

Zen und die Kunst der Stottertherapie [1999]

Versprechen Sie sich vom Titel dieses Vortrages nicht zu viel. Obwohl ich mir anmaße, etwas von Stottertherapie zu verstehen, verstehe ich doch nicht viel von Zen. Aber das liegt vielleicht in der Natur der Sache.

ZEN UND DIE KUNST DER STOTTERTHERAPIE

von Andreas Starke, Dipl.-Math., M.A. (Western Michigan University), Logopäde

Nachschrift eines Vortrages, 28. dbl-Kongress (Deutscher Bundesverband für Logopädie) vom 13. bis 15. Mai 1999

Sehr geehrte Anwesende,

vielleicht werden Sie sich wundern, daß ich jetzt versuchen werde, einen Vortrag mit diesem Titel zu halten: Zen und die Kunst der Stottertherapie. Versprechen Sie sich nicht zu viel. Obwohl ich mir anmaße, etwas von Stottertherapie zu verstehen, verstehe ich doch nicht viel von Zen. Aber das liegt vielleicht in der Natur der Sache.

Was Zen ist, läßt sich schwerer beschreiben als was Zen nicht ist. Zen ist - meiner Auffassung nach - keine Religion und Zen hat nichts mit Esoterik im landläufigen Sinne zu tun. Vielleicht ist Zen esoterisch im eigentlichen Wortsinn, weil Zen-Schüler meist von einem Meister angeleitet werden und die "Erleuchtung" (satori) als eine Art Einweihung gesehen werden kann.

Zen ist meiner Meinung nach vor allem eine Denkschule und insofern, als das Denken das ganze Leben beeinflußt, eine Lebensschule. Vielleicht ist das Wort "Schulungsweg" am besten geeignet, um Zen zu charakterisieren.

Der Anlaß dafür, daß ich heute über Zen im Zusammenhang mit der Therapie des Stotterns sprechen will, ergab sich daraus, daß ich vor einiger Zeit angefangen habe, mehr und mehr über Zen zu lesen. (Die für mich wichtigsten Darstellungen sind von THICH NHAT HANH: Schlüssel zum Zen und RADCLIFF / RADCLIFF: Zen denken.) Dabei ergab sich, für mich recht eigenartigerweise, daß ich auf Hinweise und Elemente stieß, die mir aus der Stottertherapie bekannt waren, ich fand Parallelen zu oder Anwendungsmöglichkeiten für Leitgedanken, die auch im Zen eine Rolle spielen.

PHÄNOMENE

Eines der wichtigsten Anliegen dieses Schulungsweges Zen ist es, ständig auf der Hut zu sein, die Vorstellungen, die wir über die Dinge haben, nicht für realer zu halten als die Dinge selbst. "The map is not the territory" (Die Landkarte ist nicht das Land). Dieser Merksatz von ALFRED KORZYBSKI (1879-1950), dem polnisch-amerikanische Vater der "Allgemeinen Semantik", beleuchtet diesen Aspekt sehr deutlich. Die Allgemeine Semantik (General Semantics) ist eine philosophische / linguistische / psychotherapeutische Schule, die man als eine Art linguistischen Ableger des Zen bezeichnen kann und die von einigen Leuten als eine der Quellen für die Entwicklung von Fritz Perls' Gestalttherapie angesehen wird. Sie sehen, Verwandtschaften überall.

Was für eine Bedeutung hat dies nun für die Stottertherapie?

1. Ich war immer schon sehr mißtrauisch gegen die Assoziationen, die das Phänomen Stottern bei vielen Fachleuten und Laien auslöst. Ich möchte gar nicht lange sprechen über die eher

vulgären Theorien, die z.B. besagen, daß Stottern eine Art "Charakterschwäche" anzeigt. Etwas ernstzunehmendere Theorien besagen, daß Menschen deswegen stottern, weil sie sich so der Kommunikation entziehen können oder weil sie grundsätzlich kommunikationsunfähig sind und sich diese Unfähigkeit im Stottern manifestiert (vergl. WESTRICH). Die gesamte Stotterliteratur ist voll von angeblich tiefsinnigen Hinweisen auf die Bedeutung des Stotterns im Hinblick auf die Familie, die Persönlichkeit oder die Lebensweise des Stotterers. Mein Mißtrauen entstand aufgrund von Beobachtungen, die mir nahelegten, daß es sehr wenige Ähnlichkeiten gibt, wenn man Menschen, die stottern, miteinander vergleicht, und daß diese wenigen Ähnlichkeiten einfacher als Folgen denn als Bedingungen oder Ursachen des Stotterns verstanden werden können.

