

## Anhang I: Status-Merkmale und Trainingsbereiche der kommunikativen Fähigkeiten

		Trainingsbereiche der kommunikativen Fähigkeiten <sup>2</sup>
Hochstatus <sup>1</sup>	Tiefstatus <sup>1</sup>	
Füße nach außen drehen	Füße nach innen drehen	Körperhaltung
Aufrechte Körperhaltung	gebückte Körperhaltung	Körperhaltung
Entspannte Schultern	Schultern hochziehen	Tonus
Wohlspannung	Hyper- od. hypoton	Tonus
Viel Raum beanspruchen	Wenig Raum beanspruchen	Nutzung des Raumes
Dem anderen nicht gestatten in den eigenen Raum einzudringen	Dem anderen gestatten in den eigenen Raum einzudringen	Nutzung des Raumes
In den Raum des anderen eindringen	Darauf achten, nicht in den Raum des anderen einzudringen	Nutzung des Raumes
Nicht ausweichen, wenn jemand direkt entgegen kommt	Weicht aus, wenn jemand direkt entgegen kommt	Nutzung des Raumes
Sich locker gegen die Wand lehnen	Sich an die Wand drücken (unauffällig sein wollen)	Nutzung des Raumes
Erhöhte Position	Niedrige Position	Nutzung des Raumes
Den anderen viel anfassen, auch Kopf/Gesicht	Berührungen des anderen zulassen, selbst nicht berühren	Berührungen
Wenig an sich selbst, Kleidung od. Gegenständen rumfummeln	Viel an sich selbst, Kleidung od. Gegenständen rumfummeln	Berührungen
Den Blickkontakt halten	Den Blickkontakt abbrechen	Blickkontakt
Bei Unterbrechung des Blickkontakts nicht noch einmal zurück schauen	Bei Unterbrechung des Blickkontakts gleich danach zurück schielen	Blickkontakt
Wenig zwinkern	Viel zwinkern	Blickkontakt
Viel Gestik einsetzen	Wenig Gestik einsetzen	Gestik
Große Gesten verwenden	Kleine Gesten verwenden	Gestik
Geschmeidig bewegen	Ruckartig bewegen	Gestik
Keine unnötigen Bewegungen	Viele unnötige Bewegungen	Gestik
Viel Mimik einsetzen	Wenig Mimik einsetzen	Mimik
Langsam sprechen	Schnell sprechen	Stimme
Laut sprechen	leise sprechen	Stimme
Deutliche Artikulation	Verwaschene Artikulation	Stimme
Tief sprechen	Hoch sprechen	Stimme
Großer Redeanteil	Kleiner Redeanteil	Dialogisches Verhalten
Den anderen unterbrechen	Den anderen wenig unterbrechen, guter Zuhörer sein	Dialogisches Verhalten
Vor jeder Antwort längere Pause	Sofort antworten	Dialogisches Verhalten
widersprechen	Nicht widersprechen, bzw. nachgeben	Dialogisches Verhalten
Von sich erzählen	Wenig von sich erzählen	Redeinhalte
Positiv von sich erzählen	Negativ von sich erzählen	Redeinhalte
Verantwortung übernehmen	Sich der Verantwortung entziehen	Redeinhalte
Probleme lösen od. delegieren	Probleme generieren	Redeinhalte
Entschuldigungen nicht akzeptieren od. entlarven	Entschuldigungen erfinden	Redeinhalte
Ziele und Aufgaben abstecken	Aufgaben akzeptieren	Redeinhalte
Den anderen kritisieren	Den anderen loben	Redeinhalte

<sup>1</sup> (vgl. Johnstone, 2010, S. 51-126); <sup>2</sup> (vgl. Wendlandt, 2010, S. 71-75)

## Anhang II: Elternbrief

Liebe Frau [REDACTED]

13.10.14

hiermit möchten wir Sie über unser anstehendes Improvisationstheater-Projekt informieren, an dem [REDACTED] teilnehmen möchte.

Das Projekt umfasst 4 Therapie-Sitzungen a 1,5 Std. (inkl. Pause und Reflexionszeit) einmal wöchentlich über einen Zeitraum von einem Monat. Folgende Termine sind vorgesehen:

Di, 11.11.14 17:00-18:30

Di, 18.11.14 17:00-18:30

Di, 25.11.14 17:00-18:30

Di, 02.12.14 17:00-18:30

Das Projekt ist Bestandteil der Stottertherapie in der Praxis von Frau Riebau und wird daher über das laufende Rezept abgerechnet. Dafür benötigt [REDACTED] noch eine neues 5er Rezept. An dem Projekt werden voraussichtlich 3 Patientinnen teilnehmen, die sich auch schon aus der Gruppentherapie kennen. Die Leitung übernehmen Janina Kautz und Nina Jaeckisch, Studenten der Logopädie im 5. Semester (Schule für Logopädie Bremen), die über dieses Projekt ihrer Studienarbeit schreiben. Frau Kautz ist ausgebildete Schauspielerin und war über 10 Jahre bei der Shakespeare Company Bremen (bekanntes Theater in der Neustadt) engagiert; hier leitete sie auch zahlreiche Impro-Workshops für Jugendliche.

Impro-Theater wird seit Jahren erfolgreich in der Stotter-Therapie angewandt. Der bekannteste Vertreter dieser Therapieform im deutschsprachigen Raum ist Wolfgang Wendlandt und seine Methoden werden Hauptbestandteil unseres Projekts sein. Improvisationstheater erweitert die Erlebniswelt der Patienten, was sich positiv auf ihre Persönlichkeitsentwicklung auswirkt. Das bedeutet, die Patienten können sich einmal ganz anders erleben als sonst (z.B. mutiger) und diese Erfahrung kann unter Umständen mit in den Alltag genommen werden, wo sie Veränderungsprozesse anstößt.

Insbesondere wird beim Impro-Theater das so genannte „entspannte Scheitern“ trainiert. Das Improvisieren bringt es mit sich, dass laufend Dinge schief laufen und mit diesen Situationen umgegangen werden muss. Wir wollen den Teilnehmern vermitteln, dass Scheitern keinen Weltuntergang bedeutet und häufig sogar zu kreativen besseren Lösungen führt. Noch wichtiger ist: Wer wenig Angst vorm Scheitern hat, traut sich mehr Neues auszuprobieren! Das betrifft vor allem auch das Zugehen auf andere Menschen.

