

MASTEROPPGAVE

Emnekode: PE323L

Navn: Marte Emeline Hagen
Kandidatnummer: 8

«*Det kunne vært verre*»

En kvalitativ studie om voksne personer sine beskrivelser av det å leve godt med stamming

Dato: 15.05.2019

Totalt antall sider: 78

*«Jeg tror,
som på mange andre felt i livet,
ligger svarene i fortiden
mens løsningene i fremtiden»*

07.01.19 informant Rasmus.

Sammendrag

Tittel «Det kunne vært verre» - En kvalitativ studie om voksne personer sine beskrivelser av det å leve godt med stamming.

Formål Hensikten med foreliggende undersøkelse er å få et innblikk i hvordan voksne personer som lever med stamming beskriver det å leve et godt liv med stammingen sin.

Problemstilling Hvordan beskriver voksne personer som stammer det å leve et godt liv med stamming?

Metode Undersøkelsen bygger på et sosialkonstruktivistisk kunnskapssyn. Metoden som er anvendt for å belyse problemstillingen er et utforskende induktivt design, med kvalitativt semistrukturert intervju som datainnsamlingsmetode. Utvalget består av fem voksne menn i alderen 19 til 70 år som har vedvarende stamming. Datamaterialet er først transkribert og videre analysert med systematisk tekstkondensering som utgangspunkt. Videre er studiens kvalitet diskutert tilknyttet begrepene validitet, reliabilitet, refleksivitet og overførbarhet. Etske vurderinger relatert til forskningsprosessen er deretter belyst. Funnene presenteres følgelig basert på analysen og tolkningen av dette.

Resultat og sentrale funn Funnene fra studien viser at det for deltakerne ikke alltid har vært uproblematisk å leve med stammingen, men at de gjennom livserfaring, modning og støtte i sine sosiale relasjoner har kommet til et punkt av aksept for egen stamming i dag. Studien kan på bakgrunn av dette oppsummeres i fem hovedkategorier: *modning, å ikke gi stammingen så stor betydning, å vite hvordan det kjennes å være annerledes, støttende relasjoner og akseptfaser – en livslang pågående prosess*. Resultatene fra undersøkelsen i tilknytning til foreliggende forskning viser at dette er et område som det er forsket lite på tidligere, og at flere studier impliserer at dette bør være fokus for forskning i fremtiden.

Konklusjon Basert på funnene i studien drøftet opp mot relevant teori på området, er viktige faktorer for å leve godt med stamming livserfaring, modning, åpenhet, sosial støtte og aksept.

Nøkkelord Stamming, subjektivitet, akseptfaser, sosial støtte, livserfaring, modning, utvikling og resiliens.

Abstract

Title “*It could have been worse*” - A qualitative study of adult people’s descriptions of living a good life with stuttering.

The aim of this study The purpose of this study was to investigate how adults who stutter describe their experience living with stuttering in a good way.

Research question How do adults who stutter describe living a good life with stuttering?

Methods This study is built on a social constructionist view of knowledge. The method being used to investigate the research question is an exploratory inductive design, using a qualitative semi structural interview for data collection. The selection consists of five adult men at the ages of 19 to 70 years old, who have persistent stuttering. The data is transcribed and analyzed inspired by a strategy for qualitative analysis called systematic text condensation. Furthermore, the quality of this study is discussed in terms of the concepts of validity, reliability, reflectivity and transferability. Ethical assessments related to the research process are then elucidated. The findings are consequently presented based on the analysis and interpretation of this.

Results The findings of this study show that living with stuttering has not always been unproblematic for the participants, but through life experience, maturation and support in social relations they have come to a point of acceptance for their own stuttering today. The study can therefore be summarized in five main categories: *maturation, not giving the stuttering so much importance, knowing how it feels to be different, supportive relationships and acceptance phases – a lifelong ongoing process*. The results of the study in relation to current research show that this is an area that has yet to be researched, and that several studies imply that this should be the focus of research in the future.

Conclusion Based on the findings of this study discussed important factors for living well with stuttering are life experience, maturation, openness, social support and acceptance.

Keywords Stuttering, subjectivity, acceptance phases, social support, life experience, maturation, development and resilience.

Forord

Snart nærmer det seg slutten av to innholdsrike, læringsfulle og lattermilde år på masterstudiet i logopedi ved Nord universitet. Tiden på masterstudiet har vært meningsfull og rik på kunnskapserverving, lærdom og refleksjon. Samtidig har det tidvis vært krevende å få kabalen til å gå opp med fulltidsjobb ved siden av studiene, men med en fleksibel leder har dette gått enklere. Sett under ett har det i all hovedsak vært en berikende prosess.

Aller først ønsker jeg å rette en stor takk og takknemlighet til informantene mine. Uten deres reflekterte beskrivelser av livet med stamming ville ikke denne masteroppgaven blitt til.

Derneft vil jeg få takke min dyktige, tydelige og kloke veileder Karianne Berg. Som gjennom prosessen med å skrive masteroppgaven har vært upåklagelig, behjelpelig og positiv til prosjektet. Din hjelp og veiledning har til stadighet hjulpet meg fremover i prosessen, og det er jeg veldig takknemlig for. Uten deg ville ikke denne oppgaven blitt den samme.

Gjennom studieløpet har det blitt etablert vennskap jeg er sikker på vil vare livet ut. Karoline, jeg er evig takknemlig for vennskapet vårt. Og uten min trofaste studievenninne Marit Inger, ville ikke masterstudiet vært det samme. Takk for gode samtaler, kloke refleksjoner, latter og tårer. Jeg vil også takke Malogo 17 - kullet for to fine år sammen i Bodø.

En stor takk rettes også til familien min, som har støttet meg på ulike måter gjennom studieforløpet. Min bror for inspirasjon, og søsteren min som har bistått med alt fra teknisk bistand til kost og losji. Pappa og Beate for å ha gjort mastertilværelsen bedre med hjelpemidler og middager. Og mamma for korrektur- og gjennomlesing. Takk til dere alle for motivasjon til å holde ut på slutten av masterprosessen.

Sist men ikke minst, må jeg takke min kjære samboer, Mats. Takk for gode støttende ord, for å holde motet mitt oppe og for din evige tålmodighet. Du har vært en uerstattelig støttespiller og samtalepartner, dette ville ikke gått uten deg.

Hammerfest, mai 2019

Marte Emeline Hagen

Innholdsfortegnelse

1. Innledning	1
1.1 Bakgrunn for tema og aktualitet	1
1.2 Formål og problemstilling	2
1.3 Presisering og avgrensning	3
1.4 Begrepsavklaring	3
2. Teoretisk bakgrunn	4
2.1 Stamming	4
2.1.1 Definisjoner av stamming	4
2.1.2 Forekomst av stamming	6
2.1.3 Stammingens utvikling	6
2.1.4 Indre og ytre stammeproblematikk	9
2.1.5 Årsaker til stamming	10
2.1.6 Utredning og behandling av stamming	12
2.2 Andre fokusområder knyttet til stamming	14
2.2.1 Personlighet og selvoppfatning	14
2.2.2 Mestringsstrategier	16
2.2.3 Aksept og resiliens	16
3. Metode	19
3.1 Kvalitativ metode	19
3.2 Vitenskapsteoretisk tilnærming	19
3.3 Design	20
3.3.1 Induktiv tilnærming	20
3.3.2 Hermeneutikk og forforståelse	21
3.3.3 Forskerens rolle	21
3.4 Kvalitativt semistrukturert intervju	22
3.4.1 Utforming av intervjuguide.....	22
3.5 Utvalg: rekruttering og samtykke	23
3.6 Datainnsamling	24
3.7 Analyse	26
3.7.1 Transkripsjon og bearbeidelse	26
3.7.2 Analyse av data	26
3.8 Litteratursøk	28
3.9 Forskningens kvalitet	29
3.9.1 Reliabilitet.....	29
3.9.2 Validitet	30
3.9.3 Transparens, refleksivitet og overførbarhet (ekstern validitet).....	31
3.10 Etske betraktninger	32
4. Presentasjon av funn	34
4.1 Modning	34
4.1.1 Stammingen har ikke alltid vært uproblematisk	34
4.1.2 Utvikling og livserfaring	35
4.2 Å ikke gi stammingen så stor betydning	36
4.2.1 Innstilling: «Det kunne vært verre»	37
4.2.2 Å ikke la seg begrense av stammingen	37

4.2.3	Å definere stammingen som en del av seg selv	38
4.3	Å vite hvordan det kjennes å være annerledes	38
4.4	Støttende relasjoner	40
4.4.1	Å snakke om stammingen sin	41
4.4.2	Humor som hjelpemiddel	41
4.5	Akseptfaser – en livslang pågående prosess.....	42
4.5.1	Å akseptere stammingen både innenfra og utenfra	42
4.5.2	Å få en følelse av kontroll	43
4.5.3	Ulike grader av aksept	44
5.	Drøfting.....	45
5.1	Stamming i et livsløpsperspektiv.....	45
5.1.1	Hjerneforskning og den vanskeligste tiden med stamming	46
5.1.2	Før og nå	47
5.1.3	Isfjellet	48
5.2	Den sosiale viktigheten	49
5.2.1	Selvoppfatningen blir til i et samspill	50
5.2.2	Ufarliggjøring gjennom åpenhet.....	51
5.3	Flere veier til aksept.....	52
5.3.1	Selvaksept	53
5.3.2	Kognitivt nærvær	54
5.3.3	Å eie stammingen	55
6.	Konklusjon.....	57
	Litteraturliste	60
	Vedlegg.....	64

1. Innledning

Spedbarn kommuniserer allerede fra fødselen av med omgivelsene sine, og signaliserer behov som de voksne responderer på (Bjerke & Haugen, 2006). Noe av det aller viktigste som skjer tidlig i livet er å tilegne seg språk og tale (Høigård, 2013). Dette støttes av Helland (2012), som hevder at en av de mest sentrale tilpasningene evolusjonsmessig nettopp er tilegnelse av språk. Evnen til å kommunisere flytende og effektivt er en avgjørende ingrediens i et individs liv og er således nært beslektet til adaptiv atferd (Craig, Blumgart & Tran, 2011). Samtalen er en grunnleggende menneskelig kommunikasjonsform. I samtalen ser vi samtalepartneren så vel som vi blir oss selv i møtet med andre mennesker. Av alle former for språkbruk er samtalen den mest fundamentale. Gjennom deltakelse i samtalen utvikles både språket og personligheten vår (Lind, 2000). Ifølge Høigård (2013) er kommunikasjon både veien og målet for et velutviklet språk. Men hva skjer dersom taleflyten ikke er som alle andres? På hvilke måter påvirkes kommunikasjonen mellom mennesker, og hvilke innvirkninger får det for den enkelte med taleflytvansker? Den enkeltes beskrivelse av dette står her i særstilling hvor opplevelsene speiles av individualitet og subjektivitet, og det finnes trolig ikke noe entydig svar som følger av subjektiviteten i beskrivelsene.

1.1 Bakgrunn for tema og aktualitet

Bakgrunnen for valg av tema kan relateres tilbake til studiestart høsten 2017 på masterstudiet i logopedi, hvor stamming innen det logopediske fagfeltet tidlig vekket en særlig interesse hos meg. Dette fordi stamming var noe jeg ønsket å lære mer om, samtidig som flere sider ved stamming fremdeles regnes som et mysterium innen fagfeltet. Videre opptok den enkeltes opplevelser av fenomenet stamming min interesse. Derfor ønsket jeg å skrive om voksne personer som stammer og deres beskrivelser av å leve med stamming. Ettersom det er skrevet en god del litteratur om dette fra før, måtte en nytenkende innfallsvinkel omkring fenomenet til for å undersøke stamming. Utgangspunktet og inspirasjonen som til slutt ble ledende for denne oppgavens problemstilling var bekjente som hadde en mestrende holdning til stamming i hverdagen. Denne refleksjonen baserte seg på personer som ikke har virket til å la seg hindre, styre eller å bli negativt påvirket av egen stamming. Flere egne erfaringer har understøttet dette, eksempler er deres uredde fremtoning i møte med både kjente og nye mennesker, deres tilbøyelighet til å ta ordet i større forsamlinger, samt yrkesvalg som gjerne har krevd høy grad av muntlig aktivitet. Dette fikk meg til å tenke annerledes rundt stamming.

Samtidig ga det et driv til å søke etter disse personene. Både for å undersøke hvordan de har taklet stammingen gjennom livets ulike faser, og hvordan de har kommet til et sted av aksept med stammingen sin i dag. Som fremtidig logoped vil deres beskrivelser og opplevelser kunne være til stor nytte i egen yrkesutøvelse. Det kan være med å avdekke viktige momenter i fremtidig praksis, særlig i møte med andre som har utfordringer med stamming.

Det er som tidligere nevnt gjort en betydelig mengde forskning på menneskers opplevelser av å leve med taleflytvansker, i hovedsak tilknyttet stamming. Gjennom denne prosessen har jeg lest mye litteratur som trekker frem negative konsekvenser av å leve med stamming.

Forskning viser at kronisk stamming kan føre til økt motgang med risiko for emosjonelle og sosiale konsekvenser, samt dårligere og/eller redusert livskvalitet (Connery, McCurtin & Robinson, 2019; Craig et al., 2011). Ut i fra dette er det ikke et ukjent fenomen at stamming kan føre til utfordringer for den enkelte. Det finnes imidlertid lite forskning som trekker frem hvilke faktorer som gjør at mange faktisk lever godt med stamming. Dette understøttes blant annet i Craig et al. (2011) sin forskningsartikkel hvor dette foreslås som tema for fremtidig forskning. I andre forskningsartikler understrekes det at det er gjort lite forskning knyttet til stamming og faktorer som kan styrke individets selvbilde, eksempelvis gjennom selvaksept (De Nardo, Gabel, Tetnowski & Swartz, 2016). Derfor har jeg ønsket å undersøke dette nærmere gjennom beskrivelsene til denne studiens informanter.

1.2 Formål og problemstilling

Formålet med denne studien er å undersøke hvordan voksne personer som lever med stamming beskriver det å leve et godt liv med stammingen sin. Det fokuserer på å belyse informantenes egne beskrivelser av et godt liv, og hvordan dette oppleves for hver enkelt. Mitt utgangspunkt for dette forskningsprosjektet var å finne frem til de personene som, ut fra egne beskrivelser, ikke lar stammingen styre livet deres.

Den subjektive stemmen til hver enkelt informant vil utgjøre kjernen i dette prosjektet, og det er følgelig tatt høyde for at det vil være individuelle forskjeller i besvarelsene. Den enkeltes unike beskrivelser vil danne grunnlaget for hvordan stammingen har artet seg hos vedkommende, og følgelig representere hvordan stamming *kan* arte seg gjennom livet i et individuelt perspektiv. Problemstillingen for dette masterprosjektet lyder på bakgrunn av ovennevnte slik:

«*Hvordan beskriver voksne personer som stammer det å leve et godt liv med stamming?*»

For å kunne besvare problemstillingen er det formulert to forskningsspørsmål, som skal være bidragsytende for problemstillingen:

- Forskningsspørsmål 1: Hvilke ytre og indre faktorer hos den enkelte bidrar til å fremme et godt liv med stamming?
- Forskningsspørsmål 2: På hvilke måter kan erfaringer gjennom livet bidra til økt aksept for stamming?