Dennoch beobachte ich immer wieder bei mir oder anderen die Versuchung, es den Vorstellungen, die ich über das Phänomen Stottern und die Menschen, die stottern, habe, zu erlauben, das Bild, das sich aus der unvermittelten Beobachtung ergibt, zu beeinflussen. Neulich hörte ich einen Vortrag zum Thema Stottern und Familie, in dem der Referent die Aussage des Vaters eines stotternden Kindes zitierte und dann zum Publikum sagte: "Sie können sich sicher denken, was es bedeutet, wenn der Vater eines stotternden Kindes so etwas sagt." Natürlich kann man sich etwas denken und man wird sich auch etwas denken, aber dieses kann nicht sicher sein. Keine "Erkenntnis", die man über das Stottern hat, kann zu "sicheren" Urteilen führen, wenn man sie auf einen realen Menschen, der stottert, oder einen seiner Verwandten anwendet.

Was ich sagen will ist: Stottern beweist NICHTS. Oder um das berühmte Gedicht von GERTRUDE STEIN (1874 - 1946) zu paraphrasieren: Stottern ist Stottern ist Stottern.

2. Ich halte es für ein großes Unglück, daß in vielen Ausbildungsgängen gerade in Bezug auf das Stottern die Studentinnen vor allem dazu angehalten werden, zu beobachten und zu erfahren, was das Stottern (eines anderen Menschen, z.B. eines Patienten) "mit ihnen macht" oder "wie sie damit umgehen können". Diese Beobachtungsübungen sind wichtig, vielleicht unerlässlich, aber sie dürfen uns nicht davon abhalten, genaue Beobachtungen am Patienten zu üben und durchzuführen.

Ich schlage vor, so weit zu gehen: Die Beobachtungen der eigenen Reaktionen auf das gestörte Sprechen des Stotterers verschafft einem bestenfalls einen Zugang zu Vermutungen über die Reaktionen anderer Zuhörer (mit denen der Stotterer im wirklichen Leben umgeht) und auf diesem Wege Hinweise darauf, mit welchen offenen und versteckten Rückmeldungen es dieser Stotterer zu tun haben könnte und wie dieser diese Rückmeldungen vielleicht verarbeitet.

Schlimmstenfalls jedoch, und das ist sehr wahrscheinlich, verstellt die Beobachtung der eigenen Gefühle den Blick für die Beobachtung des Sprechverhaltens des Patienten. Auch auf die Gefahr, daß dieser Vergleich hinkt (jeder Vergleich hinkt, man braucht ihn nur weit genug zu treiben): Der Tennisspieler wird nicht dadurch besser spielen, daß der Trainer beobachtet, wie es ihm (dem Trainer) bei einem verschlagenen Matchball geht.

3. Den phänomenologischen Ansatz des Zen kann ich noch an einem weiteren schönen Beispiel aus der Stottertherapie erklären.

Es ist mir ein wichtiges Anliegen, daß zu Beginn der Stottertherapie der Patient eine eingehende Einführung in die Phonetik einschließlich des Stimm- und Atemprozesses im Umfang von etwa sechs Zeitstunden erhält. Ich finde, daß diese Zeit gut investiert ist. Der Patient lernt etwas über die Sprachproduktion, das wir später gebrauchen können, und er erwirbt eine Sprache, so daß wir uns über diese Dinge verständigen können, ohne in lange Erklärungen zu verfallen. Hier wird der Grundstein gelegt, für eine Fertigkeit, von der der Stotterer sehr profitieren wird: Die Durchführung der Sprechbewegung als Willkürbewegung mit maximaler taktiler, propriozeptiver und kinästhetischer Wahrnehmung ist eines der wichtigsten Verfahren in unserer Therapie.

Ich werde nun seit Beginn unserer Gruppentherapie 1987 immer wieder von Patienten und meinen Kotherapeuten aufgefordert, ein schriftliches Kompendium, ja mindestens eine Lauttabelle, wie sie von der IPA veröffentlicht wird, den Patienten auszuhändigen, damit sie noch einmal nachschauen können, falls sie etwas vergessen sollten. Und das tue ich nicht.

