- Shapiro, D. A. (2011). *Stuttering Intervention* (2.utg.). Texas: PRO-ED, Inc.

# Vedlegg 2: Godkjenning NSD



Peer Møller Sørensen  
Institutt for spesialpedagogikk Universitetet i Oslo  
Postboks 1140 Blindern  
0318 OSLO

Vår dato: 16.01.2017

Vår ref: 51695 / 3 / KH

Deres dato:

Deres ref:

## TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 20.12.2016. Meldingen gjelder prosjektet:

<i>51695</i>	<i>Unge voksnes opplevelse av frivillig stamming</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>Universitetet i Oslo, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Peer Møller Sørensen</i>
<i>Student</i>	<i>Maria Stenrud Kvamme</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstillere kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 31.08.2017, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Kjersti Haugstvedt

Kontaktperson: Kjersti Haugstvedt tlf: 55 58 29 53

Vedlegg: Prosjektvurdering

*Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.*

# Vedlegg 3: Intervjuguide

Innlede med generell informasjon om situasjonen.

## Skape relasjon, gjøre informanten komfortabel

- Hva jobber du med/studerer du?
- Hvor gammel er du?

...

Fortelle litt om frivillig stamming og hva jeg legger i begrepet.

## Generelt om stammingen

- Hvor gammel var du da du begynte å stamme?
- Er det flere som stammer i familien din?
- Hvordan vil du selv beskrive stammingen din?
- Hvordan følelser har du knyttet til stammingen din?
- Hva tenker du om stammingen din?
  - o Har disse tankene og følelsene endret seg over tid?
- Er det spesifikke situasjoner som du synes er spesielt utfordrende på grunn av stammingen din?
- I hvilke perioder har du gått til logoped? Går du til logoped nå?
  - o Kan du beskrive den logopediske oppfølgingen du har mottatt?
  - o Hva slags mål hadde du for den logopediske behandlingen?
- Prøver du/har du noen gang prøvd å skjule stammingen din?
  - o I hvilke situasjoner?

## Generelt om frivillig stamming

- Er du kjent med begrepet ”frivillig stamming”?
- Er du vant til å bruke andre uttrykk for å beskrive det jeg kaller frivillig stamming?  
Evt. hvilke?
- Hvordan ble du introdusert til denne formen for tiltak?
  - o Modellerte logopeden?
- Kan du fortelle litt om hvordan du har brukt frivillig stamming?

- Kan du fortelle om en gang du brukte frivillig stamming?
- Har du brukt det utenfor logopedkontoret?
- I hvilke situasjoner har du brukt det?
- Var logopeden med deg når/hvis du brukte frivillig stamming utenfor logopedkontoret?
- Har du brukt frivillig stamming for å komme deg ut av et stammeøyeblikk?
- Har du noen gang brukt frivillig stamming spontant, uten at det var planlagt?
- Hvordan forberedte du og logopeden dere til å bruke frivillig stamming?
  - Laget du og logopeden en liste over situasjoner som det kunne være aktuelt å bruke frivillig stamming i?
  - Hvordan jobbet dere etter å ha brukt frivillig stamming?
- Hvor lenge/ofte brukte du frivillig stamming?
- Hvor stor del av logopedbehandlingen var/er frivillig stamming?
- Hvordan høres den frivillige stammingen ut i forhold til din faktiske stamming?
  - Forsøker du å simulere din faktiske stammeatferd?
  - Bruker/brukte du frivillig stamming på samme måte hver gang? Høres det likt ut? Hvordan?

### **Tanker og følelser rundt frivillig stamming**

- Hva tenkte du da du ble introdusert for frivillig stamming?
  - Tenkte du at det ville være utfordrende? Evt. hvorfor?
  - Tenkte du at det ville være nyttig? Evt. hvordan?
- Hva følte du da du ble introdusert for frivillig stamming?
- Hva tenkte du etter å ha benyttet frivillig stamming noen ganger?
  - Endret de seg da du begynte å bruke teknikken?
- Hva følte du etter å ha benyttet frivillig stamming noen ganger?
- Hva skjer med stammingen din når du bruker frivillig stamming?
- Hvordan opplever du å ha kontroll over stammeøyeblikkene dine når du bruker frivillig stamming i forhold til når du ikke bruker det?
- Hva tenker du om bruk av frivillig stamming i dag?
- Hva føler du om frivillig stamming i dag?
- Er det situasjoner der du fortsatt bruker det? Evt. hvilke?