Impro-Theater fördert die kommunikativen Kompetenzen. Das ist ein wichtiger Grund, warum Impro-Theater so häufig in der Therapie der Kommunikationsstörung „Stottern“ eingesetzt wird. Es ist wichtig innerhalb der Stottertherapie auch die kommunikativen Kompetenzen zu trainieren. Dies geschieht im Impro-Theater durch Förderung des dialogischen Verhaltens (z.B. das Aufgreifen von Impulsen des Gegenübers, Timing des Sprecher-Hörer-Wechsels) und des Selbstaustauschs mittels Körpersprache, Stimme und Bewegung. Außerdem arbeiten wir daran, spontan den eigenen Sprechimpulsen zu folgen und zu vertrauen.

Wir laden Sie herzlich zu unserem Info-Abend am 22.10.14 um 18:00 Uhr ein, um uns (Frau Jaeckisch und Frau Kautz) kennen zu lernen, und einen Einblick in die Arbeit mit Improvisationstheater zu erhalten. Wir werden Sie nächste Woche noch einmal anrufen, um zu erfragen ob Sie teilnehmen möchten.

Mit freundlichen Grüßen,

## Anhang III: Improvisations-Übungen

(\* durchgeführte Übungen)

### 1. Übung: Blickkontakt\*

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Blickkontakt  
weitere Ziele: Körperhaltung, Nutzung des Raumes

Schwierigkeitsgrad: leicht

#### Durchführung:

Die Gruppe wird in As und Bs aufgeteilt. Beide Gruppen laufen im Raum umher. Die As nehmen Augenkontakt zu den Bs auf. Die Bs schauen weg. Dabei wird nicht geredet. Dann Wechsel, die Bs schauen hin und die As schauen weg.

(Zap A Lot Spielesammlung – Übungen und Spiele für das Improvisationstheater  
[http://www.zapalot.de/impro\\_handles/impro\\_handles.htm](http://www.zapalot.de/impro_handles/impro_handles.htm) info@zapalot.de)

#### Reflexion:

Im Anschluss an die Übung wird die Gruppe befragt, wie sie sich in den unterschiedlichen Rollen gefühlt hat.

Was ist mir gelungen?

Was war Hoch- was Tiefstatus und warum?

Was war neu?

Was war bekannt/vertraut (Alltagssituationen)?

## **2. Übung: Begrüßung\***

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Dialogisches Verhalten  
weitere Ziele: Körperhaltung, Nutzung des Raumes

Schwierigkeitsgrad: leicht

### Durchführung:

Die Gruppe wird in As und Bs aufgeteilt. Beide Gruppen laufen im Raum umher. Die As geben den Bs die Hand. Dabei wird nicht geredet. Dann wird gewechselt, die Bs geben den As die Hand.

(Zap A Lot Spielesammlung – Übungen und Spiele für das Improvisationstheater

[http://www.zapalot.de/impro\\_handles/impro\\_handles.htm](http://www.zapalot.de/impro_handles/impro_handles.htm) info@zapalot.de)

### Reflexion:

Was war neu oder anders als erwartet?

Was war bekannt/vertraut?

Was war Hoch- was Tiefstatus und warum?

Was ist mir gelungen?

Was für Schlussfolgerungen ziehe ich aus dieser Übung (Konsequenzen für den Alltag)?

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

### **3. Übung: Immer nur einen Satz (oder immer nur 3 Sätze)\***

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Dialogisches Verhalten, Redeanteil steigern, Sprechimpulsen folgen  
weitere Ziele: Gestik und Mimik, Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit) und Körperhaltung

Schwierigkeitsgrad: mittel

#### Durchführung:

Ein Ort wird festgelegt (z.B. auf einer Parkbank oder an der Haltestelle). Die Spieler improvisieren eine Szene, wobei jeder immer nur einen Satz (oder 3 Sätze) z.Z. sagen darf.

(Wendlandt, W. (2010) Abenteuer Stottern. Köln: Demosthenes Verlag der Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V., S. 76/77)

#### Reflexion:

Was habe ich gemacht?

Was war neu, was war vertraut?

Was habe ich geschafft?

Gibt es Situationen im Alltag, in denen ich nicht ins Gespräch komme? Warum nicht?

Gedanken wie: Wie peinlich! Was denken nur die anderen (bekannt aus Alltagssituationen?)

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

#### **4. Übung: Germanys Next Topmodel (GNTM)\***

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Körperhaltung  
weiteres Ziel: Nutzung des Raumes

Schwierigkeitsgrad: mittel

#### Durchführung:

Jeder Spieler zieht eine Karte, auf der Schaufensterpuppen in verschiedenen Posen abgebildet sind. Die Karten werden zurückgesteckt und auf dem Boden für alle sichtbar ausgebreitet. Jeder Spieler geht einzeln nach vorne und versucht seine Pose so genau wie möglich zu kopieren. Die anderen müssen raten, welche Karte es gewesen sein könnte.

(Nina Jaeckisch und Janina Kautz)

#### Reflexion:

Was habe ich gemacht?

Was war Hoch- was Tiefstatus und warum?

Wie wirken die Posen auf mich?

Kenne ich das aus dem Alltag?

Kann ich das für den Alltag nutzen und wenn ja, wo und wie?

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## **5. Übung: Stummes Spiel\***

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Wahrnehmung fördern im Bereich Mimik und Gestik  
weitere Ziele: Wahrnehmung von Körperhaltung und Körperspannung

Schwierigkeitsgrad: schwer

### Durchführung:

Es wird eine Szene improvisiert bei der nicht gesprochen werden darf. Die Herausforderung besteht darin, ohne Worte eine Verständigung unter den Spielern über den Spielverlauf zu erreichen. Dafür soll Mimik und Gestik in extremer Form eingesetzt werden.

(Janina Kautz)

### Reflexion:

Was habe ich gemacht (Mimik und Gestik)?

Was war neu, was war vertraut?

Was war Hoch- was Tiefstatus, warum?

Was habe ich geschafft?

Gibt es Situationen im Alltag, in denen ich nicht ins Gespräch komme? Warum nicht?

Gedanken wie: Wie peinlich! Was denken nur die anderen (bekannt aus Alltagssituationen?)

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## 6. Übung: Die Parkbank\*

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Mimik und Gestik  
weitere Ziele: Wahrnehmung von Körperspannung, Körperhaltung, Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit), Nutzung des Raumes

Schwierigkeitsgrad: leicht

### Durchführung:

Es werden 3 Stühle aufgestellt, die eine Bank in einem Park simulieren. 1-2 Spieler verlassen den Raum und überlegen sich eine Rolle (Alter, Geschlecht, Beruf, Stimmung etc.). Sie kommen nacheinander wieder rein und spielen ihre Personen, die sich im Park befinden und sich auf die Parkbank setzen. Sie können mit einander in Kontakt kommen, müssen aber nicht. Die Zuschauer raten, die Spieler verraten nichts und erklären nichts. Es kommt nicht darauf an, was die Spieler *vorhatten* zu spielen, sondern auf die *Beobachtungen* der Zuschauer.