Es zeigt sich, daß es viel günstiger ist, wenn der Patient das "Labor", d.h. seinen Sprechapparat, das er immer bei sich trägt, dazu benutzt, um die notwendigen Feststellungen "am lebenden Objekt" zu machen, statt in eine Tabelle zu gucken. Das hat im übrigen auch den Vorteil, daß der Patient gezwungen wird, sich auf die taktil- propriozeptiv- kinästhetische Rückmeldung zu stützen, statt auf ein Stückchen Papier. Dabei muß es ihm natürlich gelingen, die akustische Rückmeldung zu ignorieren, aber das ist eine andere Geschichte.

Ich hoffe, Sie verstehen meinen Punkt. Die phonetische Tabelle würde genau das tun, was Zenschüler zu vermeiden suchen. Der Patient liefe Gefahr, daß er die Tabelle versteht, nicht aber seine Sprachproduktion, und, was noch schlimmer ist, sich möglicherweise einbildet, er habe seine Sprachproduktion verstanden, obwohl der nur abstrakte Konzepte über seine Sprachproduktion oder (noch schlimmer) über Sprachproduktion allgemein verstanden hat. Auch die genaueste Verfeinerung des phonetischen Systems ist notwendigerweise bereits eine hohe Abstraktion gegenüber der Wirklichkeit der Sprachproduktion eines wirklichen Menschen, der wirklich spricht.

ACHTSAMKEIT

Ich komme jetzt auf einen weiteren Punkt zu sprechen, der mit diesem einigermaßen verwandt ist. Es geht um das Prinzip des "Hier und Jetzt". Man muß allerdings aufpassen, daß das "Hier und Jetzt" nicht zu einem Schlagwort verkommt, was nur bedeutet, daß man die Vergangenheit vergessen möge und sich über die Zukunft keine Gedanken machen soll. Das wäre sozusagen eine negative Definition: Was übrig bleibt ist das Hier und Jetzt. (Wir kennen ja andere Leitgedanken wie das "Positive Denken" und "Der Weg ist das Ziel", die vielfach ähnlich mißverstanden werden.)

Im Zen hat sich für das "Hier und Jetzt" der Ausdruck "Achtsamkeit" herausgebildet. Der Zenschüler versucht, alles achtsam zu tun. Damit ist gemeint, daß man bei allem, was man tut, einen Bewußtseinszustand anstrebt, in dem die Sinne sozusagen "geöffnet" sind mit der Folge, daß man in jedem Augenblick alles wahrnimmt, was geschieht, einschließlich dessen, was man tut. Diesen Zustand kann man bei jeder alltäglichen Tätigkeit erreichen und, mit etwas Übung, auch längere Zeit halten. Es handelt sich also um etwas, das man "Alltagsmeditation" nennen könnte. Da der englische Ausdruck für "Achtsamkeit" "mindfulness" ist, liegt auch der Ausdruck "Geistesgegenwart" nahe, womit wir wieder beim "Hier und Jetzt" wären.

Was hat das nun mit der Stottertherapie zu tun? Sehen Sie, unser Ansatz in der Behandlung des Stotterns stellt einen Umweg dar. Dieser Umweg ist notwendig, da wir anstreben, daß sich ein Ergebnis unbewußt einstellt, nämlich das spontane normal-flüssige Sprechen. Das kann man nicht erzwingen, es kommt oder es kommt nicht. Der Umweg besteht darin, daß wir eine bewußte Anstrengung darin unternehmen, einen Zustand herbeizuführen, in dem "es kommt". Diesen Zustand nennen wir "Flüssigsein". Ein Stotterer "ist flüssig", wenn er in diesem Zustand ist.

Es stellt sich nun heraus, daß das höchstwirksame Handlungsmittel, um diesen Zustand herbeizuführen, die Übung einer langsamen, kräftigen und glatten Bewegung ist, die der normalen Sprechbewegung gleicht, aber keine normale Sprechbewegung ist. Wir nennen das "Zeitlupensprechen". Sie ist deswegen abnorm, weil der Bewußtseinszustand ein anderer ist. Während man beim normalen Sprechen nicht auf das Sprechen achtet und vor allem kommuniziert, geschieht das Zeitlupensprechen "achtsam", gleichsam mit der Intention einer "Turnübung", die ein Turner allein ausführt, um seinen Trainingsstand zu verbessern. Kommunikation spielt hierbei keine Rolle.