### **Fysiske/kroppslige opplevelser**

- Opplever du noen fysiske/kroppslige reaksjoner når du bruker frivillig stamming?  
Evt. hvilke?
- Er de fysiske reaksjonene dine annerledes når du bruker frivillig stamming enn når du stammer ellers?
  - o Evt. hvordan?
  - o Hvorfor tror du det er sånn?

### **Avsluttende tanker**

- Ser du på frivillig stamming som et nyttig verktøy i stammebehandling?
  - o Hvorfor/hvorfor ikke?
  - o Evt. i hvilke situasjoner?
- Føler du at frivillig stamming har hjulpet deg til å stamme mindre?
  - o Evt. i hvilke situasjoner?
- Har bruk av frivillig stamming gjort at du har fått et endret syn på egen stamming?  
Evt. hvordan?
- Ville du anbefalt å bruke frivillig stamming til andre som stammer?
  - o Hvorfor/hvorfor ikke?
  
- Har du noe mer du vil fortelle om det vi har snakket om?
- Hvordan har du opplevd denne situasjonen?
- Er det i orden om jeg ringer deg dersom jeg har oppfølgingsspørsmål til noe av det vi har snakket om?

# Vedlegg 4: Informasjon til informanter

## Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

### *”Unge voksnes opplevelse av frivillig stamming”*

#### **Bakgrunn og formål**

I forbindelse med min masteroppgave ved Universitetet i Oslo ønsker jeg å spørre om du ønsker å delta som informant i mitt prosjekt. Jeg er student ved institutt for spesialpedagogikk, og har fordypning i logopedi. Med prosjektet mitt ønsker jeg å belyse hva slags opplevelser unge voksne som stammer har med bruk av frivillig stamming som en del av sin logopediske behandling. Med frivillig stamming mener jeg alle tilfeller der du og/eller logopeden i behandlingssammenheng har lagt inn stamming frivillig i talen, dette for eksempel som en del av en teknikk, for å ufarliggjøre situasjoner eller i andre logopediske behandlingssammenhenger. For å besvare min problemstilling ønsker jeg å utføre intervjuer med unge voksne som har benyttet frivillig stamming som en del av sin logopediske behandling.

Du blir kontaktet fordi din logoped har vurdert at du kan være en mulig informant i dette prosjektet eller fordi du har meldt din interesse gjennom NIFS.

#### **Hva innebærer deltakelse i studien?**

Din deltakelse vil innebære ett intervju som vil vare i maks 1 time. Intervjuet vil finne sted i februar eller mars 2017. Tid og sted for intervjuet kan vi avtale nærmere. Det vil også være mulig å foreta intervjuet via telefon eller Skype. Det vil også være fint om det er mulighet til å kontakte deg per telefon i etterkant av intervjuet dersom det skulle oppstå spørsmål, men dette er ikke en nødvendighet. Spørsmålene i intervjuet vil handle om din erfaring med logopedisk behandling som innebærer bruk av frivillig stamming. Intervjuet vil bli tatt opp på lydopptak, og jeg kommer til å ta notater underveis. Dette for å sikre at dine uttalelser blir oppfattet korrekt. Det vil være mulig for deg å se intervju spørsmålene på forhånd dersom dette er ønskelig.

#### **Hva skjer med informasjonen om deg?**

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. Det vil kun være meg som har tilgang til personopplysninger, og disse vil oppbevares på en datamaskin beskyttet med passord. I min oppgave vil du anonymiseres, slik at ditt navn aldri vil knyttes til det du har sagt i intervjuet. Prosjektet skal etter planen avsluttes 1. juni 2017. Personopplysninger og lydopptak vil slettes innen august 2017.

#### **Frivillig deltakelse**

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert.

Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til prosjektet ta kontakt med meg, **Maria Stenrud Kvamme**, på tlf. **91825231** eller epost [maria.stenrud.kvamme@hotmail.com](mailto:maria.stenrud.kvamme@hotmail.com). Du kan også kontakte min veileder, Karoline Hoff, på tlf. 0296 eller epost [karoline.hoff@statped.no](mailto:karoline.hoff@statped.no).

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, NSD - Norsk senter for forskningsdata AS.

Takk for din interesse!

Med vennlig hilsen  
Maria Stenrud Kvamme

## **Samtykke til deltakelse i studien**

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

-----  
(Signert av prosjektdeltaker, dato)

# Vedlegg 5: Informasjon til logoped

## Kjære logoped

I forbindelse med min masteroppgave ved Universitetet i Oslo ønsker jeg å spørre om du er villig til å videreformidle kontakt med informanter til mitt prosjekt. Jeg er student ved institutt for spesialpedagogikk, og har fordypning i logopedi. Med prosjektet mitt ønsker jeg å belyse hva slags opplevelser unge voksne mellom 18 og 23 år som stammer har med bruk av frivillig stamming som en del av sin logopediske behandling. For å besvare min problemstilling ønsker jeg å utføre intervjuer med unge voksne som har benyttet **frivillig stamming** som en del av sin logopediske behandling.

Dersom du har benyttet frivillig stamming med klienter som er i min målgruppe som kunne være aktuelle informanter i mitt prosjekt setter jeg veldig pris på om du kan videresende vedlagte *forespørsel om deltakelse i forskningsprosjekt* til de det er relevant for. Dersom du har mulige informanter som er av høyere alder enn målgruppen (18-23 år) kan dette også være av interesse.

Ettersom mitt tidsskjema for masteroppgaven er stramt setter jeg pris på om du kan gi en tilbakemelding på om du har informanter som kan være aktuelle til mitt prosjekt innen **to uker** etter at du har mottatt denne eposten.

Alt jeg ønsker at du gjør er altså å videresende det vedlagte skrivet med informasjon til informantene. Det vil ikke kreves noe mer av deg på et senere tidspunkt.

Tusen takk for din hjelp!

Mvh

Maria Stenrud Kvamme

Tlf.: 91825231

Epost: maria.stenrud.kvamme@hotmail.com

# Vedlegg 6: Tillatelse fra StutterTalk

Fra: Peter Reitzes <preitzes@yahoo.com>  
Emne: Re: StutterTalk  
Dato: 10. mars 2017 kl. 20.05.38 CET  
Til: "maria.stenrud.kvamme@hotmail.com" <maria.stenrud.kvamme@hotmail.com>  
Svar til: Peter Reitzes <preitzes@yahoo.com>

Maria,

Good luck with your project. It is fine to transcribe parts of our podcasts for your project. When doing so, please cite/reference StutterTalk so people know where you got it.

Best wishes and thanks for listening,

Peter Reitzes, MA CCC-SLP  
President and Host, StutterTalk

**From:** WordPress <stuttertalk@stuttertalk.com>  
**To:** stuttertalk@stuttertalk.com  
**Sent:** Friday, March 10, 2017 9:55 AM  
**Subject:** StutterTalk

From: Maria Stenrud Kvamme <[maria.stenrud.kvamme@hotmail.com](mailto:maria.stenrud.kvamme@hotmail.com)>  
Subject: Master Thesis

Message Body:  
Hi StutterTalk!

My name is Maria and I am a speech language pathology student at the University of Oslo in Norway. I am currently writing my master thesis about voluntary stuttering. As a part of my project I would like to use some of your podcasts where you discuss voluntary stuttering. As there is not a lot of research on the subject, your podcasts could be helpful in describing how voluntary stuttering could be used in stuttering treatment, and how people who stutter experience the use of voluntary stuttering.

Before I use your podcasts in my project I would like to ask your permission to do this. I would be transcribing parts of the podcasts that are relevant for my project, and discussing some statements in light of literature on the subject. If you want more information about my project, please ask.

Thank you for a great podcast! I look forward to hearing from you.

Sincerely  
Maria S. Kvamme

--

This mail is sent via contact form on StutterTalk: Changing how you think about stuttering <http://stuttertalk.com>