(Janina Kautz)

### Reflexion:

Was genau habe ich beobachtet?

Woher beziehe ich meine Vermutung über Alter, Geschlecht etc.?

Was ist mir gelungen?

Was war Hoch- was Tiefstatus und warum?

Was war neu?

Was war bekannt/vertraut (Alltagssituationen)?

## 7. Übung: Hochstatus versus Tiefstatus\*

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Nutzung des Raumes  
weitere Ziele: Wahrnehmung von Körperspannung, Körperhaltung, Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit), Mimik und Gestik

Schwierigkeitsgrad: mittel

### Durchführung:

Zwei Spieler improvisieren eine Szene in der einer den Hoch- der andere den Tiefstatus einnimmt. Ort und Personen werden vorher gemeinsam festgelegt. Um die Status Positionen zu unterstützen, können gezielt Statusmerkmale eingesetzt werden. Das sollte aber erst dann gemacht werden, wenn die Spieler die Übung sicher umsetzen können.

(Nina Jaeckisch und Janina Kautz)

### Reflexion:

Wie habe ich mich in der echten Situation gefühlt? Hatte ich das Gefühl, die Situation in eine andere Richtung lenken zu können?

Wie habe ich mich in meiner Rolle gefühlt?

Welche Hochstatus Merkmale habe ich eingesetzt? Wie haben sie gewirkt?

Wie haben die anderen Spieler darauf reagiert?

Konnte ich die Situation in eine bestimmte Richtung lenken?

Kann ich mir vorstellen, ähnliche echte Situationen zu meinen Gunsten zu verändern?

## **8. Übung: Variante Hackordnung\***

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Nutzung des Raumes  
weitere Ziele: Wahrnehmung von Körperspannung, Körperhaltung, Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit), Mimik und Gestik

Schwierigkeitsgrad: mittel

### Durchführung:

Spieler A und Spieler B spielen eine Szene, in der es darum geht gemeinsam eine Aufgabe zu erledigen (z.B. ein Plakat aufhängen, Kuchen backen, etc.). A ist Hochstatus (hat die Verantwortung, gibt Befehle). B ist Tiefstatus (keine Verantwortung, drückt sich gerne, erfindet Ausreden, muss Befehle ausführen).

(Janina Kautz)

### Reflexion:

Was war neu, was war vertraut (Alltagssituationen)?

Was war Hoch- was Tiefstatus und warum?

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

Wer hatte die Führung?

Wie hat sich das angefühlt?

Was war schwierig?

Sind die Spieler gegenseitig auf ihre Impulse eingegangen?

## **9. Übung: Kampf um Tiefstatus/Hochstatus\***

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Nutzung des Raumes  
weitere Ziele: Wahrnehmung von Körperspannung, Körperhaltung, Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit), Mimik und Gestik

Schwierigkeitsgrad: mittel

### Durchführung:

Zwei Spieler improvisieren eine Szene in der beide einmal den Hoch- und einmal den Tiefstatus einnehmen. Sie erzählen von sich und versuchen dabei den anderen im Sinne ihres Status zu übertrumpfen, nach dem Motto: Ich bin der/die Tollste, oder eben der größte Looser.

Um die Status Positionen zu unterstützen, können gezielt Statusmerkmale eingesetzt werden. Das sollte aber erst dann gemacht werden, wenn die Spieler die Übung sicher umsetzen können.

(Zap A Lot Spielesammlung – Übungen und Spiele für das Improvisationstheater  
[http://www.zapalot.de/impro\\_handles/impro\\_handles.htm](http://www.zapalot.de/impro_handles/impro_handles.htm) [info@zapalot.de](mailto:info@zapalot.de))

### Reflexion:

Wie habe ich mich in der echten Situation gefühlt? Hatte ich das Gefühl, die Situation in eine andere Richtung lenken zu können?

Wie habe ich mich in meiner Rolle gefühlt?

Welche Hochstatus Merkmale habe ich eingesetzt? Wie haben sie gewirkt?

Wie haben die anderen Spieler darauf reagiert?

Konnte ich die Situation in eine bestimmte Richtung lenken?

Kann ich mir vorstellen, ähnliche echte Situationen zu meinen Gunsten zu verändern?

## 10. Übung: Hackordnung\*

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Nutzung des Raumes  
weitere Ziele: Wahrnehmung von Körperspannung, Körperhaltung, Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit), Mimik und Gestik

Schwierigkeitsgrad: schwer

### Durchführung:

Drei Spieler bilden eine Statuskette: A hat den höchsten Status, B den mittleren, C den tiefsten. Es gelten nun folgende Regeln: A spricht nur mit B (stellt Fragen und erteilt Befehle), B "reicht nur durch" (gibt die Fragen und Befehle an C weiter und gibt Antworten und Rückmeldungen von C an A zurück). B spielt dabei einen klassischen "Radfahrer" (oben buckeln, unten treten). C ist einerseits der Depp, andererseits aber de facto der Lenker der ganzen Szene. Er beantwortet die Fragen von B, führt die Befehle aus und gibt Rückmeldungen.

(Zap A Lot Spielesammlung – Übungen und Spiele für das Improvisationstheater  
[http://www.zapalot.de/impro\\_handles/impro\\_handles.htm](http://www.zapalot.de/impro_handles/impro_handles.htm) info@zapalot.de)

### Reflexion:

Was war neu, was war vertraut (Alltagssituationen)?

Was war Hoch- was Tiefstatus und warum?

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

Wer hatte die Führung?

Wie hat sich das angefühlt?

Was war schwierig?

Sind die Spieler gegenseitig auf ihre Impulse eingegangen?

## 11. Übung: Der Herr des Vortrags\*

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: dialogisches Verhalten  
weitere Ziele: Körperhaltung, Blickkontakt, Mimik, Gestik, Stimme

Schwierigkeitsgrad: mittel

### Durchführung:

Ein Spieler ist der Vortragende und steht vorne. Er darf frei über ein einfaches selbst gewähltes Thema sprechen. Die anderen Spieler sind die Zuschauer und denken sich unsinnige/nervige Fragen aus. Der Vortragende soll möglichst den Hochstatus halten, indem er bestimmt, wer wann seine Frage stellen darf, Fragen gar nicht beantwortet, mit den Schultern zuckt, die Frage als unnötig/blöd deklariert, abfragt, ob der Fragende zugehört hat, als Antwort in eine Tröte tutet, den Fragenden mit Papierkügelchen bewirft. Dabei werden Merkmale für Hochstatus eingesetzt.

(Nina Jaeckisch und Janina Kautz)

### Reflexion:

Welche Hochstatus-Merkmale hat der Vortragende eingesetzt?