Der Aspekt der Achtsamkeit in unserer Form der Stottertherapie ist nun vielleicht nicht vollkommen Zen-konform. Es wird vor allem nicht angestrebt, daß der Patient immer achtsam spricht. Wir wollen den Patienten nicht auf eine abnorme Sprechweise festlegen, und zwar auch dann nicht, wenn dies im Sinne des Schulungsweges nützlich wäre. Wir sind schließlich keine Zen-Lehrer und die Patienten sind keine Zen-Schüler. Und dennoch meine ich, daß es sich hier um eine Nutzung von etwas handelt, dessen Wert im Zen schon seit langem bekannt ist.

Ich habe übrigens vor kurzem das hochinteressante Buch "The Inner Game of Tennis" (deutsch: Tennis und Psyche) von Timothy Gallwey gelesen, an dem mir klar geworden ist, daß unsere Arbeit auch mit den modernsten Trainingsprinzipien im Hochleistungssport verträglich ist. Das gilt insbesondere in Bezug auf die "Achtsamkeit".

Es gibt in den Bewegungswissenschaften (Sportwissenschaft, Motor Learning and Control, Motologie) die interessante Unterscheidung zwischen Ergebnisorientierung (Knowledge of Results) und Prozeßorientierung (Knowledge of Performance) (SHEA / SHEBILSKA / WORCHEL). Die Ergebnisorientierung konzentriert sich darauf, ob, wie und wieviel gestottert wird oder wurde, die Prozeßorientierung konzentriert sich darauf, welche Bewegung bzw. Bewegungen während des Verlaufs eines Stottereignisses geschehen sind. Es ist naheliegend, daß sich eine tiefgreifende Änderung in der Einstellung (im Sinne von Haltung/Meinung und im Sinne von "set", siehe unten) des Patienten vollzieht, wenn man ihn dazu bringen kann, sich vom Ergebnis hin auf den Prozeß zu orientieren.

FLUSS / VERSENKUNG / EINSTELLUNG

Der nächste Punkt, den ich weiter ausführen will, ist schon angesprochen worden. Es geht darum, daß wir in der Therapie einen Umweg gehen. Wir tun etwas, das betrifft die ganze Modifikationsphase der Van-Riper-Therapie, was eigentlich gar nicht das Ziel der Therapie ist - nämlich Zeitlupensprechen (nicht zum Zwecke der Kommunikation, sondern als Turnübung), Nachbesserungen und Pullouts. Das Ziel ist ein Zustand des Patienten, in dem er spontan normal-flüssig spricht.

Seit einiger Zeit werde ich immer wieder mit Darstellungen konfrontiert, die sich mit besonderen Bewußtseinszuständen befassen. Das fing mit dem Buch "Zen und die Kunst ein Motorrad zu warten" von ROBERT PIRSIG an bis zu den Forschungen von MIHALY CSIKSZENTMIHALYI, der den Ausdruck "Flow" für diese "Zustände optimaler Erfahrung" (Buchtitel: "Flow - The Psychology of Optimal Experience") benutzt. Interessanterweise spielen diese Dinge auch in der Sportpsychologie eine immer wichtigere Rolle. Der große Dirigent Sergiu Celibidache (1912 - 1996) hat wiederholt von Zuständen gesprochen, in denen nicht das Orchester spielt, sondern in denen "es" das Orchester spielt. Als Software-Entwickler kennt man übrigens ebenfalls besondere Bewußtseinszustände. Ich nenne das den „Zustand der Weitsicht“. Das ist ein Zustand, in dem man ein kompliziertes Programmsystem vollständig oder fast vollständig durchschaut und weder Hunger und Durst noch Müdigkeit verspürt. Dieser Zustand ist schwer zu erlangen und muß sorgfältig gehütet werden, damit er nicht verloren geht.

Wir erfahren in der Therapie mit großer Regelmäßigkeit, daß Stotterer "flüssig werden". Das muß erklärt werden, denn Sie wissen sicher, daß die Häufigkeit und Schwere des Stotterns stark schwanken kann und die meisten Stotterer Situationen kennen, in denen sie nicht oder nur selten und/oder leicht stottern. „Flüssig werden“ soll hier heißen, daß der Stotterer immer häufiger in Zustände gerät, in denen er eigentlich (gemäß seiner Erfahrung) mit Stottern rechnen würde, aber tatsächlich nicht oder viel seltener und/oder viel weniger schwer stottert. Ein Patient sagte auf eine entsprechende Nachfrage: "Ich merke, ich bin in so einem Fluß drin", viele andere haben sich ähnlich geäußert.