1.3 Presisering og avgrensning

Hvert kapittel vil innledes med en kort introduksjon knyttet til oppgavens formål og problemstilling. Den teoretiske bakgrunnen tilknyttet stamming, behandling og andre fokusområder danner bakteppet for metoden i studien. Videre vil prosjektets funn presenteres i form av informanternes besvarelser, før dette i neste ledd vil bli drøftet opp mot teorien fra oppgavens første del. Oppsummeringen av det ovennevnte vil til slutt presenteres i oppgavens siste del som en konklusjon.

I denne oppgaven er fokuset på voksne mennesker som stammer, og *deres* beskrivelser av å ha levd et liv med stamming. Med voksne menes personer over 18 år. Det blir likevel gjort rede for blant annet de ulike stadiene i stammeutvikling i teoridelen fordi dette sier noe om stammingsens forankring hos den enkelte. Her kan en også trekke linjer til stammingsens alvorlighetsgrad og omfang. Samtidig kan stamming gjennom livets ulike faser være med å avgjøre hvordan stammingen påvirker den enkelte i dag.

1.4 Begrepsavklaring

Innledningsvis ble problemstillingen for denne oppgaven presentert, hvor begrepene *et godt liv* og *stamming* står sentralt. Den viser til at det er den enkeltes beskrivelser av å leve et godt liv med stamming som er i sentrum for oppgaven. Dette innebærer at hvordan hver enkelt definerer det å leve et godt liv vil være styrende for hvilke beskrivelser de vil gi rundt dette. Det gode liv er samtidig ikke en konstant og statisk tilstand, men noe som er dynamisk og svingende gjennom livet. Begreper som livskvalitet og liknende knyttet til stamming er forsket og skrevet mye om fra før, og er derfor ikke fokusert på i denne oppgaven.

2. Teoretisk bakgrunn

Dette kapitlet gir et innblikk i relevant litteratur og teori vedrørende stamming og dens utvikling, omfang og egenart. Videre vil det i korte trekk redegjøres for ulike behandlingsmetoder som er relevant for denne oppgaven knyttet til stamming. Mot slutten av kapitlet vil aktuell teori omkring selvoppfatning, mestring og aksept belyses. Dette utgjør andre fokusområder knyttet til stamming, og anses derfor å være relevant for dette prosjektet.

2.1 Stamming

Taleflyt defineres hos Yairi og Seery (2015) som lettheten og den pågående flyten av talemotorisk bevegelse som resulterer i talelyder. Hos Guitar (2014) oppsummeres taleflyt som uanstrengt flyt i talen. Vansker tilknyttet taleflyt kan følgelig forstås som anstrengt og strevsom talestrøm, både rent fysisk og mentalt. Taleflytvansker er et samlebegrep som brukes for to hovedtyper av vansker, stamming og løpsk tale. Løpsk tale vil ikke omtales nærmere i denne oppgaven på bakgrunn av relevans for problemstillingen. Personer som stammer er som regel bevisst egen taleflyt i stor utstrekning, mens for personer med løpsk tale er dette ikke tilfellet i like stor grad (Ramberg & Samuelsson, 2008). Videre kommer taleflytvanskene stamming og løpsk tale under det som kalles nevrobiologisk betingede avvik (Moen, 2000). Med dette menes det nevrobiologiske grunnlaget for alt vi gjør, hvordan vi tenker og alle følelsesmessige reaksjoner som er å finne i nervesystemet vårt. Den viktigste oppgaven til nervesystemet er å koordinere og samordne påvirkningsstrømmen fra oss selv eller utenfra, slik at vi kan tilpasse oss omgivelsene våre hensiktsmessig til enhver tid (Haugen, Bjerke & Fønnebø, 2006). Her trekkes fokuset i større grad utover taleflytens karakteristikk, og omfatter betydningen dette kan få for kommunikasjonen til den enkelte. Guitar (2014) fokuserer på flytbegrepet heller enn stamming. Dette fordi alle mennesker har øyeblikk med talebrudd i talen sin, som er en naturlig del av talespråket.

2.1.1 Definisjoner av stamming

Definisjonene på stamming har variert gjennom tidene og det har vært mange ulike forståelser omkring stammingens årsaksforklaringer og natur blant forskere (Ramberg & Samuelsson, 2008). Det er blant flere forskere enighet omkring stammingens tre hovedtrekk, som er følgende: 1.) hyppig gjentakelse av språklyder, enstavelsesord og småord, 2.) forlengelse av lyder og artikulasjonsstilling og/eller 3.) fullstendige blokkeringer av lyd eller luft (Albrigtsen, Stauri & Wright, 2017; Guitar, 2014; Sønsterud & Hoff, 2017; World Health

Organization, 1999). Det er dog forskjeller knyttet til hva som vektlegges i de ulike definisjonene på stamming, og det finnes derfor ingen entydig allmenn akseptert definisjon som favner hele vansken.

Albrigtsen et al. (2017) definerer stamming som en rytmeforstyrrelse i talen. Stamming karakteriseres her som en taleflytvanske i likhet med ICD-10 sine diagnosekriterier, hvor det er brudd i talens flyt som særlig vektlegges. Diagnosemanualen ICD-10 brukes i den kliniske praksisen blant annet i Norge, og gis ut av Verdens helseorganisasjon (WHO) (Helsedirektoratet, 2015; Malt & Mykletun, 2018). Ifølge diagnosemanualen utvides begrepet stamming vedrørende alvorlighetsgrad og medbevegelser, og defineres følgende:

«(...) Dette skal bare klassifiseres som forstyrrelse hvis alvorlighetsgraden er så omfattende at den forstyrrer talestrømmen. Det kan være assosierte bevegelser i ansiktet og andre deler av kroppen som sammenfaller i tid med gjentakelsene, nølingene eller pausene i talestrømmen (...)» (World Health Organization, 1999, s. 286-287).

I likhet med ovennevnte definisjoner på stamming, beskriver også diagnosemanualen DSM-IV stamming som forstyrrelser av det normale talemønsteret (Ramberg & Samuelsson, 2008). Diagnosemanualen er utarbeidet av den amerikanske psykiaterforening for å klassifisere psykiske lidelser. Selv om stamming kan forverres av stress og sjenanse er det ikke en psykisk lidelse, men en spesifikk taleforstyrrelse (Malt & Mykletun, 2018). Videre peker definisjonen til DSM-IV på at forstyrrelsen av taleflyt vanskeliggjør og påvirker forhold som skolearbeid, yrkesvalg og sosial kommunikasjon (Ramberg & Samuelsson, 2008). Det som er felles for disse definisjonene på stamming er at de tar hensyn til stammingsens innvirkning på individets liv, både sosialt og kommunikativt. Dette understøttes av Moen (2000) som i tillegg trekker frem stammingsens store variasjoner som et kjennetrekke, enten i form av enkelte ord som er spesielt vanskelige å ytre eller avhengig av konteksten en er i.

Yairi og Seery (2015) definerer stamming som en ufrivillig forstyrrelse av flyten hos en persons utførelse av et bestemt utsagn. De understreker stammingsens uløselige tilknytning til å uttrykke seg muntlig gjennom tale. Ifølge denne definisjonen kan en trekke linjer til stammingsens uforutsigbarhet og individuelle preg, grunnet dens ufrivillige natur knyttet til ens muntlige uttrykk.

Shapiro (2011) sammenfatter det som vil være en hensiktsmessig og formålstjenlig definisjon på stamming for denne oppgaven, han sier følgende: “*Stuttering is whatever people who stutter feel their own stuttering to be*” (Shapiro, 2011, s. 8). Her understrekes det at det er den enkeltes beskrivelser av å leve med stamming og følgelig den subjektive opplevelsen som er i sentrum. Dette er viktig å ta hensyn til. Denne oppgaven vil samtidig støtte seg til Yairi & Seery sin definisjon som vedrører stammingens uforutsigbarhet og ufrivillighet i forstyrrelse av taleflyten, og følgelig hvordan stammingen innvirker på den enkeltes liv. I påfølgende tekst vil forekomst, utvikling og årsaker, samt de delene av behandling som er relevant for å kunne besvare problemstillingen bli redegjort for. Dette er viktige utgangspunkt for å forstå deltakernes bakgrunn. En slik gjennomgang kan i tillegg bidra til å forstå hvilke medvirkende årsaker som ligger til grunn for hvor de er kommet i forhold til egen stamming i dag.

2.1.2 Forekomst av stamming

Ifølge Guitar (2014) oppstår stamming i alle deler av verden uavhengig av rase og kultur. Stamming eksisterer uavhengig av intelligens, yrke og inntekt, og kan oppstå hos begge kjønn og i alle aldre. Forekomsten av stamming kan imidlertid være utfordrende å tallfeste (Guitar, 2014). Dette på grunn av ulike aldre anvendt i forskning samt ulike definisjoner på stamming (Yairi & Ambrose, 2013). Ramberg og Samuelsson (2008) antar at stamming forekommer hos omkring 1% av den voksne befolkningen. Studier viser at forekomsten av stamming er høyere enn først antatt (Yairi & Ambrose, 2013). En australsk epidemiologisk studie fant at forekomsten av stamming var rundt 8,5% blant 3-åringer og omkring 11,5% hos 4-åringer (Reilly et al., 2009). Basert på dette kan en grovt anslå at 10% av alle barn opplever stamming i varierende alvorlighetsgrad i en tidlig fase, før stammingen avtar hos de fleste. Det er flere gutter enn jenter som stammer, og det er flere jenter som «vokser stammingen av seg» med alderen (Kelman & Nicholas, 2008; Yairi & Ambrose, 2013). Flere undersøkelser har vist at kjønnsfordelingen i 12-års alderen er 5:1 blant gutter og jenter (Yairi & Ambrose, 2013).

2.1.3 Stammingens utvikling

Det er enighet om at stamming normalt opptrer hos barn i 2-5 års alderen. Dette understøttes av en litteraturgjennomgang som viser at stammingen gjennomsnittlig debutterer når barnet er 33 måneder (Yairi & Ambrose, 2013). For de fleste forsvinner vansken av seg selv som tidligere nevnt, mens for noen vedvarer stammingen livet ut (Guitar, 2014; Moen, 2000). Samme oversiktsstudie fant at rekonvalesensen er mellom 68-96% hos de som begynner å

stamme i tidlig barndom, og følgelig at vansken avtar av seg selv (Yairi & Ambrose, 2013). Dette innebærer at 11.7% opplever vedvarende stamming, mens hos 88.3% forsvinner taleflytvansken fullstendig. Dette kan studeres i sammenheng med at noen barn i bestemte perioder av språkutviklingen utvikler såkalt småbarnshakking (Høigård, 2013). Dette skjer typisk i perioder hvor barnets språkutvikling hurtig utvikles. For å skille småbarnshakking fra stamming kan en si at begynnende stamming i større grad innebærer at deler av ordene i form av stavelser eller lyder blir gjentatt, samt at dette ofte viser seg når barnet er spent, stresset eller opplever press (Høigård, 2013). Det varierer i stor grad hvor flytende eller ikke-flytende barn er når de først lærer seg å kommunisere verbalt (Guitar, 2014). Graden av taleflyt svinger i stor grad og kan variere markant fra en dag til en annen. Det som i hovedsak skiller normal ikke-flyt fra stamming er mengden av taleflyt versus ikke-flyt, dernest antall enheter av repetisjoner eller innskytelsesord/fyllord/erstatninger, og typen av ikke-flyt (Guitar, 2014). Noen kjennetrekke kan en finne i form av ulike faser i stammeutviklingen.

Guitar (2014) kategoriserer fem utviklingsmessige stadier i stammeutvikling; *normal ikke-flytende tale*, *grunnstamming*, *begynnende stamming*, *mellomliggende stamming* og *avansert stamming*. Hovedtrekkene innebærer bestemte antall ikke-flytende uttalte ord, forlengelser og repetisjoner pr. 100 ytret ord, dette i kombinasjon med økende grad av kjerneatferd og sekundæratferd.

Normal ikke-flyt og *grunnstamming* som utgjør de tidligste stadiene har ingen sekundæratferd som vil forklares senere i oppgaveteksten, mens de tre neste stadiene innebærer både flukt- og unngåelsesatferd (Guitar, 2014). Med andre ord har stammingen utviklet seg lengre i disse stadiene. Når det gjelder følelser og holdninger tilknyttet de fem stadiene, kan en se en gradvis økende bevissthet og større frustrasjon knyttet til egen stamming jo lenger en kommer i stammeutviklingen. Utviklingen går fra å ikke være bevisst eller bekymret i noen grad i en tidlig fase, til å føle stor frustrasjon, frykt og flauhet, samt mulig negativt selvbilde i ulik grad som en del av *avansert stamming*. Vedrørende underliggende faktorer kan en se at når det gjelder de to første utviklingsstadiene, har en allerede etablert en stressfaktor tilknyttet egen tale og det kan oppleves som en påkjennelse. Dette etableres deretter i stadig større grad i samspill med betingede følelsesmessige reaksjoner. Disse forårsaker ytterligere spenninger som igjen gir en instrumentell betingning som kan resultere i fluktatferd og kognitiv læring. Ut i fra stammingens utvikling kan en ifølge Guitar (2014) trekke frem tre hovedkomponenter, disse er; *primær stamming*, *sekundær stamming*, samt *følelser og holdninger*.

Primær-, eller kjernestamming, vil si de beskrivelsene ovenfor knyttet til stamming som innebærer gjentakelser, forlengelser og/eller blokkeringer. Disse kjennetrekkenes er ufrivillige og utenfor kontrollen til personen som stammer (Guitar, 2014). På den måten skiller det seg fra den sekundære stammingen, som er atferd personen som stammer har tilegnet seg i form av lærte reaksjoner til egen stamming. De fleste reagerer på stammingen enten ved å forsøke og avbryte stammingen eller ved å unngå den fullstendig (Guitar, 2014). Slike reaksjoner begynner gjerne ved en tilfeldighet hvor eksempelvis en hodebevegelse har hjulpet personen ut av stammingen, og kan som konsekvens bli et fastkjørt mønster av atferd hos vedkommende.

Guitar (2014) deler inn sekundærstamming i to hovedkategorier: unngåelsesatferd og fluktatferd. Med fluktatferd menes det at personen som stammer forsøker å komme ut av stammeøyeblikket. De vanligste eksemplene på fluktatferd er enten ved å blunke, nikke på hodet eller å legge til ekstra lyder. Unngåelsesatferd derimot er en forventet lært reaksjon, som personen har erfart som negativ knyttet til stamming. For å unngå de negative opplevelsene forsøker en å unngå situasjoner eller ord som kan trigge stammingen. Et eksempel på unngåelsesatferd er å endre på ordet en har planlagt å si fordi en vet at en vil stamme på det gitte ordet. Slike etablerte mønstre kan være svært krevende å avlære når de har blitt en vane hos den enkelte. For å skille mellom de to hovedformene for sekundær stamming, kommer alltid fluktatferd etter at stammeøyeblikket har begynt, mens unngåelsesatferden er noe som skjer i forkant.

Når det gjelder stamming kan en persons følelser tilhørende stammingen være en like stor del av vansken som selve taleflytvansken i seg selv (Guitar, 2014). Videre menes det at vonde følelser som frustrasjon og skam kan føre til at det å snakke blir vanskeligere, fordi det øker anspenningen og anstrengelsen det krever å si det en ønsker. En kan havne i en ond sirkel, hvor frykten for å stamme fører til at en enten stammer mer eller ikke vil snakke i det hele tatt. Holdninger er ifølge Guitar (2014) følelser som har blitt en del av en persons oppfatning. For personer som opplever mange negative følelser tilknyttet noe, kan dette føre til at de får en generell negativ oppfatning til den bestemte saken. For mange personer som stammer, kan dette være tilfellet knyttet til stamming. Det er relativt vanlig at personer som stammer utvikler flukt- og unngåelsesatferd (Ramberg & Samuelsson, 2008). Dette knyttet til ord, lyder og situasjoner i tillegg til den hørbare stammingen. Ofte er dette strategier for å unngå eller skjule stammingen, også kalt medbevegelser.