Wie hat sich der Vortragende gefühlt?

Wie haben sich die Fragenden gefühlt?

Wer wurde geprüft - der Vortragende oder die Fragenden?

Wie geht es mir, wenn ich einen echten Vortrag in der Schule halten muss?  
Unterschiede?

Kann ich mir vorstellen, Hochstatus-Merkmale in einem echten Vortrag anzuwenden?  
Welche?

## **12. Übung: Dieser Raum gehört mir!**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Nutzung des Raumes  
weitere Ziele: Wahrnehmung der Körperhaltung und Körperspannung

Schwierigkeitsgrad: mittel

### Durchführung:

Die Mitspieler ziehen der Reihe nach eine Karte aus einem Stapel (von 2-10). Die Karten repräsentieren einen Status (2 ganz niedrig, 10 ganz hoch). Die Spieler betreten dann gemäß des gezogenen Status den Raum und sagen den Satz: „Dieser Raum gehört mir!“ Die Mitspieler im Publikum müssen den Status erraten.

(Zap A Lot Spielesammlung – Übungen und Spiele für das Improvisationstheater  
[http://www.zapalot.de/impro\\_handles/impro\\_handles.htm](http://www.zapalot.de/impro_handles/impro_handles.htm) info@zapalot.de)

### Reflexion:

Was habe ich gemacht?

Was war neu, was war vertraut (Alltagssituationen)?

Was habe ich geschafft?

Was war Hoch- was Tiefstatus und warum?

Wie betrete ich im Alltag einen Raum?

Was für Schlussfolgerungen ziehe ich aus dieser Übung (Konsequenzen für den Alltag)?

### **13. Übung: Das Königsspiel**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Entspanntes Scheitern  
weiteres Ziel: Nutzung des Raumes

Schwierigkeitsgrad: mittel

#### Durchführung:

Die Spieler versuchen in der Rolle des Dieners dem König zu gefallen, indem sie ihm ihre Dienste (z.B. Essen bringen, ein Lied singen etc.) anbieten. Wenn der König nicht zufrieden ist, schnippt er mit dem Finger und der Diener ist tot. Der Diener wird durch einen neuen Diener ersetzt und ein Wettstreit beginnt, wer am längsten überlebt.

(Johnstone, K. (2009) Theaterspiele, 7. Auflage. Berlin: Alexander, S. 368)

#### Reflexion:

Was habe ich gemacht?

Was war Hoch- was Tiefstatus und warum?

Was war neu, was war vertraut (Alltagssituationen)?

Was habe ich geschafft?

Was ist „Scheitern“?

Gedanken wie: Wie peinlich! Was denken nur die anderen (bekannt aus Alltagssituationen?)

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## 14. Übung: Phantasiesprache

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Entkopplung von Stottern, Dialogisches Verhalten ausbauen  
weitere Ziele: Wahrnehmung von Mimik und Gestik, Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit) und Körperhaltung

Schwierigkeitsgrad: mittel

### Durchführung:

1. Zwei Spieler unterhalten sich in einer Phantasiesprache, wie z. B. „da, da, da“. Es kann vorher ein Thema, ein Konflikt oder Emotion vorgegeben werden. Es kann aber auch als Ratespiel fungieren, bei dem herausgefunden werden muss, worüber sich die Spieler unterhalten.

2. Ein Spieler hält eine Rede in einer Phantasiesprache, der andere übersetzt diese für die Zuhörer.

(Janina Kautz)

### Reflexion:

Was habe ich gemacht?

Was war Hoch- was Tiefstatus?

Setze ich im Alltag viel Mimik und Gestik ein?

Was habe ich bezüglich meiner Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit) festgestellt?

Habe ich die Gesprächsinhalte trotz Phantasiesprache erkennen können und wenn ja, woran?

Wie habe ich versucht mit Phantasiesprache Inhalte rüber zu bringen?

Gedanken wie: Wie peinlich! Was denken nur die anderen (bekannt aus Alltagssituationen?)

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## **15. Übung: Ja und dann...**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Eigenen Sprechimpulsen folgen, Dialogisches Verhalten  
weitere Ziele: Wahrnehmung von Mimik und Gestik, Körperhaltung und Blickkontakt

Schwierigkeitsgrad: leicht

### Durchführung:

Die Spieler stehen im Kreis. Der erste beginnt damit zu erzählen, was er gestern erlebt hat. Der nächste beginnt immer mit den Worten: „Ja und dann...“, um die Geschichte weiter zu spinnen. Die Geschichte soll im Verlauf immer fantastischer werden.

(Janina Kautz)

### Reflexion:

Was habe ich gemacht (Mimik und Gestik)?

Was war neu, was war vertraut?

Was war schwierig?

Gibt es Situationen im Alltag, in denen ich nicht ins Gespräch komme? Warum nicht?

Wie gut kann ich auf den anderen eingehen?

Folge ich immer meinen Sprechimpulsen?

Fehlen mir manchmal Sprechimpulse und Inhalte, um mich einbringen zu können?

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## **16. Übung: Dialoge dirigieren**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Sprechen unter Druck  
weiteres Ziel: Dialogisches Verhalten

Schwierigkeitsgrad: schwer

### Durchführung:

Zwei Spieler improvisieren eine Szene. Der Dirigent darf von außen bestimmen, wann reden darf.

(Janina Kautz)

### Reflexion:

Was war neu oder anders als erwartet?

Was war bekannt/vertraut?

Was war schwierig?

Was war Hoch- was Tiefstatus und warum?

Was ist mir gelungen?

Wie gut kann ich auf den anderen eingehen?

Folge ich immer meinen Sprechimpulsen?

Fehlen mir manchmal Sprechimpulse und Inhalte, um mich einbringen zu können?

Was für Schlussfolgerungen ziehe ich aus dieser Übung (Konsequenzen für den Alltag)?

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## **17. Übung: Geschichtenerzählen**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Dialogisches Verhalten ausbauen, Redeanteil steigern, Sprechimpulsen folgen  
weitere Ziele: Gestik und Mimik, Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit) und Körperhaltung

Schwierigkeitsgrad: leicht-mittel

### Durchführung:

Die Spieler stehen im Kreis und erzählen gemeinsam eine Geschichte, wobei jeder der Reihe nach nur ein Wort sagt. Es kann vorher vereinbart werden, welches Genre die Geschichte bedienen soll (z.B. Krimi, Horror, Liebesgeschichte etc.).

(Janina Kautz)

### Reflexion:

Was habe ich gemacht?

Was war neu, was war vertraut?

Was habe ich geschafft?

Gibt es Situationen im Alltag, in denen ich nicht ins Gespräch komme? Warum nicht?

Wie gut kann ich auf den anderen eingehen?