Die große Frage ist nun, was tut ein Motorradtechniker / Musiker / Sportler / Softwareentwickler, um diese Bewußtseinszustände zu beeinflussen und was kann man daraus für die Stottherapie lernen? Die Frage ist auch, ob es sich dabei tatsächlich "nur" um Bewußtseinszustände oder auch um Zustände der motorischen und sensorischen Systeme handelt. Das wäre jedenfalls bei Musikern und Sportlern naheliegend. Mir scheint an dieser Stelle der Ausdruck "Einstellung" (engl. set) sehr passend. Um dies gegen den Begriff "Einstellung" im Sinne von "Haltung" oder "Meinung" abzugrenzen, werde ich ab jetzt den Ausdruck "motorische Einstellung" (motor set) verwenden.

Der Bezug zum Zen ergibt sich daraus, daß hier die "absichtslose Perfektion" realisiert wird. In der Zen-Literatur habe ich nur sehr wenig darüber gefunden, wie man zur "absichtslosen

Perfektion" kommt. Insbesondere HERRIGELS (1884 - 1955) "Zen in der Kunst des Bogenschießens" ist da nicht sehr erhellend, sondern weist auf eher esoterische Zusammenhänge hin.

In den Sportwissenschaften ist da schon mehr bekannt. Durchgehend kann man beobachten, daß außer dem Trainingsstand die Tätigkeit des Sportlers kurz vor der Erbringung der Leistung eine wesentliche Rolle spielt.

Musiker müssen sich wahrscheinlich den Zustand der optimalen Erfahrung anders erarbeiten. Wie sie es machen, weiß ich allerdings nicht. Alle sagen, daß Üben hilft.

In der Stottertherapie ergibt sich für mich das folgende Konzept. Beim Einsatz von Sprechhilfen (fluency skills) finde ich es letztlich nicht so wichtig, ob der Stotterer damit Stottern vermeiden kann oder Stottern verkürzen oder erleichtern kann. Der letztlich interessante Punkt ist, ob der Gebrauch der Sprechhilfen zur Folge hat, daß der Stotterer in einen Zustand kommt, in dem er "flüssig ist", d.h. in dem er nicht stottert, und welche Sprechhilfen dieses leisten.

Bitte unterscheiden Sie dies sehr deutlich vom Konzept der Automatisierung einer Sprechtechnik. Darunter wird verstanden, daß eine stotterfreie, zunächst künstliche (d.h. prosodisch verfälschte) Sprechweise so lange geübt bzw. angewendet wird, bis diese Sprechweise keinen bewußten Kontrollaufwand mehr erfordert (und die prosodische Verfälschung vermutlich nicht mehr wahrgenommen wird).

Anders als dort geht es hier darum, ob und welche Sprechhilfen es gibt, die eine Änderung der motorischen Einstellung bewirken (oder zumindest begünstigen) mit der Folge, daß der Stotterer nicht mehr stottert, und zwar ohne daß er sich darum zu bemühen braucht, nicht zu stottern.

Meine Meinung, welches die beste Sprechhilfe ist, die dies leistet, ist ganz eindeutig, jedenfalls so lange ich nichts besseres habe: der perfekte Pullout. Der Pullout hat folgende entscheidende Vorteile: die motorischen Parameter, die die Wahrscheinlichkeit nachfolgenden Stotterns beeinflussen, werden bestmöglich eingestellt: der Atemdruck wird auf ein Optimum gebracht, der Stimmsitz wird nachgestellt und die Koartikulationsleistung wird ständig geübt.

Der Pullout hat zudem noch die Funktion der lokalen Sprechhilfe, d.h. er hilft dem Stotterer drohendes Stottern zu verhindern und schon eingetretenes Stottern zu beenden.

Dieses führt zu einer paradoxen Erkenntnis, nämlich der, daß es der spontanen (d.h. unkontrollierten) Sprechflüssigkeit des Stotterers nutzt, wenn er lernt, gut zu stottern.

PARADOXA

Im letzten Abschnitt, der sich mit diesen Einstellungen befaßt hat, habe ich ja sehr wenig auf Zen Bezug genommen.

Um dem Titel dieses Vortrages etwas besser gerecht zu werden, möchte ich ans Ende ein paar Worte zum Thema "paradoxe Aussagen" sagen.

Zen stand lange Zeit im Geruch, etwas für die westliche Ratio Unzugängliches zu sein. Nur dem östlich geprägten Geist könne sich etwas derartig Mystisches erschließen. In diesem Zusammenhang ist es wohl charakteristisch, daß man beim Studium des Zen immer wieder mit Paradoxa zu tun bekommt.