2.1.4 Indre og ytre stammeproblematikk

På bakgrunn av de ovennevnte medbevegelsene kan stamming beskrives i termer tilknyttet indre og ytre stammeproblematikk. Ytre stamming arter seg som det observerbare, som en kan se og høre i form av blokkeringer, forlengelser og gjentakelser. På den andre siden angår den indre stammingen hvordan det oppleves for den enkelte som stammer i stammeøyeblikket, som eksempelvis frykt for at stamming skal opptre (Ramberg & Samuelsson, 2008). I hvilken grad disse strategiene brukes avhenger av den enkeltes personlighet og hvorvidt stammingen oppleves som en hindring eller ikke (Ramberg & Samuelsson, 2008). Her finnes det følgelig ingen klar sammenheng mellom indre og ytre stammeproblematikk, fordi dette er komplekst og varierer i stor grad fra person til person. Med dette menes det at for en person som har kraftig ytre stamming kan det være uproblematisk å holde taler i offentlige rom, mens det for en person med mild ytre stamming kan være svært utfordrende og vanskelig (Ramberg & Samuelsson, 2008). Med bakgrunn i tidligere forskning kan en oppsummere med at graden av stamming og dens påvirkning på den enkelte, varierer i tråd med den språklige kompleksiteten generelt (Logan & Conture, 1997). Som figuren nedenfor viser benyttes ofte et isfjell for å illustrere stammings kompleksitet knyttet til indre og ytre stammeatferd.



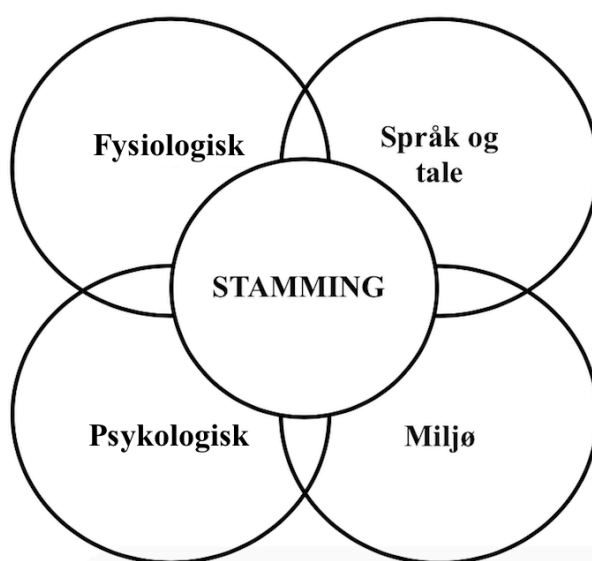
Figur 1: Stamming kan sammenlignes med et isfjell, illustrert selv inspirert av Yairi og Seery (2015).

Det en kan se og høre av ytre stamming illustreres med toppen av isfjellet som er synlig over vann. På isfjellets nedre del, som ligger under vann er de indre ofte skjulte trekkene ved stamming. Eksempler er følelser som angst, redsel og frykt, skam, skyld, unngåelse og isolasjon, flauhet, dårlig selvtillit og kontaktvansker.

2.1.5 Årsaker til stamming

Årsaken til at noen begynner å stamme er fortsatt et mysterium (Guitar, 2014). Stamming er en kompleks vanske og eksisterer som nevnt i alle deler av verden på tvers av kultur, religion og sosioøkonomiske grupper (Kelman & Nicholas, 2008). Sønsterud og Hoff (2017) forklarer at stamming påvirkes av mange forskjellige forhold. Eksempler er språklig, motorisk, emosjonelt og/eller sosialt, samt at det som nevnt har et nevrologisk opphav.

Som tidligere nevnt oppstår taleflytvansken oftest i tidlig barndom, vanligvis når barnet er mellom 2-5 år (Yairi & Ambrose, 1999). Dette kan ha sammenheng med at barn i denne perioden har en rask vokabularspurt og språklig utvikling (Kelman & Nicholas, 2008). Det er en generell enighet blant eksperter at mange faktorer innvirker, både når det gjelder utbrudd og utvikling av stamming (Kelman & Nicholas, 2008). Selv om forskere ifølge Guitar (2014) fremdeles har til gode å finne årsakene til stamming, har de kommet frem til markører som kan forklare noen av årsakene til stamming. Ifølge Yairi og Seery (2015) er bakteppet for å definere stamming som et komplekst fenomen at årsaksforklaringene er multifaktorielle. Stamming kan eksempelvis ikke tilskrives kun dimensjonen som angår ikke-flytende tale, blant annet fordi følelsesmessige og sosiale faktorer er viktige deler av fenomenet. Stamming opptrer videre ulikt fra person til person, og fra situasjon til situasjon. I tillegg endrer den seg gjennom livets ulike faser. Stamming kan som følge av dette oppleves som en uforutsigbar og kompleks vanske for mange (Sønsterud & Hoff, 2017). Dette kan gjøre det utfordrende å leve med stamming. Figuren nedenfor illustrerer stammingens årsaksforklaringer:



Figur 2: Den multifaktorielle modellen, oversatt selv og illustrert av Kelman og Nicholas (2008, s. 5).

Den multifaktorielle modellen illustrerer hvor sammensatte årsaksforklaringene på stamming kan være, og viser samtidig at det er flere ulike faktorer som påvirker stammingsens natur hos den enkelte. Det er sterk evidens på at stamming er genetisk betinget, og således har en arvelig komponent. Dette innebærer at stamming kan gå i generasjoner i enkelte familier (Alm, 1997). Den genetiske faktoren innebærer de nevralt forbindelsene i hjernen, og hvordan barnet utvikler og tilegner seg språk og tale. En annen genetisk faktor er knyttet til tidspunktet for stammingsens utbrudd. Summen av disse faktorene kan gjøre et barn predisponert for å begynne å stamme på et senere tidspunkt i livet. Kelman og Nicholas (2008) sin forståelse tilknyttet de fysiologiske og språklige faktorene er at noen er genetisk predisponerte for å utvikle stamming. Videre beskriver de at interaksjonen mellom disse predisponerte faktorene og miljøfaktorer innvirker på alvorlighetsgraden og omfanget til stammingen hos den enkelte. Og i neste ledd hvordan dette påvirker den enkelte psykologisk. Her vil det være individuelle forskjeller av faktorer som bidrar til hvordan stammingen arter seg. Følgelig er det ingen fasit eller fast oppskrift på hvordan stammingen vil bli hos den enkelte. Stamming kan ikke tilskrives en enkeltstående årsaksforklaring, men må beskrives på bakgrunn av flere ulike faktorer. Dette kan være forankret i fysiologiske, psykologiske, miljømessige og/eller språklige årsaksforklaringer (Kelman & Nicholas, 2008).

Oppsummert kan en si at den multifaktorielle modellen kombinerer forskningsfunn og klinisk evidens for å identifisere faktorer som er relevant for utbrudd, utvikling og omfang av stamming (Kelman & Nicholas, 2008). Som følge av at stamming er en multifaktoriell vanske, må en ta hensyn til de ulike aspektene når stammingen skal behandles. Det er som nevnt ikke alle som begynner å stamme som stammer livet ut, mange barn «vokser» stammingen av seg uten behandling. For noen vedvarer stammingen resten av livet, og for disse er det viktig å igangsette tiltak så snart stammingen er etablert. Ved tidlig innsats kan innlærte reaksjoner og mønster unngås å bli automatisert. Tidlig intervensjon kan føre til at stammingen reduseres, og muligens kun oppstår i gitte situasjoner (Guitar, 2014).

Ramberg og Samuelsson (2008) hevder at det eklektiske synet på stammings årsaksforklaringer er et resultat av de ulike forklaringsmodellene på tvers av fagfelt knyttet til stamming. Her kan en trekke linjer til hvilke behandlingsmetoder en velger. Dette på bakgrunn av at hvilken teori en har om stammingsens egenart, vil påvirke valget av behandling i stor grad.

2.1.6 Utredning og behandling av stamming

Når det gjelder utredning, som inngår i startfasen av et behandlingsforløp, er det logopedens oppgave å vurdere og forstå den enkeltes stammeatferd (Garsten & Lundström, 2008; Ramberg & Samuelsson, 2008; Yairi & Seery, 2015). En må her være i stand til å individualisere behandlingsopplegget slik at det passer til den enkeltes vansker og ønsker, for deretter å komme frem til ønsket og riktig behandlingsmetode. Stammebehandling og vurdering involverer typisk mange ulike komponenter som utviklingshistorie, intervju og samtaler, taletesting og analyser, supplerende taleoppgaver, emosjoner tilknyttet egen stamming og tale, samt andre faktorer som får innvirkning på vedkommende sitt sosiale, personlige og profesjonelle liv (Ramberg & Samuelsson, 2008; Yairi & Seery, 2015).

Behandlingen kan organiseres på ulike måter enten direkte eller indirekte, individuelt eller i gruppe (Yairi & Seery, 2015). Noen av metodene kan regnes å være aldersrelaterte. Eksempelvis har instrumentelle tilnærminger til behandling passet bedre til voksne, mens miljømessige innfallsvinkler til behandling har vist seg å passe bedre til barn (Yairi & Seery, 2015). Dette vil være noe av forskjellen på direkte og indirekte tilnærming. Videre anbefales det at klienten er aktivt med i arbeidet angående målsetting for behandlingen. Dette er både hensiktsmessig og ønskelig fordi klienten på den måten kan føle eierskap og motivasjon til å gjøre jobben sammen med logoped. I tillegg er det viktig å bryte ned hovedmål til mindre delmål, slik at det føles overkommelig å nå målene som settes, samt at en føler mestring underveis på vei til det overordnede målet (Yairi & Seery, 2015).

Åpenhet rundt stamming er anbefalt hos Yairi og Seery (2015), og de begynner ofte behandlingen med at klienten skal konfrontere stammingen sin gjennom å bryte stillheten rundt egen stamming. Dette er på bakgrunn av at mange som stammer ikke snakker om eller er åpen om egen stamming. Samt at det fra tidlig barndom kan være et tabubelagt tema som det ikke snakkes om. For å bryte dette mønstret har Sheehans ide fra 1970 som tilsier at «en skal bringe stammingen ut i det åpne» blitt anvendt for å bedre tolerere at en stammer.

Behandlingen blir typisk inndelt i to hovedretninger; stammemodifiserende behandling og flytskapende tilnærming til stamming (Garsten & Lundström, 2008; Ramberg & Samuelsson, 2008). Deler av disse vil trekkes frem i det følgende på bakgrunn av aktualitet knyttet til måter en kan lære seg å akseptere stammingen sin, noe som direkte angår denne studiens problemstilling.

Stammemodifiserende behandling har som mål å oppnå akseptabel stamming og kontrollerbar flyt i talen (Garsten & Lundström, 2008). Dette gjennom fokus på holdninger og følelser knyttet til egen stamming, med mål om å minske unnvikelsesatferd og redsel for å stamme. Med akseptabel stamming menes det at talen er myk og lett, mens kontrollerbar taleflyt innebærer at personen som stammer er oppmerksom på egen stamming og benytter innlærte teknikker for å opprettholde flyt (Ramberg & Samuelsson, 2008). Det er en symptomorientert tilnærming, og er følgelig avhengig av stamming og stammeøyeblikk for å kunne anvendes. Dette er en av retningene som har vært mest anvendt helt fra 1940, og frem til i dag. Hovedmålet er her selve stammingen. Hos Van Riper referert av Yairi & Seery (2015) inngår det fire vanlige trinn i tradisjonell stammebehandling, som er; *identifisering, desensivering, modifikasjon og stabilisering*. I tillegg underligger det et viktig poeng i denne metoden som innebærer at klinikerer kan hjelpe personen som stammer til en følelse av kontroll over egen stamming (Yairi & Seery, 2015). Med dette menes det at en kan få hjelp til å overkomme godt forankrete ansente responser, og erstatte disse med kontrollerte talebevegelser som en selv har styringen over. For mange hjelper dette mot stammingens uforutsigbarhet. På det emosjonelle planet bidrar denne prosessen til alternative handlingsmønstre for stamming, slik at personen som stammer får en følelse av makt og selvkontroll over situasjonen og hvordan stammingen skal arte seg (Yairi & Seery, 2015).

Den andre retningen innen stammebehandling er som nevnt flytskapende tilnærming, som i motsetning til stammemodifiserende behandling ikke avhenger av stammeøyeblikk for å oppøve endringer i talemønsteret (Yairi & Seery, 2015). Målsettingen med flytskapende behandling er spontant kontrollert taleflyt (Garsten & Lundström, 2008). Med spontan taleflyt menes det ifølge Guitar og Peters referert av Ramberg og Samuelsson (2008) normal taleflyt. Denne retningen søker å gi personer som stammer strategier for taleflyt fra begynnelsen av, og innebærer følgelig at hele måten en taler på endres. En rekke forskjellige flytskapende program har blitt utviklet, og det er vanlig å anvende deler av disse sammen med tradisjonelle stammemodifiserende øvelser. Eksempler er frivillig stamming eller identifikasjon av egen stamming (Yairi & Seery, 2015). Overordnet kan en si at flytskapende terapi søker å fremme gode talemønstre og strategier som bidrar til økt taleflyt. Det er selve talen som er i hovedfokus, ikke stamming eller emosjoner tilknyttet stammingen.

Det må nevnes at selv om en skiller mellom disse to hovedtypene av stammebehandling, har det ikke hindret klinikere i å kombinere og blande disse metodene (Garsten & Lundström,

2008; Guitar, 2014; Yairi & Seery, 2015). Eklektiske helhetlige program har blitt resultatet, og det har i flere tilfeller gitt tilfredsstillende resultater fra praksisfeltet. For å oppsummere talefokusert behandling under ett, kan en si at hensikten er å lære nye måter å styre enten stammingen eller talemåten på. En forsøker å utfordre personer som stammer til å forlate tidligere etablerte talemønstre og tilpasse seg nye mer hensiktsmessige talemønstre (Yairi & Seery, 2015).

2.2 Andre fokusområder knyttet til stamming

I dette kapittelet vil andre faktorer tilknyttet stamming redegjøres for, som på bakgrunn av problemstillingen er blitt ansett som relevante. Dette angår personlighet og selvoppfatning, aksept, resiliens og ulike mestringsstrategier. I dette prosjektet har de ovennevnte begrepene vært sentrale for å belyse sider av stammingen som kan være fremmede for aksept, og således bidra til at en person kan leve godt med stammingen sin.

2.2.1 Personlighet og selvoppfatning

Det er som tidligere nevnt den enkeltes subjektive oppfatning og beskrivelse av det å leve med stamming som er fokus for denne oppgaven. Følgelig har begrepene som angår personlighet og hvordan den enkelte oppfatter seg selv vært sentral, samt hva som driver en person i lys av motivasjonsbegrepet som også vil gjennomgås i dette avsnittet.