Folge ich immer meinen Sprechimpulsen?

Fehlen mir manchmal Sprechimpulse und Inhalte, um mich einbringen zu können?

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## **18. Übung: Positiv – Negativ – Positiv- Geschichte**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Dialogisches Verhalten trainieren, Redeanteil steigern, Sprechimpulse  
weitere Ziele: Gestik und Mimik, Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit) und Körperhaltung

Schwierigkeitsgrad: schwer

### Durchführung:

Die Gruppe stellt sich im Kreis auf. Jeder darf nur einen Satz z. Z. sagen.

Es gibt 3 Runden.

1. Runde: Ziel ist es ein positives Szenario aufzubauen (Held, Umfeld, Alltag, Beziehungen etablieren und positiv darstellen)
2. Runde: Die Geschichte erhält eine negative Wendung (Held gerät in Gefahr, tragische Lebensumstände etc.)
3. Runde: Alles wird wieder gut! (Held besiegt seinen Feind, Beziehungen werden wieder gut etc.)

(Zap A Lot Spielesammlung – Übungen und Spiele für das Improvisationstheater

[http://www.zapalot.de/impro\\_handles/impro\\_handles.htm](http://www.zapalot.de/impro_handles/impro_handles.htm) [info@zapalot.de](mailto:info@zapalot.de))

### Reflexion:

Was habe ich gemacht (Mimik und Gestik)?

Was war neu, was war vertraut?

Was habe ich geschafft?

Gibt es Situationen im Alltag, in denen ich nicht ins Gespräch komme? Warum nicht?

Wie gut kann ich auf den anderen eingehen?

Gedanken wie: Wie peinlich! Was denken nur die anderen (bekannt aus Alltagssituationen?)

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## **19. Übung: Spiegelübung**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Dialogisches Verhalten, Blickkontakt, Wahrnehmung von Körperhaltung, weitere Ziele: Körperspannung und Art der Bewegung (Flüssigkeit, Geschwindigkeit, etc.)

Schwierigkeitsgrad: leicht

### Durchführung:

Zwei Spieler stehen sich gegenüber. Einer gibt eine Bewegung vor, der andere versucht diese genau zu kopieren, als stünde er vor seinem eigenen Spiegelbild. Die Spieler halten Blickkontakt.

(Janina Kautz)

### Reflexion:

Was habe ich gemacht (Mimik und Gestik)?

Was war neu, was war vertraut?

Was war schwierig?

Wie gut kann ich auf den anderen eingehen?

Wie nehme ich meine Körperhaltung im Alltag wahr?

Gibt es Situationen in denen ich „verspanne“?

Gedanken wie: Wie peinlich! Was denken nur die anderen (bekannt aus Alltagssituationen?)

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## **20. Übung: Meine Führerscheinprüfung**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Dialogisches Verhalten  
weitere Ziele: Unterbrechen lernen, Sprechimpulsen folgen, „positiv von sich erzählen“

Schwierigkeitsgrad: schwer

### Durchführung:

Die Spieler sitzen im Kreis und einer fängt an zu erzählen, z.B. von seiner Führerscheinprüfung oder von einem Urlaubserlebnis, etc. Es soll spannend sein. Die anderen haben die Aufgabe, den Erzähler mitten im Satz zu unterbrechen und von ihrem eigenen Erlebnis zu erzählen. Der vorherige Spieler hört bei der Unterbrechung sofort auf zu erzählen, bis dieser wiederum den Erzähler unterbricht.

(Wendlandt, W. (2010) Abenteuer Stottern. Köln: Demosthenes Verlag der Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V., S. 76/77)

### Reflexion:

Was habe ich gemacht?

Was war neu, was war vertraut?

Was war schwierig?

Darf ich andere unterbrechen?

Werde ich oft im Alltag unterbrochen?

Was habe ich geschafft?

Gibt es Situationen im Alltag, in denen ich nicht ins Gespräch komme? Warum nicht?

Habe ich manchmal das Gefühl, was ich sage ist uninteressant?

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## 21. Übung: Ein-Wort-Geschichte

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Dialogisches Verhalten, Fokussierung auf Redeeinhalte  
weitere Ziele: Wahrnehmung der Körperhaltung und Nutzung des Raumes, Mimik und Gestik

Schwierigkeitsgrad: mittel

### Durchführung:

Zwei Spieler haken sich ein und erfinden gemeinsam eine Geschichte in „Ich-Form“. Die Geschichte spielt in der Vergangenheit und die Spieler bewegen sich dabei durch den Raum, als erlebten sie alles im selben Augenblick. Jeder sagt dabei im Wechsel nur ein Wort.

(Wendlandt, W. (2010) Abenteuer Stottern. Köln: Demosthenes Verlag der Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V., S. 77)

### Reflexion:

Was habe ich gemacht?

Was war neu, was war vertraut?

Was habe ich geschafft?

Wer hatte die Führung?

Wie hat sich das angefühlt?

Hätten beide führen können (gleichzeitig)?

Was war schwierig?

Sind die Spieler gegenseitig auf ihre Impulse eingegangen?

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## **22. Übung: Stopp-Innehalten-Runterschalten**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Wahrnehmung von Spannungszuständen im Körper  
weitere Ziele: Nutzung des Raumes, Wahrnehmung der Art der Bewegung

Schwierigkeitsgrad: leicht

### Durchführung:

Die Spieler gehen durch den Raum. Auf den Befehl „Stop“, „frieren“ die Spieler ihre Position ein (Freeze). Nun geht es darum, die Spannungszustände im Körper genau zu lokalisieren und nach Gefühl zu regulieren (Spannung zu senken oder zu erhöhen).  
(Wendlandt, W. (2010) Abenteuer Stottern. Köln: Demosthenes Verlag der Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V., S. 25)

### Reflexion:

Was habe ich gemacht?

Was war neu, was war vertraut?

Was war schwierig?

Was habe ich geschafft?

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

Was hat diese Übung mit Stottern zu tun?

Wendest du Strategien an, um Spannung im Körper zu regulieren?

Wie könnte ich diese Übung in meinen Alltag integrieren?

### **23. Übung: Beleidigungsspiel**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Redehalte  
weitere Ziele: Wahrnehmung von Körperhaltung, Körperspannung, Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit) und Körperhaltung (Zugewandtheit)

Schwierigkeitsgrad: mittel-schwer

#### Durchführung:

Zwei Gruppen stehen sich gegenüber und verkörpern zwei verfeindete Gangs (Namen geben!). Aus der einen Gruppe tritt eine Person hervor, pflanzt sich vor der anderen Gruppe auf und beleidigt die Gang auf der anderen Seite: Ihr Warmduscher! Die gesamte Gang wiederholt die Beleidigung (entsetzt), bevor eine Person aus dieser Gang hervor tritt und die andere Gang beleidigt usw.