Sehr bekannt geworden, sind die sog. "Koans", das sind Rätselsprüche, oft in der Form eines Dialogs. Diese Sprüche stellen eine unüberwindbare Hürden für das abstrahierende Denken dar und werden benutzt, um das Denken in rationalen Begriffen zu hemmen oder zumindest in Frage zu stellen.

Die Paradoxa, die ich am Ende dieses Vortrages zitieren will, sind allesamt auflösbar, sind also keine "Koans". Dennoch haben sie, zumindest der Form nach einen gewissen Zen-Geruch.

"Stotterer, die flüssig sprechen wollen, sollen lernen, gut zu stottern." Das ist die Quintessenz des Paradigmawechsels, den CHARLES VAN RIPER und seine Weggefährten in der Stottertherapie bewirkt haben.

"The hard way to find the easy way out." (ANDERS LUNDBERG über die Therapie des Stotterns)

"Lange bevor ich aufgehört habe zu stottern, habe ich aufgehört zu stottern." (JOHN HARRISON) Diese Aussage soll bedeuten, daß der Autor sein Selbstkonzept als Stotterer viel eher als sein aktuelles Stottern überwunden hatte.

"Zen ... verwechselt nicht Spiritualität und das Denken an Gott beim Kartoffelschälen. Zen-Spiritualität ist genau das Kartoffelschälen." (Zen ... does not confuse spirituality with thinking about God while one is peeling potatoes. Zen spirituality is just to peel the potatoes.) ALAN WATTS (1915-1973) Dieser Satz hat nichts mit Stottertherapie zu tun, wohl aber mit Zen.

"Er war ein Meister im Arrangieren von glücklichen Zufällen."

Gerade dieser letzte Spruch, den ich von einem Asienreisenden gehört habe, ist für mich eine unerschöpfliche Quelle der Inspiration. Das ist die wichtigste Frage in der Behandlung des Stotterns: Was kann ich als Therapeut und was kann der stotternde Patient tun, damit sich normal-flüssiges Sprechen wie ein glücklicher Zufall einstellt?

Einige Elemente habe ich versucht, in diesem Vortrag anzusprechen. Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

LITERATUR

CSIKSZENTMIHALYI, M.: Flow - The Psychology of Optimal Experience. New York: HarperCollins 1991. Deutsch: Flow - Das Geheimnis des Glücks. Stuttgart: Klett-Cotta 1998

GALLWEY, T.: The Inner Game of Tennis. Revised edition. New York: Random House 1997

HARRISON, J.: How to Conquer Your Fears of Speaking before People. Anaheim, Ca.: National Stuttering Project 1996

HERRIGEL, E.: Zen in der Kunst des Bogenschießens. (Originalausgabe 1951) München: O. W. Barth 1988

ALFRED KORZYBSKI: Science and Sanity - An Introduction to Non-Aristotelian Systems and General Semantics. (Originalausgabe 1933) Englewood, N.J.: Institute of General Semantics 1995

LUNDBERG, A. und B. OLSSON: Behandlung stotternder Kinder in Göteborg - „Der schwere Weg, den leichten Ausweg zu finden“. Berlin: VEB Verlag Volk und Gesundheit 1980

PIRSIG, R.: Zen und die Kunst ein Motorrad zu warten. (Am. Originalausgabe 1974) Frankfurt/M: Fischer 1999

RADCLIFF, B. UND A. RADCLIFF: Zen denken - Ein anderer Weg zur Erleuchtung. Freiburg: Herder 1995

SHEA, C.H., W.L. SHEBILSKE UND S. WORCHEL: Motor Learning and Control. Boston: Allyn and Bacon 1993

THICH NHAT HANH: Schlüssel zum Zen - Der Weg zu einem achtsamen Leben. Freiburg: Herder 1996

VAN RIPER, C.: Die Behandlung des Stotterns. Köln: Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V. 1986 (Original: The Treatment of Stuttering. Englewood Cliffs: Prentice-Hall 1973)

WESTRICH, E.: Der Stotterer. Bonn-Bad Godesberg: Dürrsche Buchhandlung 1971

Anschrift des Autors:

Andreas Starke, Höperfeld 23, 21033 Hamburg

Telefon (040) 724 100 07, Fax (040) 724 100 08

Internet www.andreasstarke.de, E-Mail info@andreasstarke.de

Andreas Starke, Logopäde

Höperfeld 23

21033 Hamburg

Telefon (040) 724 100 07

Fax (040) 724 100 08

Email: info@andreasstarke.de