En studie viste at stamming og bestemte personlighetstrekk som eksempelvis beskjenhet og angst ikke korrelerer med stamming, men derimot at vedvarende stamming kan føre til utvikling av sosial angst som et resultat av taleflytvansken (Alm, 2014). En annen studie oppsummerer med at betydningen eller rollen temperament og emosjonelle faktorer har i utviklingen av stamming, fremdeles ikke er godt nok undersøkt og forstått (Smith & Weber, 2017). Selvakseptering forstås som hvordan vi verdsetter oss selv, og kan i likhet med selvoppfatning påvirkes av hvordan vi vurderer oss selv innenfra og i relasjon til andre (Haugen et al., 2006). Dette kan igjen knyttes til selvtillit, fordi hvor godt vi lykkes med ulike ting i livet avhenger i stor grad av hvor sterk selvtilliten vår er (Welford & Røen, 2015). Welford og Røen (2015) oppsummerer selvtillit som det hver enkelt person føler om seg selv, enten det gjelder ting vi ønsker å gjøre eller hvordan vi ønsker å fremstå overfor andre. Det handler for øvrig om vår egen personlighet, tanker og følelser. Å bygge opp selvtillit handler

om at vi utvikles ved å gjøre ting på tross av usikkerheten og angsten vi kanskje føler ovenfor nye ting (Welford & Røen, 2015).

Selvoppfatning defineres av Skaalvik og Skaalvik (1996, s. 15) som: «*enhver oppfatning, vurdering, forventning, tro eller viten som en person har om seg selv*». Dette handler om hvordan en betrakter seg selv, og i hvilken grad en har tiltro til egne evner og ferdigheter. Nortvedt & Grimen (2004) skriver at ifølge den canadiske filosofen Charles Taylor er mennesket et selvfortolkende vesen (Nortvedt & Grimen, 2004). I dette ligger det at en fortolker og forstår seg selv i lys av andre mennesker. Dermed betraktes dette i sammenheng med den betydning relasjoner og hendelser har for en selv. Forståelse er således affektivt, og styres av følelser.

Motivasjon handler om drivkreftene bak menneskers handlinger. Den enkleste måten å forklare begrepet på er med utgangspunkt i menneskets mange ulike behov og følgelig hvordan vi agerer for å oppfylle disse behovene (Imsen, 2011). Følgelig kan motivasjon utgjøre drivkraften bak vår atferd, valg og handlinger. Videre kan begrepet deles inn i ytre og indre motivasjon, hvor den ytre består av påvirkning utenfra eksempelvis i form av ytre belønning, mens indre motivasjon vil være den enkeltes indre drivkraft til eksempelvis å nå et mål (Haugen et al., 2006).

Det finnes mange måter å forklare og fortolke motivasjonsbegrepet på, avhengig av hvilken teoretisk forankring begrepet gis. Dersom en tar utgangspunkt i den amerikanske psykologen Abraham Maslows forståelse, hvor en går ut fra at mennesket har behov for en positiv selvoppfatning og sosial anerkjennelse, blir det viktig å få anerkjennelse for sine handlinger og å lykkes sosialt (Imsen, 2011). Den sosiale inkluderingen er viktig for de fleste. Således kan det forklares at et fåtall blir motivert når en stadig mislykkes.

Ifølge den amerikanske psykologen Albert Bandura kan hver enkelt skape endring i egen situasjon gjennom sine handlinger (Imsen, 2011). Det skjer følgelig et samspill mellom personens atferd, tanker og følelser, og miljøet. Den subjektive følelsen av mestring blir følgelig viktig. Dette kan videre knyttes til et sosialpsykologisk perspektiv hvor motivasjon blir betraktet som et samspill mellom miljøfaktorer og personlighetsegenskaper (Imsen, 2011). Utover dette kan motivasjonsbegrepet belyses med vektlegging på forventninger. Ifølge Imsen (2011) har mennesket evne til å se framover i tid og deretter handle målrettet og

hensiktsmessig ut i fra dette basert på forventede resultater. Motivasjon er som nevnt når et driv eller behov er aktivisert for deretter og rettes mot et mål (Haugen et al., 2006). På den måten henger motivasjon og mestring tett sammen, og kan være gjensidig forsterkende.

2.2.2 Mestringsstrategier

Mestring kan i forlengelsen av det ovennevnte forstås som en indre motivasjonskraft. Indre motivasjon kan defineres slik: «*Den positive tilstanden som oppstår i en person når vedkommende hengir seg til en bestemt aktivitet eller virksomhet nærmest uavhengig av ytre belønning eller anerkjennelse*» (Haugen et al., 2006, s. 281). Med dette menes det at den subjektive oppfatningen av sjansen for å lykkes er avhengig av tidligere erfarte hendelser knyttet til den samme oppgaven (Haugen et al., 2006). I denne sammenhengen kan mestringstro eller mestringstillit, på engelsk «self-efficacy», trekkes inn som et sentralt begrep. Dette defineres av Bandura referert av Myers, Abell og Sani (2014) som en persons tiltro til egne evner og ferdigheter til mestring. Motsetningen til den gode følelsen av mestring er følelsen av å mislykkes. Det er et menneskelig overlevelsesinstinkt å ha motvilje mot ubehagelige følelser. Følgelig bidrar motviljen mot uønskede følelser til at en prøver å unngå opplevelser som medfører dette, fordi det skaper avstand fra en selv (Crane & Sjøbu, 2014).

Oppmerksomhetstrening og nærværstrening kan gjøre en i stand til å leve med alle typer av følelser og tanker, fordi en unngår den indre kampen mot eksempelvis vonde følelser. Gjennom kognitiv terapi, basert på oppmerksomt nærvær, er hovedfokuset å lære og være bevisst på vanemessige unngåelsesstrategier knyttet til ubehagelige opplevelser. Følgelig er kjernen å ha fokus på aksept fordi motsatsen til aksept er unngåelse, og kan være risikabel. Med dette menes det at unngåelse skaper flere lag av lidelse, og et premiss blir følgelig å forsøke og minske lidelsen gjennom aksept (Crane & Sjøbu, 2014). Ved å akseptere i øyeblikket dannes grunnlaget som gir mulighet til å velge hvordan en vil respondere, og da kan en velge å reagere på en mer hensiktsmessig måte enn det en ville gjort tidligere (Crane & Sjøbu, 2014). Dette handler i stor grad om bevisstgjøring.

2.2.3 Aksept og resiliens

Tross grundige litteratursøk om teorier som omhandler aksept relatert til stamming var det lite å vise til. På bakgrunn av dette vil denne oppgaven støtte seg til Harris & Thorbjørnsen (2013), samt Crane & Sjøbu (2014) sine forståelsesrammer av aksept. Aksept innebærer å la

følelser og tanker få være slik de er (Harris & Thorbjørnsen, 2013). Det vil si at en åpner opp og gir rom for alle tanker og følelser, og at en ikke kjemper imot de vanskelige og krevende emosjonene. Aksept handler ifølge Crane og Sjøbu (2014) om å åpne opp for opplevelser i øyeblikket, og er på den måten motsatsen til motstand. Her er målet å la ting være slik de er og akseptere alle opplevelser. Dette uavhengig av om opplevelsene er ubehagelige, komfortable eller nøytrale. Dette er dog en tidkrevende prosess som må skje gradvis og i riktig tempo. Nyere studier utført av De Nardo et al. (2016) viser at det er forsket lite på selvaksept tilknyttet stamming, til tross for at det har blitt ansett å være essensielle momenter i stammebehandling. De fant at det var en signifikant korrelasjon mellom aksept av egen stamming og selvtillit, hvor økt grad av aksept korrelerte med økt selvtillit.

Harris og Thorbjørnsen (2013) oppsummerer de vanligste aksepteringsteknikkene innen aksept- og forpliktelsesterapi som innebærer oppmerksomhet rettet mot egen bevissthet. Følelser er overordnet alle disse teknikkene. Dette mener de kan brukes i arbeidet med akseptering når eksempelvis klienten er redd for å bli skadet av sine egne indre opplevelser. Ifølge Harris og Thorbjørnsen (2013) utvikles selvaksept naturlig når en gjentatte ganger defusjonerer fra positive og negative selvvurderinger, samt tanker som sammenlikner en selv med andre.

Modellen for aksepteringsteknikkene som er presentert ovenfor, kalt Acceptance and Commitment Therapy forkortet ACT-modellen, har ett overordnet siktemål om oppmerksomt, nærværende, og verdikongruent liv (Harris & Thorbjørnsen, 2013). Med andre ord er målet et rikt, givende og meningsfullt liv, noe som kan utgjøre en mulig definisjon på et godt liv. En studie om kognitiv terapi knyttet til behandling av voksne personer som stammer, støttet tanken om at mange av disse vil kunne profittere på metoder fra kognitiv terapi (Menzies, Onslow, Packman & O'brian, 2009). Undersøkelsen viste at kognitiv atferdsterapi for personer som stammer kan føre til psykologiske vinninger gjennom eksempelvis å erkjenne negative tankemønstre tilknyttet egen stamming.

Oppmerksomhetstrening handler om å lære og forholde seg til fiendtlige opplevelser, og ikke skyve disse vekk. På den måten etableres en annen relasjon til opplevelsen og en deltar aktivt i øyeblikket (Crane & Sjøbu, 2014). Gjennom nærværstrening lærer en å desentrere seg fra opplevelsen, og samtidig involvere seg gjennom direkte deltakelse i opplevelsens virkelighet.

Resiliens kan i forlengelsen av det ovennevnte trekkes inn som et nøkkelbegrep. Begrepet defineres som en dynamisk prosess hos individet, hvor vedkommende tilpasser seg og takler konfrontasjon med sterk motgang (Craig et al., 2011). Følgelig er resiliens når en person evner å opprettholde god livskvalitet og balanse til tross for stress og motgang. En undersøkelse viste flere faktorer som isolert sett kan forhindre at personer som stammer utvikler psykiske vansker. Formålet var å undersøke hvilke beskyttelsesfaktorer hos voksne personer som stammer som bidro til å styrke deres resiliente evner. Samme undersøkelse pekte også på at det er mangelfull forskning knyttet til faktorer som kan bidra til at personer med vedvarende stamming ikke utvikler negative holdninger knyttet til egen stamming, som eksempelvis resiliens (Craig et al., 2011). Det ovennevnte vil i oppgavens drøftingsdel diskuteres omkring stamming, relevant teori og forskningsfunn fra denne undersøkelsen.

3. Metode

Kapitlet beskriver den metodiske og praktiske gjennomføringen av forskningsprosjektet, herunder metodiske valg som er ansett å være hensiktsmessige for denne undersøkelsen. Metodologi handler om de fundamentale og prinsipielle tenkemåtene som legges til grunn for de metodene en velger (Larsen, 2017). Med dette utgangspunktet vil først kvalitativ metode og den vitenskapsteoretiske forankringen til dette prosjektet redegjøres for. Videre vil design, utvalg og datainnsamling gjennomgås. Metodene som er brukt for å analysere datamaterialet vil deretter presenteres. I kapitlets siste del vil forskningsprosjektets kvalitet diskuteres tilknyttet begrepene refleksivitet, overførbarhet, reliabilitet og validitet. Avslutningsvis vil etiske overveielser som har vært relevant belyses.

3.1 Kvalitativ metode

Med bakgrunn i forskningsprosjektets problemstilling ble kvalitativ metode som fremgangsmåte et naturlig valg. Gjennom en kvalitativ metode søker en å gå i dybden på et gitt tema med utgangspunkt i relativt få informanter (Ringdal, 2013). Kvalitativ metode er videre godt egnet til eksplorerende undersøkelser og forhold ved fenomener det er forsket lite på fra før (Ringdal, 2013). Med utgangspunkt i at det eksisterer lite forskning angående denne oppgavens formål, vil derfor dette være gjeldende og aktuelt i denne studien. Kvalitativ forskning innebærer videre eksempelvis intervju eller observasjon (Imsen, 2011). I denne undersøkelsen er intervju anvendt som datainnsamling. Graden av forskerens rolle i en forskningsprosess avhenger av hvilken fremgangsmåte en benytter, dette vil gjennomgås senere i oppgaveteksten (Kvernbekk, 2002). En kan anse valget mellom kvalitativ og kvantitativ metode som et valg av vitenskapsteoretisk ståsted (Ringdal, 2013). Med dette utgangspunktet tar neste avsnitt for seg den vitenskapsteoretiske forankringen sett i lys av relevans for dette forskningsprosjektet.

3.2 Vitenskapsteoretisk tilnærming

Denne studien kan plasseres innen sosial konstruktivistisk teori som vitenskapsteoretisk ramme. Ifølge en konstruktivistisk tilnærming er mennesket aktivt, deltakende og ansvarlig, noe som er aktuelt i denne studien fordi forskerens rolle står sentralt (Postholm, 2010). Samtidig innebærer det at den sosiale, historiske og kulturelle konteksten en er i, får betydning for forståelsen av omverdenen. Sannhetsbegrepets innhold og forståelse avhenger således av vitenskapsteoretisk forankring (Kvernbekk, 2002). Sosial konstruktivisme er først

og fremst et kunnskapssyn (Ringdal, 2013). Her er kjernen hvordan vi oppfatter verden, ikke nødvendigvis hvordan den egentlig er. Innen ontologisk og epistemologisk retning innebærer dette at virkeligheten og kunnskap blir skapt mellom mennesker i en sosial samhandling (Postholm, 2010). For dette forskningsprosjektet vil det innebære at virkeligheten blir skapt mellom deltakerne og forskeren i intervjusituasjonen. Her forstås epistemologi i kvalitativ forskning som forholdet mellom forskeren og forskningsdeltakerne. Dermed vil denne oppgaven være et resultat av ontologisk og epistemologisk forståelse i en sosialkonstruktivistisk kontekst. Dette fordi den nye kunnskapen og virkeligheten blir dannet mellom informantene og forskeren gjennom kvalitativt intervju, samt at forskerens rolle har avgjørende betydning for planlegging, gjennomføring og tolkning av intervjuene.

3.3 Design

Design velges basert på hvilken metodisk tilnærming en har valgt (Imsen, 2011). Med utgangspunkt i problemstillingen til forskningsprosjektet ble derfor kvalitativ metode valgt med et utforskende induktivt design som fremgangsmåte. Dette perspektivet studerer fenomener basert på hvordan de oppleves (Malterud, 2012), og kan således regnes som utforskende i denne studien fordi dette aspektet ved stamming tyder forskningen på at det er forsket lite på tidligere. Forskningsdesignet er selve planen for forskningsprosessen (Larsen, 2017). I utforskende studier forsøker forskeren å utforske fenomenet som er tema for prosjektet på en naiv og åpen måte. Dette handler om å finne den sentrale bakenforliggende meningen i en opplevd erfaring (Postholm, 2010). Her er følgelig mening et nøkkelord fordi forskeren søker å forstå meningen med et fenomen sett gjennom et utvalgs øyne. I påfølgende tekst vil det teoretiske utgangspunktet for datainnsamlingen og analysen redegjøres for, som danner bakteppet for tolkningene som er gjort basert på deltakernes besvarelser.

3.3.1 Induktiv tilnærming

I denne forskningsprosessen har induktiv innfallsvinkel til metode vært anvendt. Induktiv metode innebærer at forskeren ikke tar utgangspunkt i forhåndsbestemte teorier, men at relevant teori kobles opp mot funnene etter at datainnsamlingen er gjennomført (Larsen, 2017). Dette innebærer at ny teori utvikles på grunnlag av forskningsfunn, og en går slik fra empiri til teori på områder hvor det finnes lite forhåndskunnskap. Dette har vært gjeldende i dette forskningsprosjektet både fordi litteratursøk tyder på at det eksisterer lite forskning på

området som er tema for studien. Samt at relevant forskning *som eksisterer* og aktuell teori er linket til innsamlet datamateriell basert på informantenes besvarelser.