Variante: das gleiche Spiel aber mit nur 2 Personen, die sich gegenüber stehen. Wichtig ist dabei, dass aus vollem Herzen und mit voller Energie beleidigt wird. Im Anschluss an diese Übung muss der gesamte Raum kurz vor dem Explodieren stehen. (Zap A Lot Spielesammlung – Übungen und Spiele für das Improvisationstheater [http://www.zapalot.de/impro\\_handles/impro\\_handles.htm](http://www.zapalot.de/impro_handles/impro_handles.htm) info@zapalot.de)

#### Reflexion:

Was habe ich gemacht?

Was war neu, was war vertraut (Alltagssituationen)?

Was war Hoch- was Tiefstatus?

Welche Gruppe würde zuerst aufgeben und warum?

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

## **24. Übung: Arbeitsamt**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Dialogisches Verhalten, Fokussierung auf Redeeinhalte  
weitere Ziele: Wahrnehmung von Körperspannung, Körperhaltung und Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit), Nutzung des Raumes, Mimik und Gestik

Schwierigkeitsgrad: mittel

### Durchführung:

Ein Spieler verlässt den Raum. Die anderen überlegen sich einen Beruf. Der Spieler wird wieder hereingebeten, setzt sich hinter seinen Schreibtisch und ist nun Berater im Arbeitsamt. Arbeitssuchende kommen zu ihm und wollen genau den zu erratenden Job haben, benennen diesen aber natürlich nicht.

(Janina Kautz)

### Reflexion:

Was habe ich gemacht?

Was war neu, was war vertraut (Alltagssituationen)?

Was war Hoch- was Tiefstatus und warum?

Wer hatte die Führung?

Wie hat sich das angefühlt?

Hätten beide führen können (gleichzeitig)?

Was war schwierig?

Sind die Spieler gegenseitig auf ihre Impulse eingegangen?

## **25. Übung: Statuskippen**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: Nutzung des Raumes  
weitere Ziele: Wahrnehmung von Körperspannung, Körperhaltung, Stimme (Prosodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit), Mimik und Gestik

Schwierigkeitsgrad: schwer

### Durchführung:

Ein klassischer Statuswechsel wird von zwei Personen gespielt. Der erste Darsteller hat einen sehr hohen Status, der zweite einen sehr niedrigen Status. Diesen gilt es nun in der Szene langsam zu kippen. Es ist eher Aufgabe der Person im Tiefstatus, das Statuskippen auszulösen. Allerdings kann die Person im Hochstatus durch ihr Spielen und Reden einen Auslöser anbieten. Wichtig ist es Geduld zu haben und abzuwarten, bis sich in der Szene ein Anlass/Grund für das Statuskippen ergibt. Es kann sehr langsam und mit Unterbrechung gearbeitet werden. Zwischendurch können auch Merkmale von Hoch- und Tiefstatus (z.B. Tiefstatus ist sehr fahrig, Hochstatus ganz ruhig) rein gegeben werden.

(Janina Kautz)

### Reflexion:

Merkmale von Hoch- und Tiefstatus diskutieren!

Was hat mich beeindruckt (berührt)?

Wer hatte die Führung?

Wie hat sich das angefühlt?

Was war schwierig?

Sind die Spieler gegenseitig auf ihre Impulse eingegangen?

## **26. Übung: Tiefstatus überwinden**

Therapieschwerpunkt: Ausbau und Stärkung der kommunikativen Fähigkeiten

Ziel: Fokus: je nach Situation  
weitere Ziele: je nach Situation

Schwierigkeitsgrad: schwer

### Durchführung:

Jeder Spieler überlegt sich eine echte Situation, in der er sich unangenehm im Tiefstatus gefühlt hat. Diese wird reihum den anderen möglichst detailliert geschildert. Die Situation wird im Rollenspiel nachgestellt (a); dabei muss der „Hauptdarsteller“ nicht unbedingt selbst spielen. Danach wird die Situation in einer Variante gespielt, in der der „Hauptdarsteller“ durch Einsatz von Hochstatus Merkmalen aus dem Tiefstatus in den Hochstatus gelangt (b).

(Nina Jaeckisch und Janina Kautz)

### Reflexion:

Wie habe ich mich in der echten Situation gefühlt? Hatte ich das Gefühl, die Situation in eine andere Richtung lenken zu können?

Jeweils zu a) und b):

Wie habe ich mich in meiner Rolle gefühlt?

Welche Hochstatus Merkmale habe ich eingesetzt? Wie haben sie gewirkt?

Wie haben die anderen Spieler darauf reagiert?

Konnte ich die Situation in eine bestimmte Richtung lenken?

Kann ich mir vorstellen, ähnliche echte Situationen zu meinen Gunsten zu verändern?

## **Anhang IV : erstes episodisches Gruppeninterview**

### **1. Wie gut könnt ihr den anderen beim Reden in die Augen schauen?**

- **wann geht das gut/ nicht gut?**
- **geht es beim Reden oder beim Zuhören besser?**
- **ist es besser ohne Blickkontakt (z.B. auf den Boden schauen)?**
- **wie ist das bei euch?**

#### Jana:

Jana berichtet, ihre Freundin merke nicht, dass sie im Streit sind. Die Freundin versuche mit ihr zu reden, aber Jana weiche dem Blickkontakt absichtlich aus. Allgemein könne sie im Kontakt mit Freunden den Blickkontakt besser halten, als mit Fremden. Im Klassenrat halte sie zu jedem einmal Blickkontakt, wenn sie spricht. Wenn sie selbst etwas sagen möchte, schaue sie beim Sprechen auf den Boden oder die Tafel. Unter Stress bei Referaten halte sie wenig Blickkontakt.

#### Nina:

Mit zwei Freundinnen könne sie gut den Blickkontakt halten. Bei einem bestimmten Jungen (den sie nicht mag) vermeide sie den Blickkontakt, wenn er sie anspricht. Sie schaue extra in die Ferne, z.B. auf Bäume. Bei Referaten schaue sie oft auf den Boden oder an die Decke. Sie habe den Eindruck, die anderen grinsen oder lachen. Auch ihre Lehrerin erscheine ihr „belustigt“. Sie müsse wegschauen, um nicht selbst zu lachen. Sie komme dann auch leicht aus dem Konzept.

### **2. Was sagt meine Körperhaltung/Körperspannung über mich aus?**

- **wenn ich hektische Bewegungen mache?**
- **ruhige Bewegung?**
- **hochgezogene Schultern?**
- **alles ganz fest und angespannt ist?**
- **der Kopf weggedreht oder dem Sprecher zugewandt?**
- **wie ist das bei euch?**

Jana:

Jana antwortet, bei abgewandter Körperhaltung werde Langeweile bzw. Desinteresse signalisiert. Dagegen signalisiere eine aufrechte zugewandte Körperhaltung Interesse an dem was die anderen Person sage (macht beide Körperhaltungen vor).