3.3.2 Hermeneutikk og forforståelse

Det hermeneutiske vitenskapsteoretiske ståstedet er sentralt i dette prosjektet, særlig tilknyttet datainnsamling og analyse. Dette fordi hermeneutikken, også kalt tolkningslære, er relativistisk forankret og således ikke absolutt (Thurén, Gjerpe & Gjestland, 2009).

Hermeneutisk tolkning er videre avgjørende for å forstå mennesker, deres handlinger og de konsekvensene handlingene får (Nortvedt & Grimen, 2004).

Tolkning henger tett sammen med forforståelse, som vil si at vi ikke kan sanse virkeligheten kun isolert gjennom sanseinntrykkene våre (Thurén et al., 2009). Dette innebærer at vi ikke kan oppfatte virkeligheten uten våre tolkninger. Dette har vært viktig å være bevisst, samt å reflektere over i bearbeidelsen av funnene gjennom analysen. Den hermeneutiske sirkelen kan brukes for å komme fram til en bedre forforståelse, og er dermed en god metode for å unngå fordommer (Thurén et al., 2009). Den går ut på en vekselvirkning mellom forutinntatte oppfatninger og nye erfaringer. Denne vekselvirkningen bringer frem en utvikling hos den enkelte, fordi en tvinges til å tenke nytt når nye erfaringer ikke stemmer overens med den forforståelsen en hadde i utgangspunktet. En hermeneutisk analyse av kvalitative data vil på samme måte innebære at tolkninger skal utvikles gjennom en vekselvis prosess mellom det man allerede vet, og det nye erfaringer bringer inn til denne etablerte kunnskapen (Hjerm & Lindgren, 2011). Dette ble likeledes relevante refleksjoner å ha med seg underveis i analyseprosessen som vil gjennomgås senere i oppgaveteksten.

3.3.3 Forskerens rolle

I denne studien ble det benyttet kvalitativ metode og semistrukturert intervju, og forskerens rolle sto følgelig sentralt i forskningen. Forskningen er på den måten en menneskelig virksomhet hvor menneskets innvirkning spiller en avgjørende rolle for hvordan forskningen blir. Det er forskeren som velger ut informanter, samler inn data og styrer forskningsprosessen basert på egne interesser, relasjoner og intensjoner (Larsen, 2017). I kvalitativ forskning understrekes det at det er forskeren som er det viktigste forskningsinstrumentet (Postholm, 2010). Følgelig gjelder viktigheten av å synliggjøre forskerens subjektivitet, klargjøring og bevisstgjøring av egen forforståelse, samt refleksjon

rundt egen forskerrolle. Dette vil diskuteres senere i oppgaveteksten knyttet til forskningens kvalitet.

3.4 Kvalitativt semistrukturert intervju

Med utgangspunkt i prosjektets problemstilling ble kvalitativt intervju valgt som metode for innhenting av nødvendig og aktuell data. Dette kan både begrunnes i et ontologisk perspektiv hvor forskeren er interessert i menneskers erfaringer og oppfatninger, og et epistemologisk perspektiv hvor forskeren har en sentral rolle i å få tak i menneskers forståelser og kunnskap gjennom samtale (Dalen, 2011). Intervju ble brukt som hovedkilden for innsamling av data og følgelig generering av ny kunnskap, og er den mest anvendte datainnsamlingsstrategien brukt i kvalitative studier (Dalen, 2011; Postholm, 2010). Kvale referert i Johannessen, Tuft og Christoffersen (2006) karakteriserer det kvalitative forskningsintervjuet som en samtale med et formål og en struktur. Dette med rom for spontanitet, utdypning og refleksjon (Ryen, 2002). Videre legges det vekt på at hensikten er å få fram beskrivelser fra informantens opplevelser for deretter å kunne fortolke betydningen av de fenomenene det gjelder.

Måten et intervju struktureres på kan variere fra helt strukturert med faste spørsmål og svarkategorier, til mer åpne spørsmålsstillinger hvor samtalens retning dannes underveis i intervjusituasjonen (Ryen, 2002). Hvilken type struktur i intervjuet en velger, må dermed tas i betraktning til målgruppen en har og hvilket tema en forsker på. Med semistrukturert intervju utformes en fleksibel intervjuguide som åpner opp for samtale mellom informanten og forskeren. Her kan samtalen svinge etter hvilke svar informanten gir, og hvilke oppfølgingsspørsmål forskeren stiller. Samtidig har en fastsatt noen faste spørsmål som gjør at en sikrer seg at det en ønsker å få svar på blir besvart. På bakgrunn av dette, ble det valgt semistrukturert intervju i dette prosjektet. I forkant av intervjuene måtte en intervjuguide utformes som en del av forberedelsen (Ryen, 2002).

3.4.1 Utforming av intervjuguide

En intervjuguide er en type liste over spørsmål og temaer som skal gjennomgås i løpet av intervjuet (Johannessen et al., 2006). En fleksibel intervjuguide ble som nevnt ovenfor brukt i denne undersøkelsen, noe som er vanlig i semistrukturerte intervju (Dalen, 2011). I utformingen av intervjuguiden var det viktig å ta hensyn til graden av forhåndsstrukturering, med dette menes det hvilket fokus og hvilke spørsmål en søker å finne svar på. Samtidig som det skapes rom for fleksibilitet vedrørende rekkefølgen på spørsmålene. I tillegg har sentrale

refleksjoner omkring hvordan spørsmålene kan stilles uten forhåndsbestemte styringer fra forskeren, vært viktig å være bevisst i forkant og under gjennomføringen av intervjuene i undersøkelsen. Intervjuguiden ble videre delt inn i tre deler: innledende fase, hovedfase og avslutningsfase, som er en vanlig måte å inndele intervju på (Ryen, 2002).

Intervjuguiden ble innledningsvis utformet med prosjektets formål og biografiske data for å skape en «mild» start. Deretter kom en nærmere inn på det som angår problemstillingen og kjernen i prosjektet. Her ble hoveddelen delt inn i to hovedtemaer, som begge inneholdt flere underspørsmål med rom for spontanitet og oppfølgingsspørsmål underveis. På den måten fungerte intervjuguiden som en veileder. Hovedtemaene var «Hvem er du?» og «Stammings rolle i eget liv». Eksempler på oppfølgingsspørsmål var følgende: «Du var inne på (...), kan du fortelle litt mer om det?» eller «Kan du gi noen eksempler?». På den måten ble det skapt rom for å dykke dypere inn i informantens besvarelser, samtidig som utydigheter kunne klargjøres underveis. Spørsmål som fordret til nyanserte svar og en større forståelse for informantens fortolkning ble også anvendt. Et eksempel var å stille spørsmålet: «Hva tenkte du da?». I intervjuguidens avslutning var fokuset på å runde av på en måte som åpnet opp for at deltakerne kunne tilføye noe, dersom de følte behovet for det. Intervjuguiden i sin helhet legges ved på slutten av denne oppgaven som vedlegg 1.

3.5 Utvalg: rekruttering og samtykke

I denne studien ble strategisk utvalg valgt som metode for rekruttering av informanter (Johannessen et al., 2006). Deltakerne måtte oppfylle bestemte utvalgsriterier som ble regnet som hensiktsmessige og relevante tilknyttet prosjektets problemstilling. Det var to hovedkriterier tilknyttet problemstillingen som her ble regnet som særlig viktige. For det første måtte det være voksne personer som stammet, og for det andre måtte det være personer som har en innstilling til stammingen som gjør at de ikke lar seg hemme av den. I rekrutteringen av deltakerne til prosjektet innebar dette at det var forhåndsbestemt hvilken målgruppe som var søkelyset for studien, og følgelig nødvendig for å samle inn relevant data. Skjønnsmessig utvelgelse er en form for strategisk utvelgelse, som innebærer at forskeren bevisst velger hvem som kan være mulige deltakere i undersøkelsen (Dalen, 2011).

Ved inkludering av relevante deltakere vektlegges verdien av å benytte seg av informasjonsrike individer, som vil si at respondentene innehar livserfaringer og kunnskap

som en ønsker å få innsikt i (Ringdal, 2013). Størrelsen på utvalget ble tidlig satt til å være mellom 3-5 personer i samråd med veileder. Utvalgets størrelse styres i noen grad av at det må dekke mengden data som er nødvendig for å forstå fenomenet som studeres (Dalen, 2011). I tillegg må datamengden være tilstrekkelig til å kunne gjennomføre godt gjennomarbeidede analyser. Samt muliggjøre at fellestrekk og ulikheter kan etableres blant deltakernes besvarelser. Det måtte også tas høyde for at noen kunne komme til å falle fra. Når de aktuelle deltakerne til denne undersøkelsen skulle rekrutteres, ble det tatt utgangspunkt i eget nettverk og Norsk interesseforening for stamming og løpsk tale, NIFS. To av deltakerne ble rekruttert via NIFS og de tre siste gjennom eget nettverk. Tre av deltakerne ble rekruttert gjennom direkte forespørsel ansikt-til-ansikt, hvor de ble informert om at de kunne få betenkningstid til å svare slik at de ikke skulle føle seg presset til å delta. Vi utvekslet e-mailadresser slik at de kunne motta og lese informasjonsskrivet, før de eventuelt skrev under på samtykkeskjemaet at de samtykket til å delta. De to resterende deltakerne ble forespurt gjennom en felles bekjent, som videreformidlet informasjonsskrivet og samtykkeskjemaet for gjennomlesing. Alle fem som ble spurt, stilte seg umiddelbart positive til å delta og skrev deretter under på samtykkeskjemaet. Se vedlegg 2 for informasjonsskriv og samtykkeskjema.

Utvalget ble til slutt bestående av fem voksne personer i svært spredt aldersspenn fra 19 til 70 år. Alle er menn med vedvarende stamming. Samtlige hadde familiehistorikk med stamming av det de kjente til, og alle hadde stammet fra tidlig alder. Av hensyn til informantenes anonymitet velges det å ikke gi ytterligere informasjon om deltakerne.

3.6 Datainnsamling

Ved dette forskningsprosjektets start ble tema for oppgaven tidlig avklart, og etter hvert ble det tydelig hvilken metode som ville være mest hensiktsmessig for å kunne besvare problemstillingen. På bakgrunn av disse avklaringene ble prosjektet meldt inn til Norsk samfunnsvitenskapelige datatjeneste (NSD) for godkjenning, se vedlegg 3. Samtidig som informasjons- og samtykkeskjema for deltakerne av prosjektet ble utformet. Etter samtykke fra deltakerne om at de ønsket å delta, ble det tidlig avtalt tidspunkt for gjennomføring av intervjuene. I det følgende vil det bli gjort rede for prosessen med å innhente datamateriale gjennom kvalitativt intervju, samt opptak og lagring av innsamlet datamateriell.

Til sammen ble fem intervju gjennomført fra januar til februar 2019. Intervjuene varte mellom 45 til 90 minutter. Disse var som tidligere nevnt utformet som semistrukturerte intervju, noe

som åpnet opp for å bevege seg frem og tilbake i spørsmålene. Intervjuene ble videre i stor grad gjennomført på informantenes premisser når det gjaldt lokalisasjon. Samtlige av deltakerne ønsket at intervjuene skulle gjennomføres ansikt-til-ansikt, og derfor ble dette prioritert. Det var viktig å finne et sted hvor informantene kunne slappe av, og hvor det var lite forstyrrelser (Dalen, 2011). Dermed ble et intervju gjennomført hjemme, to ble gjennomført på et sted undertegnede hadde tilgang til, og de to siste på et innleid grupperom på et bibliotek.

Samtalen startet med småprat for å skape en avslappet stemning. Under selve intervjusituasjonen ble forskningsprosjektets formål og hensikt først presentert. Her var det viktig å være bevisst på å ikke styre deltakerne i retning av hva undertegnede ønsket å få svar på, slik at beskrivelsene deres var mest mulig autentiske jamfør prosjektets validitet. Deretter ble det informert om deltakernes anonymitet. Det ble også etterspurt om de fremdeles ønsket å delta på prosjektet, noe samtlige bekreftet. Deretter beveget vi oss inn på biografiske data for å få en myk og ufarlig start, før vi kom nærmere inn på det som angikk prosjektets problemstilling og kjerne. Alle informantene ble mot intervjuets slutt spurt om det var noe mer de ønsket å tilføye. Avslutningsvis rundet vi av med småprat om løst og fast, samtidig som det ble avklart at begge parter kunne ta kontakt dersom noe var uklart før vi avsluttet.

Det ble benyttet taleopptak under intervjuene for å kunne gjennomgå datamaterialet grundig etter at intervjuene var gjennomført (Dalen, 2011). Etter første intervju holdt teknologien på å henge seg opp ved lagring. Det ble derfor benyttet to ulike lydopptak i de fire neste intervjuene for å sikre at teknologiske utfordringer ikke skulle skape forstyrrelser i datainnsamlingen. Umiddelbart etter hvert intervju ble det notert observasjoner og tanker knyttet til intervjusituasjonen. Dette ble gjort for å sikre at momenter som ikke kom med på lydopptakene skulle sikres i datamaterialet, dersom det kunne være av betydning. Her kunne eksempelvis sekundæratferd, nonverbale uttrykk og kommunikative faktorer som øyekontakt, smil og kroppsspråk noteres. Dette kunne gi gylden informasjon fordi mye av det som kommuniseres kan være non-verbalt. På den måten kunne momenter fra intervjuene inkluderes i datamaterialet, som ikke nødvendigvis kom med på lydopptaket eller i transkripsjonen for øvrig. Dette ble skrevet som notater i en forskningsdagbok som fulgte gjennom hele forskningsprosjektet.

3.7 Analyse

Når datamaterialet var ferdig innsamlet måtte dette analyseres og tolkes. Ved kvalitativ dataanalyse er forskeren opptatt av å få frem meningsinnholdet i tekstform, og videre forklare den sosiale virkeligheten om et gitt tema. Analysen i denne undersøkelsen tar utgangspunkt i analyse av meningsinnhold. Dette er en metode hvor en søker etter innholdet i datamaterialet (Johannessen et al., 2006). Analysen består her av fire trinnvise prosesser, kalt systematisk tekstkondensering (Malterud, 2012). Disse vil presenteres senere i delkapitlet, først kommer en nærmere inn på analysens første del som omhandler klargjøring av data.

3.7.1 Transkripsjon og bearbeidelse

Det innsamlede datamaterialet ble klargjort til analyse gjennom transkripsjon fra muntlig tale til skriftlig tekst (Dalen, 2011). Det ble benyttet opptak og notering med nummerering og initialer, for enklere og kunne systematisere datamaterialet kategorisk basert på informantenes besvarelser. Hvert intervju ble transkribert så snart som mulig etter gjennomføringen av selve intervjuet, slik at materialet skulle være ferskest mulig. De første intervjuene ble transkribert ordrett og lydrett i sin helhet med alle lyder og fyllord som eksempelvis «eh», og «mhm». Dette ble derimot ikke inkludert i de siste intervjuene fordi det ble ansett som ikke avgjørende for meningsinnholdet i ytringene som ble sagt. I tillegg lettet det arbeidet både med å transkribere, men også knyttet til analysedelen fordi irrelevante data ble rensket bort i en tidlig fase.

Bearbeiding av data handler om å forenkle datamaterialet (Dalen, 2011). Bearbeidelsen i dette prosjektet gjaldt i stor grad selve transkriberingen, hvor besvarelsene som tidligere nevnt ble skriftliggjort og klargjort til videre analyse og tolkning. Når intervjuene var skrevet ut i tekstform, la dette grunnlaget for å finne overordnede sammenhenger og mønstre i datamaterialet gjennom analysering.

3.7.2 Analyse av data

Datamaterialet er analysert basert på meningsinnholdet. Analysen har som nevnt innledningsvis tatt utgangspunkt i Malteruds analysemetode, kalt systematisk tekstkondensering (Malterud, 2012). Metoden har vært retningsgivende og sentral i dette prosjektet, selv om stegene for systematisk tekstkondensering ikke er fulgt punktvis.

I første steg ble datamaterialet, som bestod av transkripsjoner av samtlige intervju, gjennomlest for å skaffe et helhetsinntrykk av datamaterialet. Her var fokuset på å skaffe et overordnet blikk over datamaterialet og meningsinnholdet (Johannessen et al., 2006; Malterud, 2012). Etter at helhetsinntrykket var etablert ble det fokusert på å finne meningsbærende enheter i materialet som kunne si noe om tematikken for studiet. Dette steget innebar følgelig identifisering og sortering av meningsbærende enheter, som ble gjort gjennom å jakte på deltakernes stemmer. Her ble egen forforståelse etter beste evne forsøkt satt til side, slik at deltakernes stemmer skulle komme til syne. Reduksjon av datamengden var en viktig del av prosessen for å fjerne irrelevant informasjon, i tillegg for å få en overordnet oversikt over datamengden (Ringdal, 2013). Datamaterialet ble gjennomgått med en grønn markeringstusj for å markere meningsbærende enheter, og en oransje markeringstusj for identifisering av relevant utsagn. Dette i tråd med Malterud sin stegvise prosess for systematisk tekstkondensering, kalt dekontekstualisering.

Andre steg innebar å omgjøre de meningsbærende enhetene til koder. Underveis i denne prosessen måtte kodene revurderes og justeres gjentatte ganger, og flere av kodene ble slått sammen fordi de pekte på samme hovedtematikk. Eksempelvis kunne kodene som omhandlet tidlige erfaringer ved stamming og beskrivelser fra barndom, ungdomsår og frem til i dag, sammenfattes til koden *modning*. Koding er ifølge Johannessen et al. (2006) et viktig verktøy for å organisere og påvise meningsbærende informasjon i en datamengde. Dette for å enklere kunne sammenfatte datamengden, slik at forskjeller og likheter kunne trekkes ut av informantenes besvarelser samtidig som helheten ble bevart i datamaterialet. Her var det et viktig fokus at problemstillingen skulle være i sentrum (Malterud, 2012). Alle stilte spørsmål ble markert ut med gult, slik at de enklere kunne skilles ut og sorteres. Her var det et poeng at spørsmålene ikke skulle danne grunnlaget for de overordnede kategoriene, fordi det var informantenes besvarelser som skulle være utgangspunktet for det videre analysearbeidet. Samtidig ble de meningsbærende enhetene som ikke passet inn i de overordnede kodene lagt til side, og datamaterialet ble ytterligere redusert. På bakgrunn av dette ble 20 sentrale temaer identifisert, eksempler er *lærte strategier, modning, stamming som en del av personen, stammings betydning før og nå, følelse av kontroll, å ikke gi stammingen styringen, nettverk, personlighet og empati*.

Tredje steg handlet om kondensering gjennom å gjøre koder om til mening. Her er målet at hver kodegruppe skal systematiseres og abstraheres slik at et mangfold av nyanser kommer til

syne innen samme kodegruppe, samtidig som hver deltaker sin stemme skal være synlig (Malterud, 2012). Dette gikk ut på å klippe ut alle grønn- og oransjemarkerte enheter, og deretter plassere dem kategorisk i tilhørende overordnede kode. På den måten ble alt som omhandlet eksempelvis aksept fra de ulike informantene samlet under samme kategori. Samtidig ble de meningsbærende enhetene skilt ut i nye undergrupper av relevante koder, som utgjorde første ledd i fortolkningsprosessen. Dataen ble kategorisert tematisk etter ulike fargekoder for å beholde oversikten over materialet. På den måten ble det åpnet opp for å finne mønstre og sammenhenger blant informantenes besvarelser. Etter denne prosessen bestod datamaterialet av 12 koder, som deretter ble slått sammen til mindre deler. I denne oppgaven var utgangspunktet for selve kodingen induktiv, som innebar å finne likheter mellom svarene for deretter å danne overordnede kategorier som kunne sammenfatte hovedtemaet i besvarelsene.

I siste steg ble materialet rekontekstualisert ved å sette sammen delene igjen. Dette handlet om å sammenfatte materialet fra kondensat til beskrivelser og begreper på tvers av temaer (Malterud, 2012). Basert på foreliggende steg ble til slutt fem overordnede kategorier utformet, og disse var; *modning, å ikke gi stammingen så stor betydning, å vite hvordan det kjennes å være annerledes, støttende relasjoner og akseptfaser – en livslang pågående prosess*. Hensikten her var å abstrahere meningsinnholdet i de etablerte kodene, slik at mønstre som ikke umiddelbart er synlige kunne bli identifisert (Johannessen et al., 2006). Når det gjelder tolkning av analysen, er det her en skal finne ut hva dataene forteller oss (Larsen, 2017). Funnene skal dermed studeres i en større sammenheng, slik at de kan drøftes relatert til foreliggende teori og forskning. Dette vil belyses i oppgavetekstens drøfting. Først vil en sentral prosess som har vært kontinuerlig gjennom hele dette prosjektets gjennomføring bli presentert i neste kapittel.

3.8 Litteratursøk

Litteratursøk har vært en fundamental og viktig del av prosessen for dette forskningsprosjektet. Dette både for å finne relevant teori om fenomenet, men også for å plassere studiets formål innen allerede eksisterende forskning. Dette har vært nødvendig i forbindelse med dette prosjektets aktualitet. Søken etter litteratur har vært en kontinuerlig virksomhet gjennom hele perioden fra forskningsprosjektets start i september 2018 til slutten av prosjektet i mai 2019. Søkeord som er anvendt for å relatere studiet til relevant forskning

på området er blant annet stamming knyttet til resiliens, aksept og mestring. Dette for å undersøke hva eksisterende forskning sier om disse faktorene som har vært sentrale momenter i denne oppgaven. Søket har resultert i varierende funn, og det har vært gjennomgående lite forskning knyttet til faktorer som resiliens, aksept og mestring tilknyttet stamming. Dette har styrket drivet til å finne ut mer om dette. Referanser er blitt behandlet med Endnote X9.

3.9 Forskningens kvalitet

Kvalitet i forskningen er viktig, og det opereres ofte med begrepene pålitelighet, overførbarhet og troverdighet som mål på kvalitet i kvalitativ forskning ifølge Guba & Lincoln referert i Johannessen et al. (2006). Validitet og reliabilitet er videre sentrale begreper å vurdere i alle faser av forskningsprosessen (Larsen, 2017). Dette er imidlertid omdiskuterte begreper i kvalitative undersøkelser, fordi de er nært knyttet til kvantitativ måling (Ringdal, 2013). Likevel er de ansett å ha nytteverdi i slike kvalitative undersøkelser, og vil i det følgende diskuteres knyttet til denne undersøkelsen.

3.9.1 Reliabilitet

Reliabilitet handler om pålitelighet (Ringdal, 2013). Begrepet viser til nøyaktighet i forskningsprosessen og hvorvidt undersøkelsen er troverdig (Larsen, 2017). Videre innebærer det i hvilken grad en kan stole på at de resultatene en har kommet frem til, vil være de samme ved gjentatte målinger hvor samme måleinstrument anvendes. Vurderingen av reliabiliteten i kvalitative data avhenger derfor i stor grad av forskerens evne til å være bevisst mulige feilkilder (Ringdal, 2013). Dette er ikke alltid lett å vurdere i kvalitative undersøkelser.

Utfordringene ved reliabilitet i kvalitativ forskning er flere (Larsen, 2017). I dette prosjektet ble for det første samtale gjennom semistrukturert intervju anvendt for å samle inn data, og ikke strukturerte datainnsamlings teknikker. Dermed kan eksempelvis mellommenneskelige faktorer påvirke datainnsamlingsfasen. For det andre er det i dette tilfellet forskeren som utgjør instrumentet i forskningen, og følgelig vil det være utfordrende for andre å gjennomføre forskningen på eksakt samme måte. Dette kan forklares med at alle har ulik bakgrunn og erfaring som knyttes opp mot egen forståelse av data. I dette kan en trekke inn forforståelse og tolkning som en mulig feilkilde. Absolutt objektivitet vil følgelig ikke være gjennomførbart i praksis. Dette medfører at høy reliabilitet i kvalitativ forskning kan være

utfordrende fordi gjentatte målinger kan føre til ulike fortolkninger (Larsen, 2017). En tredje utfordring i denne sammenhengen er at det er mennesker som studeres i en gitt kontekst. Det innebærer at forskningen bygger på grunnlaget av at det er mennesket som skaper virkeligheten, og gir mening til egne erfaringer (Dalen, 2011). Det som undersøkes er deltakernes subjektive beskrivelser av et fenomen basert på disse oppfatningene. Dermed finnes det ikke én sann virkelighet eller universelle lover, fordi dette vil variere fra person til person. På grunn av dette knyttes ofte reliabilitet til troverdighet i kvalitative undersøkelser, og baseres på at empiriske data som presenteres representerer faktiske forhold. Derfor er ikke reliabilitet i kvalitativ forskning i like stor grad relevant som i kvantitativ forskning (Johannessen et al., 2006). Dette kan begrunnes i metodens subjektivitet.

Når det gjelder dette forskningsprosjektet vil reliabiliteten som følge av det ovennevnte være forankret i hvert enkelt individ og deres meningssammenhenger, samt forskerens rolle (Dalen, 2011). På den måten knytter reliabiliteten seg til innhentet datamateriale (Johannessen et al., 2006; Larsen, 2017). Dette gjelder både hvilke data som brukes, hvordan de er samlet inn og til slutt hvordan de har blitt bearbeidet. Troverdighet innebærer om forskningen er utført på en troverdig og tillitsvekkende måte, og er følgelig relevant for dette prosjektet (Ringdal, 2013). Forskeren kan på denne måten styrke troverdigheten ved å være nøyaktig i behandlingen av datamaterialet. Dette gjennom inngående beskrivelser av forskningsprosessen fra prosjektstart til slutt som vil beskrives nærmere angående transparens. Dette er forsøkt etterkommet i denne oppgaven i kapitlet som omhandler prosjektets metodiske beskrivelser.

3.9.2 Validitet

Innen kvalitativ metode omfatter validitet bekreftbarhet, troverdighet og overføringsverdi (Larsen, 2017). Validitet handler om gyldighet og relevans. Dette innebærer at en måler det en har til hensikt å måle i en undersøkelse (Ringdal, 2013). Validiteten krever en teoretisk vurdering i tillegg til den empiriske for å kunne regnes som gyldig. Dette er viktig å ha med seg i all forskning, slik at resultatene en kommer frem til både er gyldige og troverdige. Dette gjennom å vurdere i hvilken grad forskerens funn reflekterer og representerer virkeligheten og studiens formål. Samt hvorvidt en studie undersøker det den har til hensikt å undersøke.

I forlengelsen av det ovennevnte kan en forenklet si at bekreftbarhet handler om i hvilken grad vi undersøker det vi skal undersøke, og om vi stiller spørsmål som gir oss svar på problemstillingen for undersøkelsen (Larsen, 2017). Dette handler også om refleksivitet og

gjennomsiktighet i forskningen (Johannessen et al., 2006). Dette kan i tillegg knyttes til drøftingsdelen og hvorvidt funnene kan bekreftes av andre som har gjort liknende undersøkelser. Dette vil også utgjøre forskjellen mellom at funnene er et resultat av forskningen, heller enn et resultat av forskerens subjektive forståelse.

Her kan en trekke inn begrepet intern validitet som omhandler studiets troverdighet (Johannessen et al., 2006). Med intern validitet menes det om det er sammenheng mellom det aspektet ved fenomenet stamming som er tema for denne oppgaven, og dataene som samles inn. I dette er det sentralt og viktig at problemstillingen fungerer som en rød tråd gjennom hele oppgaven. Videre at de forholdene knyttet til stamming som er formålet er det som undersøkes. En mulig feilkilde ved denne oppgaven tilknyttet intern validitet, kan være relatert til at det kun er en forsker og følgelig er tolkningene basert på analysen et resultat av dette.

Validiteten kan vurderes på flere områder i kvalitative studier. En måte å sikre validiteten på er at en gjennom semistrukturelle intervju har mulighet til å foreta korreksjoner underveis (Dalen, 2011). En slik fleksibilitet åpner opp for at endringer kan skje underveis i undersøkelsesprosessen, slik at et bedre grunnlag for å trekke slutninger kan dannes. Samtidig er fordelen med å ha noen faste punkter i intervjuguiden at det muliggjør en viss standardisering i spørsmålsstillingen, og dermed kan svarene enklere sammenliknes (Johannessen et al., 2006). En annen måte å styrke validiteten på er ved å tenke kritisk. Dette ved å stille kontrollspørsmål underveis som for eksempel om datamaterialet er tilstrekkelig til å trekke de slutningene en har gjort. Gjennom å tenke kritisk kan en sikre seg at det er dekning for det en konkluderer med i funnene. Validiteten må dermed vurderes gjennom hele forskningsprosessen, og i alle fasene for at forskningen skal reflektere det den hadde til hensikt å representere.

3.9.3 Transparens, refleksivitet og overførbarhet (ekstern validitet)

Gjennomsiktighet og transparens er begreper som ofte brukes for å kunne styrke validiteten i kvalitative studier (Larsen, 2017). Med dette menes det om forskeren evner å vise hvordan egen analyse har dannet grunnlaget for konklusjonen en har kommet frem til, gjennom begrunnelse for fortolkning. I tillegg om forskeren evner å formidle hvordan de ulike prosessene frem til denne konklusjonen er gjennomført på en redelig og ærlig måte. En måte å sikre dette på har vært å bruke sitater for å bekrefte funn i denne undersøkelsen.

Refleksivitet handler om forskerens evne til å stille spørsmålstegn til forskningsprosessen og egne fremgangsmåter (Malterud, 2017). Her vektlegges den aktive forskerens rolle, samt refleksjoner omkring egne tolkninger og ståsted. Det har derfor vært viktig å klargjøre egen forforståelse, samt ha et åpent sinn for uventede vendinger i forskningen. Ettersom det i kvalitativ forskning avhenger i stor grad av forskeren som selve instrumentet i undersøkelsen, har det vært viktig å være bevisst egen forskerrolle. I dette har det vært avgjørende at en er bevisst på å holde seg selv i bakgrunnen, blant annet i gjennomføringen av intervjuene.