Ihre Sitzhaltung sei unterschiedlich, mal entspannt, mal überspannt (macht es vor).

Hochgezogene Schultern bemerke sie bei sich selbst eher nicht.

Nina:

Nina berichtet, sie sei oft entspannt in ihrer Sitzhaltung (macht verschiedene hypotone Positionen vor). Sie bemerke bei sich oft hochgezogene Schultern, z.B. wenn ihre Stimmung schlechter sei, ausgelöst durch Bemerkungen von anderen die sie runter ziehen (macht es vor).

Jana und Nina:

Beide erwähnen, dass ihre Lehrer auf eine aufrechte Sitzhaltung Wert legen (Jana macht im Rollenspiel mit sich selbst vor wie ihre Lehrerin sie ermahnt).

**3. Wie findet ihr es, wenn sich jemand im Gespräch oft ins Gesicht/Kopf/Haare fasst?**

- wie ist das bei euch?

Jana:

Jana sagt, sie mache das eher nicht.

Nina:

Nina sagt, sie störe das nicht bei anderen. Sie selbst mache es oft (macht vor, wie sie mit den Fingern durch ihre Haare streicht, sich im Gesicht anfasst, die Hände vor der Brust verschränkt).

**4. Wie findet ihr es, wenn ihr im Gespräch von anderen angefasst werdet (bitte unterscheiden wer in welcher Situation)?**

Jana:

Jana erwähnt, ihr Großvater würde sie im Gespräch oft am Arm berühren (macht es vor) und sie sei davon genervt. Er nehme auch oft ihre Hand (macht es vor).

Nina:

Nina erzählt, ihr Großvater streiche ihr oft die Haar hinters Ohr (macht es vor) und das nerve sie. Sie versuche das abzuwehren. Ältere Leute würden einem auch oft die Hand auf die Schulter legen wenn sie nach dem Befinden fragen (macht es an Jana vor). Sie fühle sich dann nicht ernst genommen.

**5. Was für Gesichtsausdrücke und Gesten kennt ihr von anderen im Gespräch?**

- z.B lächeln, Stirn runzeln, etc?
- welche Gesten: z.B. Arme verschränken? Hektische/ruhige Bewegung?
- wie wirkt das auf euch?
- wie ist das bei euch?

Jana:

Die wild gestikulierende Person fühle sich unsicher. Mit der auffälligen Gestik versuche die Person von der eigenen Unsicherheit abzulenken.

Nina:

Ihre Freundin erzähle oft „wild“ (gestikuliert wild mit den Armen). Wenn jemand ruhiger ist, könne sie besser zuhören und tue dies auch lieber. Wild gestikulierende Menschen seien überfordert mit der Situation, anderen etwas zu erzählen.

**6. Findet ihr den Wechsel von Reden und Zuhören meistens gerecht oder habt ihr das Gefühl andere reden zu kurz oder zu lang?**

**- wie ist das bei euch?**

Jana:

Jana erzählt von einer Freundin, mit der sie regelmäßig zur Schule fährt. Auf dem Weg käme es häufig vor, dass die Freundin ohne Pause rede und nicht bemerke, dass Jana schon längst etwas sagen möchte. Manchmal bemerke sie es, stoppe für ein paar Sekunden den Redefluss, rede aber dann trotzdem einfach weiter.

Mit einer anderen Freundin, mit der sie viel Zeit verbringe, klappe der Wechsel von Reden und Zuhören sehr gut. Manchmal sage auch zwei Minuten keiner etwas. Diese Pausen würden nicht stören. Sie würden dann das Thema wieder aufgreifen oder ein neues beginnen.

Auf die Frage, ob sie schon mal die Erfahrung gemacht habe, dass zwei im Gespräch inhaltlich aneinander vorbeireden, nickt Jana, möchte sich aber dazu nicht weiter äußern.

Nina:

Nina berichtet von einer Freundin, die sich im Gespräch mit ihr extrem zurückhält, während sie selbst lange am Stück rede. Dabei gucke die Freundin sie seltsam an, was Nina befremdlich finde. Es rege sie sehr auf, wenn sie keine Antwort bekäme. Sie müsse die Freundin dann zum Antworten auffordern und manchmal stelle sich dann heraus, dass ihr nicht zugehört wurde. Wenn die Freundin zudem noch den Blick abwende, verliere sie die Lust am Gespräch.

Der Sprecher-Hörer-Wechsel funktioniere mit ihrer besten Freundin gut. Eine andere Freundin hingegen sage oft „pst“, um den anderen zum Schweigen zu bringen und selbst weiter reden zu können (macht es vor).

Ihre Mutter und deren Freundin würden oft im Gespräch aneinander vorbeireden. Die Freundin kommentiere das Gesagte nur kurz mit „ja“ und rede dann zu ihrem Thema weiter.

Zwischen Nina und einer Freundin passiere das auch oft.

Jana und Nina:

Auf die Frage, ob sie manchmal Redeimpulse unterdrücken würden, nicken beide.

## **7. Welche Stimmen gefallen euch und warum? (Satzmelodie, Tonhöhe, Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit)**

- **wie würdet ihr eure eigene Stimme beschreiben?**

### Jana:

Jana beschreibt ihre Stimme als quitschig. Sie finde ihre Stimme doof und würde sie nicht mögen, besonders bei Tonaufzeichnungen. Die Stimme ihrer Freundin gefalle ihr. Der Konfirmandenlehrer habe eine unangenehme Stimme. Die anderen würden über ihn lachen. Sie sei quitschig und unbetont.

### Nina:

Nina sagt, sie empfinde ihre Stimme als zu tief. Sie finde ihre Stimme extrem doof. Die Stimmen ihrer Freunde gefallen ihr, weil sie an sie gewöhnt sei. Dagegen sei ihr ihre eigene Stimme auf Tonaufzeichnungen fremd. Ihre beste Freundin habe eine schöne Stimme, sie klinge weich, besonders beim Lesen. Sie höre ihr gerne zu, wenn sie liest oder spricht. Leute die schnell sprechen wirken nervös. Eine klare, deutliche Stimme passe zu Hochstatus, im Gegensatz zu einer Stimme die abbricht oder einem Sprecher, der zu viele Pausen mache. Wenn jemand anfängt zu weinen, habe er eine brechende Stimme. Sowohl eine hohe, als auch eine tiefe Stimme, könne Hochstatus sein. Eine hohe Stimme könne sich freundlich anhören.