Overførbarhet, også kalt ekstern validitet, innebærer hvorvidt resultatene fra et forskningsprosjekt kan overføres til andre liknende studier (Johannessen et al., 2006; Ringdal, 2013). Det handler om å etablere fortolkninger og beskrivelser som kan være nyttige for forskningsprosjekter på andre områder. I denne sammenhengen blir analysen spesielt viktig, fordi en her søker å løfte funnene til en større forståelse. Følgelig vil beskrivelsene som fremkommer av denne oppgaven ikke representere opplevelsen av å stamme på et universelt nivå, men individuelt for hver enkel informant. Videre består studiens utvalg kun av menn, følgelig kan også dette være med å påvirke funnene. Innen kvalitative metoder er forskningen sjelden generaliserbar statistisk sett, men undersøkelsene kan være overførbare (Larsen, 2017). Målet med kvalitative undersøkelser er således og kunne overføre funn til andre grupper enn de som har vært deltakere i en studie (Dalen, 2011; Johannessen et al., 2006). Ekstern validitet angår nettopp hvorvidt funnene har overføringsverdi. Målet for denne oppgaven har følgelig ikke vært å kunne generalisere funn, men å gi et utsnitt av hvordan livet med stamming *kan* oppleves for enkelte. Overføringsverdien av de funnene en har kommet frem til, vil styrkes gjennom høy validitet og reliabilitet (Larsen, 2017). Videre gjennom en god forankring i eksisterende forskning og teori på området.

3.10 Etiske betraktninger

Forskning må underordne seg etiske retningslinjer og prinsipper (Johannessen et al., 2006). All virksomhet som involverer og får konsekvenser for andre bedømmes ut fra etiske prinsipper. De grunnleggende moralnormene for vitenskapelig praksis er forskningsetikk, og etikk beskrives som læren om moral (Ringdal, 2013). Ifølge Johannessen et al. (2006) kan etikk forstås som prinsipper, regler og retningslinjer for å vurdere om handlinger er rette eller gale. Videre vil forskningsetikk innebære normer som skal sikre at den vitenskapelige virksomheten er moralsk forsvarlig ifølge Grønmo, referert i Larsen (2017). Når en driver

samfunnsforskning vil det ofte handle om kontakt med andre mennesker (Larsen, 2017). Dersom forskeren eksempelvis skal gjennomføre intervju vil etikk i denne sammenhengen innebære hvordan forskeren møter informantene, hvordan det informeres om prosjektet, hvordan spørsmålene blir stilt, og til slutt hvordan informasjonen som innsamles blir behandlet. Dette har følgelig vært sentrale retningslinjer og refleksjoner i gjennomføringen av intervjuene i dette forskningsprosjektet.

Informantene ble gitt fiktive navn for å sikre anonymiteten, og navnene ble: Tobias, Rasmus, Lars, Phillip og Mikkel. Deltakerne mottok et informasjons- og samtykkeskjema med grundig informasjon om prosjektets formål, hva deltakelsen ville innebære for dem, personvern, samt et samtykkeskjema. Etter gjennomlesning kunne de signere på at de ga informert, uttrykkelig og frivillig samtykke til å delta dersom de ønsket å være med. Det ble også informert om at de på hvilket som helst tidspunkt kunne trekke seg fra prosjektet, og at dette ikke ville få noen konsekvenser for dem. Samtlige stilte seg positive til å delta. I etterkant av intervjuene ble datamaterialet lagret på en ekstern harddisk, som ble innelåst og gjort utilgjengelig for uvedkomne. Etter transkriberingen ble opptakene slettet fra taleopptakeren.

Den nasjonale forskningsetiske komiteen NESH, har utformet etiske retningslinjer for forskning (Johannessen et al., 2006). Dette gjelder både generelt for all forskning, men også egne retningslinjer for de ulike fagretningene. Tre hovedhensyn som trekkes frem er; retten til selvbestemmelse og autonomi, respekten for privatlivets fred og vurdering av risiko for skade. Disse plikter forskeren å tenke gjennom og er følgelig tatt hensyn til gjennom hele denne forskningsprosessen.

4. Presentasjon av funn

I dette kapittelet vil resultatene fra analysen av datamaterialet bli presentert. Formålet med denne studien har vært å sette søkelyset på hvordan voksne personer som stammer beskriver det å leve godt med stamming. Datamaterialet som danner grunnlaget for presentasjonen av funnene bestod av fem kvalitative intervju med voksne personer som stammer i alderen 19-70 år. Analyseringen av datamaterialet førte til fem hovedkategorier, disse var: *modning, å ikke gi stammingen så stor betydning, å vite hvordan det kjennes å være annerledes, støttende relasjoner og akseptfaser – en livslang pågående prosess*. Hver hovedkategori presenteres med tilhørende underkategorier som løfter frem ulike syn fra deltakerne knyttet til de overordnede kategoriene. Resultatene som blir presentert representerer enten fellestrekk fra informantene, eller enkeltfunn som ble ansett som særskilt viktig. Disse blir presentert oppsummert i tekstform, samt i form av informantenes egne beskrivelser ved bruk av sitat. Sitatene er omskrevet til bokmål for å sikre anonymiteten, samt for å demonstrere at deler av sitat er klippet ut er «(...)» anvendt. Videre er «[...]» benyttet for å klargjøre begreper som beskrives men som ikke inngår i sitatet.

4.1 Modning

I studiens første kategori vil informantenes historier med stamming gjennom livets ulike faser belyses. Deltakernes refleksjoner knyttet tilbake i tid har dannet et viktig grunnlag for deres syn på stammingen i dag. Funnene viser at gjennom livets faser lærer en seg å takle stammingen annerledes med alder og modning. Dette var noe som gikk igjen hos de fleste av informantene. Etter hvert som deltakerne ble eldre endret synet på stammingen seg, noe som gjenspeiler seg i beskrivelsene deres når de tenker tilbake. Den femte informanten kunne fortelle at han ikke hadde noen negative erfaringer med tanke på stammingen fra barndommen.

4.1.1 Stammingen har ikke alltid vært uproblematisk

Det kom frem fra samtlige av informantene at deres syn på egen stamming hadde endret seg gjennom livet. Samtlige begynte å stamme i tidlig barndom og hadde stammet så lenge de kunne huske. Alle beskrev ulike episoder eller hendelser fra barndommen relatert til stamming som de kunne minnes. En felles oppfatning for fire av informantene var at stammingen hadde vært vanskeligst i de tidlige ungdomsårene. Informantene beskrev at for alle er dette i utgangspunktet år preget av usikkerhet hvor en søker å finne seg selv, og hvor

det er viktig å ikke skille seg ut. I tillegg til at en ikke ønsker å vise svakhet eller sårbarhet ovenfor kameratene sine, og at det er viktig å bygge opp et bilde av seg selv. Med stamming har dette utgjort en ekstra dimensjon og utfordring for informantene. Tobias trekker frem hvordan han opplevde stammingen i ungdomstida:

«Ja nei, det opplevdes vanskelig. Når jeg ser det i ettertid så var det jo verst for meg da, for kompisene mine så jo mindre til det [stammingen] ikke sant. Det var jo slitsomt og hele tiden skulle gjemme seg unna, eller ikke gjemme seg unna men skjule stammingen, fordi det følte en kanskje at en gjorde. Så var det jo så unødvendig egentlig».

Tobias forteller videre at han opplevde den logopediske hjelpen han mottok som et slags vendepunkt, og beskriver det slik:

«Jeg hadde plagdes mye før og liksom stått hjemme og grått for foreldrene mine og alt sånn, og fikk ikke sagt det jeg ville. Nå begynner det jo å bli ganske mange år siden da. Så hvordan det faktisk var, det må man jo tenke på men når jeg tenker tilbake så var det litt sånn før og etter det halvåret sammen med hun logopeden».

Lars som vokste opp på 50-tallet opplevde folkeskolen som et godt sted å være blant annet fordi alle kjente alle, men at årene på Framhandskolen ikke var enkel og at stamming på den tiden opplevdes som noe en ikke skulle snakke om. For Mikkel satt stammingen noen begrensninger blant annet knyttet til muntlig aktivitet på skolen. I tillegg trekker han frem at det gikk inn på han når andre kommenterte eller etterlignet stammingen. Som konsekvens fortalte han at det tidvis var skummelt å snakke, fordi han skjønnte at han kom til å stamme. Rasmus minnes også denne tida som mest utfordrende.

4.1.2 Utvikling og livserfaring

Utvikling og erfaring innebar ifølge flere av informantene et sentralt punkt for hvordan de definerte stammingens rolle i eget liv i dag. Informantene beskrev at stammingen ikke definerer dem på noen måte, men at stammingen er blitt en del av dem. Når det gjelder modning knyttet til beskrivelsene av å leve med stamming, var dette noe alle informantene trakk frem som særlig viktig knyttet til hvordan de betraktet stammingen sin i dag. Det var blitt lettere å leve med stamming når de var blitt voksne, fått mer livserfaring og blitt tryggere på seg selv. En informant trakk frem at det er mye dømming fra andre når man er ung, mens når en blir eldre blir det mindre av. Dette selv om han i dag kun er 19 år. Informantene

beskriver videre at tidshorisonten utvider seg når man blir eldre, og at dette gjør at en ser større på ting enn kun her og nå. Noe som de refererer til ofte er tilfellet i tenåringsalderen. Tobias beskriver det slik:

«Jada, det var noe som skjedde. Om det var en modning i meg, eller om det faktisk var de virkemidlene hun kom med, ja det er vanskelig å vite men det fungerte nå hvert fall der og da. (...) Det [utvikling og livserfaring] gjør sånn at mye av det isberget med skam og alle de tingene der forsvinner, og da går det litt lettere av seg selv».

4.2 Å ikke gi stammingen så stor betydning

I oppgavens andre kategori vil søkelyset rettes mot stammingens rolle i deltakernes liv i dag. Samtlige beskrev at de nå ikke lot stammingen sette begrensninger for dem eller hvilke valg de tok i livet om stort og smått. Det handlet om å tørre å være den man selv ønsker å være. Flere beskrev at stammingen utgjorde *en del av dem*, ikke hele identiteten deres. Stammingen var for flere av informantene ikke en viktig del av deres identitet og selvbilde, og utgjorde ikke et viktig element i hverdagen lengre. En informant beskrev at han tidvis kunne glemme at han stammet. Samtidig ville samtlige vært foruten stammingen dersom det var et valg, og de føler ikke at de hadde mistet en sentral del av seg selv dersom de ikke stammet mer. Mikkel forteller at dersom han fikk et valg om å bli kvitt stammingen, så ville han valgt det:

«(...) Så da kunne jeg like godt ha vært foruten. Jeg hadde ikke blitt lei meg eller følt at nå mistet jeg en stor del av identiteten min. Da hadde jeg valgt å ikke stamme, ganske klart. Jeg er ikke lei for at jeg stammer, det er jeg ikke. Men hvis jeg hadde vært lei meg, så hadde jeg jo sluppet det også».

Dette handlet ifølge Rasmus om å ikke gi stammingen så mye makt, men å tørre og ta utfordringer fordi livet handlet om mer enn bare stammingen. Tobias trekker frem at det er andre viktigere ting i livet:

«Jeg tror egentlig at nå vil jeg svare at ja jeg har et godt liv, men det skyldes andre ting enn stammingen. Familie er viktig, og det å ha gode kolleger på jobb som en trives med, så det er jo mye det sosiale som er grunnen til at jeg tenker at jeg har det bra. Men jeg vil samtidig ikke bagatellisere stammingen oppi dette. Det er ikke det jeg vil gi et inntrykk av».

4.2.1 Innstilling: «Det kunne vært verre»

Noe som gikk igjen hos samtlige av informantene var deres innstilling og holdning til stammingen sin i dag. Det var flere eksempler der de beskrev at de gjennom erfaring hadde utviklet en sunn holdning til egen stamming. Fire av deltakerne uttrykte eksplisitt at «det kunne vært verre». Phillip var den av informantene som ga stammingen minst negativ innvirkning på seg selv. Han hadde for øvrig en utpreget positiv innstilling til livet. Filosofien hans gikk ut på at det kunne vært verre, og dermed var det aldri vanskelig med tanke på stammingen for han. Han fortalte det slik:

«Jeg har bestandig pratet veldig mye. Jeg bryr meg ikke om stamming.» (...) «Jeg tenker som regel positivt om alt, etter dårlig vær kommer godt vær. Jeg bruker å tenke at når noe går galt, så kunne det vært verre. Og det hjelper så godt på, uansett hva som skjer så kunne det vært verre».

4.2.2 Å ikke la seg begrense av stammingen

En annen fellesnevner blant informantene var at de ikke lot stammingen få sette begrensinger for seg eller sitt liv i dag. Tre av informantene kunne beskrive ubehag relatert til stammeøyeblikk også i dag, men at ubehaget likevel ikke fikk overstyre. I møtet med nye utfordringer beskrev samtlige at de ikke lot seg stanse. Dette gjaldt også knyttet til deltakernes sosiale liv, og heller ikke på det området fikk stammingen ta kontroll over dem. Lars kunne fortelle at det på Harmrast, som var en egen skole for personer som stammet, handlet om å bygge seg opp gjennom å oppsøke ulike situasjoner som presset en til å gå utenfor komfortsonen. Dette opplevdes for han som noe han vokste på. Rasmus var særlig tydelig på at stammingen ikke skulle få styring på hans liv, og det gjaldt spesielt i situasjoner av større betydning:

«Stammingen kan ikke stoppe meg, det ville vært feigt. Jeg kan ikke la meg stoppe av slike bagateller, det finnes viktigere ting i livet som skjer enn det [å stamme]».

Tobias forteller om stammingens betydning i eget liv både nå og for valgene han har tatt opp gjennom årene. Stammingen har ikke fått være med å avgjøre noen av de store veivalgene. Blant annet holder han flere presentasjoner gjennom yrket sitt i dag, og gir ikke stammingen rom for å sette et hinder for seg selv ved nye utfordringer. Fra tidligere har tvert imot yrkesvalg blitt tatt med bevissthet rundt stammingens betydning:

«Det var egentlig et bevisst valg at jeg ikke ville gjemme meg bort, kan du si. Så det var ikke det at jeg alltid har drømt å bli teppeselger, men det var liksom en åpning som bydde seg der. Jeg hadde ikke lyst å jobbe på et sted hvor jeg måtte gjemme meg bort på et arkiv eller noe sånt».

4.2.3 Å definere stammingen som en del av seg selv

Flere av deltakerne tematiserte dette med at hvordan en definerer seg selv er viktig for hvordan en håndterer det å leve med stamming i dag. De beskriver også at de har akseptert stammingen som en del av seg selv, og det var en felles enighet blant samtlige at stammingen kun utgjorde en del av hvem de er. To av informantene trakk frem en aktuell diskusjon fra NIFS, som omhandlet at foreningen hadde skiftet navn fra «Norsk interesseforening for stamme» til «Norsk interesseforening for stamming og løpsk tale». Deltakerne uttrykte at det var en viktig forskjell knyttet til å bli identifisert som *en person som stammer*, og ikke kun *en stammer*. Noe de forklarte med at en er mer enn kun stammingen. Tobias forklarer at han uansett om han stammet eller ikke i store trekk hadde vært den samme personen, og følgelig at han ville tatt de samme valgene uavhengig av dette. I tillegg identifiserer han seg ikke som en «stammer» ifølge hans egne ord først og fremst, selv om han er en person som stammer, som han selv sier:

«Nei, jeg er ikke noe bitter eller noe sånt for at jeg har det. Jeg tenker ofte at det kunne vært verre. Det kunne vært mye annet man kunne ha vært plaget med som hadde vært mer avgjørende for livet på ulike sider, sykdommer eller ja. Nei, det er jo noe som egentlig blir mer og mer klart for meg etter hvert (...)».

4.3 Å vite hvordan det kjennes å være annerledes

Det å leve med stamming har ifølge deltakernes beskrivelser ført til viktige refleksjoner rundt det å ikke være som alle andre. Flere beskrev ord som omsorgsfull, imøtekommende, forståelsesfull, og respektfull når de skulle beskrive seg selv. Likeverdighet og det å hjelpe andre, var også viktig for samtlige av deltakerne.