## **8. Kennt ihr Menschen, die ...**

- **viele Floskeln benutzen?**
- **viel reden aber mit wenig Inhalt?**
- **wie ist das bei euch?**

### Jana:

Jana sagt, sie kenne von sich selbst, dass sie nur knapp antworte, wenn sie keine Lust zu sprechen habe.

### Nina:

Sie kenne jemanden, der nur kurz antwortet. Er sage nur: ja, nein, vielleicht, hallo, tschüß. Nachdem sie länger gesprochen habe, würde er nur ganz kurz antworten. Sie

habe dann den Eindruck, er wäre genervt. Er wirke etwas unfreundlich, ohne es zu wollen. Sie selbst antworte nur knapp, wenn andere Personen sehr viel reden und sie sei dann genervt (macht Floskeln vor: aha, ja, ok).

**10. Kennt ihr Menschen, die sich körperlich ganz „breit machen“ oder im Gegenteil, die versuchen körperlich ganz unauffällig zu sein und sich eher „klein“ machen?**

- **wie ist das bei euch?**

Nina:

Sie kenne ein Mädchen aus ihrer Klasse, die sich viel Raum nehme, wenn sie den Raum betrete. Sie rede besonders laut, setze sich überall hin und umarme jeden. Sie sei aufdringlich und Nina sagte ihr, sie würde sich nicht wundern, wenn ihr irgendwann mal etwas passiert. Besonders Jungs könnten das falsch verstehen. Soviel wie das Mädchen an einem Tag rede, würde sie selbst nicht in einem Jahr reden. Das Mädchen wirke zwischendurch aber auch traurig. Das gezeigte Verhalten wäre evtl. nur eine Show, damit andere denken, es ginge ihr gut.

Nina beschreibt das Verhalten zwischen zwei Freunden: Das Mädchen nehme den ganzen Raum ein und der Junge ziehe sich daraufhin zurück (macht eine gebückte Körperhaltung vor).

## **Anhang V: zweites episodisches Gruppeninterview**

### **1. Welche Übungen haben euch gefallen bzw. nicht gefallen und warum?**

#### Jana:

Jana sagt, ihr hätten besonders die Übungen „Immer nur einen Satz“, „Hackordnung“ und das Warm-up „Whiskeymixer“ gefallen.

#### Nina:

Ihr hätte die Übung „Hackordnung“ (Variante zu zweit) und „Status-Blickkontakt“ gefallen.

### **2. Habt ihr das Gefühl, dass sich etwas durch das Projekt bei euch verändert hat in diesen 4 Wochen?**

- wenn ja, was?
- bei euch und auch bei anderen?

#### Jana:

Jana sagt, ihr sei aufgefallen, dass es ihr schwer falle, über einen längeren Zeitraum den Blickkontakt zu halten. Bei Freunden, die sich im Streit befinden, finde sie es interessant zu gucken, wer sich im Hoch- bzw. Tiefstatus befindet und in welcher Weise die Freunde dabei Blickkontakt halten. Auf ihr eigenes Blickkontaktverhalten achte sie auch vermehrt.

#### Nina:

Ja, sie achte jetzt viel mehr auf Blicke und Blickkontakt. Auch achte sie darauf wie jemand rede und welche Gesten er benutze, ob jemand Hoch- oder Tiefstatus einnehme, wie jemand gehe und stehe. Besonders achte sie aber auf den Blickkontakt. Bei ihr selbst sei ihr aufgefallen, dass sie generell eher den Blickkontakt meide und oft auf den Boden schaue. Wenn sie hoch gucke, fühle sie sich zu sehr im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit.

**3. Könntet ihr etwas von dem, was wir hier erarbeitet haben gezielt einsetzen?**

**- z.B. beim Halten eines Referats oder in einem wichtigen Gespräch etc.**

Jana:

Jana berichtet, sie müsse demnächst zwei Referate halten, in denen sie sich vorgenommen hat Techniken aus unserem Projekt anzuwenden.

Nina:

Nina erzählt im Fach Berufskunde soll sie mit einer Klassenkameradin zusammen den Beruf „Psychologe“ vorstellen. Dabei handele es sich um ein Rollenspiel

Sie spiele dabei eine Patientin mit dem Problem „Ritzen“.

Konkret wolle sie hierbei darauf achten, laut, deutlich und nicht zu schnell zu sprechen.

Dabei möchte sie auch den Blickkontakt halten.

**4. Glaubt ihr, ihr würdet davon profitieren, wenn ihr dieses Projekt über einen längeren Zeitraum (z.B. einem Jahr) machen würdet?**

Jana und Nina:

Beide können die Frage nicht beantworten, fragen aber nach der Möglichkeit, das laufende Projekt weiterzuführen. Jana erkundigt sich nach einer Theaterschule.

**5. Haben sich für euch neue Ziele entwickelt?**

Jana:

Jana glaubt, wenn ihr jemand im Hochstatus begegne, würde sie sich in Zukunft nicht so leicht einschüchtern lassen. Wenn der andere viel Raum beanspruche, würde sie sich nicht in den Tiefstatus drängen lassen.

## **6. Gibt es noch offene Fragen?**

Jana:

Jana fragt nach einer Fortführung des Projekts.

## Anhang VI: Arbeits-Plakat Hoch-/Tiefstatus

Hoch Status	Tief Status
Blickkontakt halten	Blickkontakt ausweichen
Laut sprechen	Leise sprechen
Viel sprechen	Wenig sprechen
Auf andere zugehen (Freie Raumwahl)	Ausweichen (Einschränkung des Raums)
Ruhige Bewegung	hektische Bewegung
Andere viel anfassen	angefasst werden
- langsam sprechen	- schnell sprechen
- klare, deutliche Stimme	- Stotternde, undeutlich, Wiederlich;
- Stimme passt zur Person	- Stimmhöhe passt nicht zur Person
- viel Raum einnehmen	- wenig Raum einnehmen
- viel u. gut von sich erzählen	- wenig u. schlecht von sich erzählen
- lange vollständige Sätze	- kurze, unvollst. Sätze
- wieder Sprechen	- nachgeben
- vor jeder Antwort längere Pause	- sofort Antworten
- entschuldigungen nicht akzeptieren	- Entschuldigung erfinden
- Aufrechte Körperhaltung	

LANDRE FLIP-CHART-PAPIER - ART. 419000005

## **Erklärung**

Diese Arbeit wurde von der/dem Unterzeichnenden eigenständig und ohne fremde Hilfe erstellt. Sie ist Eigentum der Unterzeichnerin/des Unterzeichners und der Fachschule für Logopädie Bremen. Veröffentlichungen können nur im gegenseitigen Einvernehmen erfolgen.

Bremen, den 21.01.15