Flere deltakere oppga at det å stamme kan ha ført til sider ved dem selv, som de muligens ikke hadde hatt dersom de ikke stammet. Dette gjaldt blant annet verdier de hadde og knyttet til hvordan man skal behandle andre mennesker. En informant refererte til at han ikke ville vært foruten erfaringene fra ungdomsårene, fordi det har gjort han til den han er i dag.

Rasmus beskriver at det for han opplevdes som at det å stamme hadde en forsterkende effekt på rettferdighetssansen hans, og at det hadde lært han at alle har noe å bidra med. Han sier at det har lært han å reflektere over ting, og dermed har det gitt han noe positivt. Når en selv vet hvordan det er å møte motstand og ting ikke alltid har vært like enkelt, så er det lett å kjenne seg igjen i andre som er i samme situasjon beskriver han. Dette forklarer han er overførbart til mange grupper i samfunnet, enten en for eksempel har dysleksi, sitter i rullestol eller er en person som stammer:

«(...) Men når du selv sitter inne med de livserfaringene at det ikke alltid er så enkelt, da kan slike erfaringer være med på å forsterke [hvordan du behandler andre mennesker]».

Samtlige av informantene uttrykte at de har stor omsorg og bryr seg om andre, samt at det å stamme har ført til at de aldri har kunne plaget eller mobbet andre. I tillegg fortalte de at det å hjelpe andre gir dem mye. Flere beskrev at de evnet å sette seg inn i andres sted, og forstå deres situasjon. Phillip er støttekontakt, noe han lovet seg selv å bli etter at han selv kom utfor en ulykke og fikk støttekontakt. Han beskriver at fordi han har vært i samme situasjon selv, vet han hvordan det føles. For han er det viktig å bygge opp andre og deres selvtillit. Videre er han opptatt av at alle har ulike utgangspunkt og forutsetninger, og at det er nødvendig med forskjeller for at alle skal ha like muligheter:

«Jaja, altså alle har sine forskjellige utfordringer og da må det forskjellsbehandling til for å oppnå likhet. Det er jo aldri noen som er uenige. Vi er likens alle mann eller ikke like, men vi er likeverdig alle sammen».

Dette var en enighet blant flere av deltakerne. Lars forteller om tida på Harmrast som en tid fylt med medmenneskelighet og respekt for hverandre. Han beskriver det slik:

«Neida vi respekterte jo hverandre, om vi hadde noen diskusjoner så var det ikke noe problem. Vi lærte jo også at vi skulle respektere andre. Og andres meninger. Det var veldig veldig viktig. Det er klart at når man forstår andres meninger, så blir det ikke noe bråk. Jeg kunne jo si min mening, men jeg hørte jo samtidig på andres meninger. Så det er min overbevisning å være sånn».

4.4 Støttende relasjoner

Det som var felles beskrivelser fra alle informantene var at de hadde opplevd og opplevde støtte gjennom relasjoner og fellesskap. Dette var det flere eksempler på, både på Harmrast, i NIFS og blant venner og familie. Flere av deltakerne beskrev seg selv som sosiale personer, som omgikk seg med alle typer av mennesker i alle aldre. Informantenes åpenhet rundt egen stamming og i hvilken grad de snakket åpent om stammingen med andre var et tema som gikk igjen hos alle, men i varierende grad. Videre trakk deltakerne frem de sosiale forholdenes innvirkning på stammingens betydning for den enkelte. I dette ble det beskrevet hvilke relasjoner som gjorde det enklere å akseptere stammingen, og hvilke reaksjoner på stamming som deltakerne foretrakk å bli møtt med.

Alle informantene beskrev at når det gjaldt personer de kjente godt og sine nærmeste, opplevdes ikke stammingen som et hinder for dem i særlig grad. Da brydde de seg mindre om den enn om de eksempelvis møtte nye mennesker. Dette forklarte informantene med at når omgivelsene vet om stammingen, kunne skuldrene senkes rundt det å snakke. Lars beskrev fra tiden på Harmrast at han gjennom fellesskap og støtte fra læreren lærte seg å håndtere stammingen. Tobias trakk frem trygghet som en sentral del av å leve godt med stamming. Mange av deltakerne beskrev at dette hengte sammen med stammingens uforutsigbarhet og varierende egenart. Mikkel beskrev blant annet at i hans tilfelle stammet han svært sjelden i møtet med nye mennesker, og at stammingen kom frem etter hvert som han ble trygg. Det kom fram fra flere av deltakernes beskrivelser at mange i deres nettverk omtrent ikke visste at de stammet. Oppdagelsen av dette har for informantene vært et viktig steg mot å kunne akseptere stammingen. Rasmus knytter dette til aksept, han sier:

«Jeg har opplevd det samme fra flere. Ja du stammer ja, det har jeg ikke tenkt over. Sant så det er en tankevekker å ha med seg i hverdagen, om man stammer eller om man gjør sånn og sånn. Jeg tror det går ut litt på det samme».

En felles erfaring beskrevet av informantene var at reaksjoner på stammingen som gjorde at de kunne senke skuldrene og slappe av, var å foretrekke. Det hjalp både på stammingen og følelsene tilknyttet den. Flesteparten uttrykte at de ikke ønsket å bli avbrutt når de stammet. De forklarte at det foretrekkes når andre lytter og venter til de er ferdige å snakke, slik man gjør i de fleste tilfeller i dialog med andre. Dette forklarte deltakerne gjorde at stressnivået for å bli ferdig med det en skulle si gikk ned, og da ble det oftere også enklere å få sagt det en

ønsket. Presset til å ikke stamme ble følgelig mindre og taleflyten bedre. En av informantene hadde derimot et annet syn enn det som kom fram fra de andre. Fillip foretrakk at andre gjettet på hva han skulle si når han satt fast i et stammeøyeblikk:

«Men av og til når jeg stammer, bruker jeg bare å stoppe. Da liker jeg at folk hjelper. De kan bare gjette, så kan jeg nikke hvis det er rett. Ja, det heter at du ikke skal hjelpe når noen stammer, men det gjelder ikke for meg».

4.4.1 Å snakke om stammingen sin

Felles for alle informantene var at de beskrev at de kunne snakke om stammingen sin, og at de tenkte det å være åpen omkring stamming kunne bidra til å ufarliggjøre den. De beskrev imidlertid ulike utgangspunkt for å gjøre dette. To mente at dersom andre tok opp temaet når de selv ikke stod i et stammeøyeblikk, så var stammingen uproblematisk å snakke om. En deltaker beskrev at han gjerne kan snakke om stamming, men at det viser seg at folk generelt er opptatt av å snakke om andre ting. Likevel snakket han om stammingen sin i den grad det var behov for det, enten for å forklare hvorfor han trengte litt mer tid enn andre eller i forum det kunne hjelpe andre at han snakket om stamming. Mens de to siste informantene var helt åpne om stammingen sin, og snakket en god del om stamming med andre.

4.4.2 Humor som hjelpemiddel

Samtlige av informantene uttrykte at de brukte humor aktivt i sammenheng med stamming, noe som for mange også hang sammen med personligheten deres. Dette kom tydelig frem i måten de fortalte ulike historier fra livene sine som angikk dette med humor, ofte ledsaget med et godt smil eller et glimt i øyet. Både Mikkell og Fillip beskrev seg selv som «skøyere», ofte med en god kommentar på lur. Det var også de to som umiddelbart besvarte blant annet spørsmålet om hva som beskrev dem ved tre ord på følgende vis; Mikkell svarte: «Kul, stilig og... Neida. Jeg føler jeg er omsorgsfull, imøtekommende og humoristisk.», og Fillip sitt svar var: «Steikende grei kar, du sa jo tre ord». Ordspillet «Jeg stammer fra fjorden» var også noe han gjentatte ganger fortalte var noe han pleide å si. Rasmus beskrev også at han bruker humor og at det spøkes mye med blant annet stamming i kompisgjengen. Dette tror han er viktig i forhold til å komme videre i akseptfasen rundt stammingen. Lars forteller om tiden på Harmrast som en god periode i livet, med en sammensveiset og lettlivet gjeng med mye humor. Han husker spesielt en episode med romkameraten da de var på møte i en større forsamling og ble oppfordret til å ta ordet, han forteller det slik:

«Jeg husker et tilfelle. Læreren kom inn på at det var så mange unoter blant de stammerne. Så hadde jo jeg sagt om han romkameraten min, du vet at, når han bar fast så kom tunga ut av munnen. Jada, så jeg fortalte jo det i en munter samling. Så sa jeg at når jeg hilste på han første gangen, så trodde jeg at han skulle sleike meg på nesen. Og det tok læreren opp i plenum, så pekte han på meg. Også sa han at det kan du jo selv fortelle om, Lars. Jaja, da måtte jeg jo fortelle det. Ja, og det ble jo en kjempe applaus».

4.5 Akseptfaser – en livslang pågående prosess

Som den første kategorien belyste gjennom deltakernes beskrivelser, har ikke stammingen alltid vært like enkel å leve med. Samtlige beskrev at de gjennom livets mange erfaringer har påbegynt det som en informant omtalte som en akseptfase. Flere fortalte at de i dag har et avslappet forhold til egen stamming, men at det ikke alltid har vært slik. Phillip beskriver at han har akseptert stammingen og at han liker å stamme. Mikkel uttrykte at det ikke hadde vært noen store forskjeller dersom han ikke stammet, annet enn at han muligens ville snakket enda mer noe han ytret med et smil om munnen. Lars er av den oppfatningen at han bare må akseptere stammingen for det den er. Dette understreker også Tobias, som i tillegg er tydelig på at stammingen ikke er en så betydelig del av han lengre. Rasmus beskriver at dit han er kommet i akseptfasen nå, ikke alltid har vært tilfellet. Han understreker samtidig at prosessen sannsynligvis vil pågå resten av livet. Rasmus forklarer det slik:

«Ja, det er ikke riktig å si at det er noe spesielt punkt eller hendelse som har gjort at man har kommet i en akseptfase, det er vel et helt liv som har gjort det, mer eller mindre».

4.5.1 Å akseptere stammingen både innenfra og utenfra

Deltakerne beskriver hvordan aksept til stamming har vokst frem med livserfaring. Å akseptere at en stammer beskrives av flere av informantene som en gradvis prosess som har skjedd både innenfra ved utvikling og modning, og utenfra med påvirkning fra andre. Deltakerne utdyper at aksept har vokst frem hos dem gjennom modning, og følgelig har en ringvirkning blitt en større forståelse for at stammingen ikke er så betydningsfull som de kanskje trodde før. I tillegg har de gjennom støtte og samtaler som har styrket troen deres på at de er mer enn kun stammingen, også fått forsterket aksept utenfra. Rasmus forteller at det var en tankevekker å oppdage at vennene hans ikke definerte han basert på stammingen, og at det igjen førte til at han i stadig større grad klarte å akseptere stammingen som en del av seg selv. Videre beskriver han at oppdagelsen av at vennene verken rettet på han, kommenterte

eller sa noe om stammingen, men bare aksepterte han for den han var, på mange måter var starten på å akseptere stammingen. Han forteller det slik:

«Jeg tror det har vært en gradvis prosess, der jeg mer og mer har akseptert at vennene mine ikke så på meg som en stammer. Men de så på meg som en person som også stammet, dette når de ble påminnet det. Fordi de tenkte ikke over det, og det å finne ut av det blant vennene mine, det tror jeg var med på snu tankegangen min på at det er jo faktisk mer i hodet mitt enn kun blokkeringer av rare lyder. Det har kanskje vært en start på å begynne å bli akseptert og av meg selv også blant vennene».

4.5.2 Å få en følelse av kontroll

Samtlige av deltakerne beskrev at stammingen varierte i stor grad, og at hvor mye enhver stammet gikk i perioder. Faktorer som utpekte seg når det gjaldt stammingens uforutsigbarhet og variasjon var blant annet stress, søvn, forventningspress og hvor uthvilt en var. Deltakerne beskrev også at de opplevde at det varierer hvor mye en stammer, basert på hvem en snakker med. Derfor beskrev flere at det handlet om å få en følelse av at de selv kunne kontrollere stammingen, og stammingens innvirkning på dem selv. Mikkel uttrykte at han alltid har visst når stammingen kommer, og følgelig har han brukt dette for å gå rundt stammingen for å unngå talebrudd. Flere beskrev at de hadde lært seg teknikker for å redusere noe av uforutsigbarheten med talebruddene, og følgelig fått en følelse av kontroll. Tobias hadde oppnådd dette ved å legge inn frivillig stamming, og på den måten stammet han mer enn det han egentlig trengte. Dette var noe han beskrev som en måte å styre over stammingen på. Tobias forteller videre at han aktivt har tatt bestemte valg for å utfordre seg selv, og ikke la stammingen styre hvilke valg han skulle ta. Han beskriver at han aktivt bruker teknikken for å ha kontrollen på stammingen:

«At jeg ikke vet hvordan det kommer til å gå ja, og da så gjerne det at jeg stammet mer enn det jeg egentlig trenger å gjøre, for da er det jeg som tar kontrollen. Så det gjør jeg nå også. Jeg, det er ikke alltid når jeg stammer nå at jeg trenger å stamme, men jeg på en måte, det er litt sånn at jeg viser for meg selv, for stammingen, at det er jeg som har kontrollen».

Lars beskrev at han gjennom livet har identifisert hva som fungerer for han, og hva som må til for å stamme mindre. Det gjaldt å slappe mest mulig av, samt å hisse seg litt opp. Dette understreket også Rasmus gjaldt for seg.

4.5.3 Ulike grader av aksept

Deltakerne beskrev at aksept er noe som kan graderes i flere faser, og at det ikke handler om at enten har du akseptert stammingen eller så har du ikke gjort det. Også dette formidlet deltakerne at henger sammen med dagsform og i hvilken periode de befant seg i med stammingen. Flere uttrykte at det i en akseptfase bør være rom for toleranse, noe de begrunnet med at det vil variere hva en har overskudd til fra en dag til en annen. Rasmus forteller om et eksempel på en episode der han ikke fullt ut føler at han kan ha hodet hevet som følger av stammingens innvirkning på han, men han reflekterer samtidig over at det må finnes grader av aksept blant annet på grunn av dagsform. Han er bevisst på at stammingen ikke skal få bestemme over de store valgene han tar i livet. Dette beskriver han med at dersom han møter store problemstillinger eller er i de viktige situasjonene, er han klar på at stammingen ikke får en stemme. Hvis det derimot handler om småting, er det litt annerledes. Han forklarer det slik:

«Hvis jeg for eksempel går på kafe, og skal kjøpe meg en kake. Og det står en oreokake der som jeg har lyst på, så kan jeg noen ganger bare si: jeg skal ha den kaken, i stedet for å si oreokake. Da er dagsformen gjerne helt elendig og det kan være lang kø. Sant, så det blir mer på det nivået».

Mikkel forteller om en teknikk han lærte seg selv i forbindelse med å styre et spill i håndball når stammingen kunne gjøre det utfordrende å gi kjappe muntlige beskjeder til de andre. Han introduserte derfor bestemte håndbevegelser på treningen for å starte ulike angrep, som de andre lærte seg å tolke. Dette beskriver han som en måte å løse vanskene med å stamme i situasjoner hvor en er avhengig av kommunikasjon i høy hastighet. Videre forteller han at han aldri forklarte de andre hvorfor han gjorde dette, fordi det ikke ble stilt spørsmålstegn ved det og ingen trengte noen begrunnelse.

Mange av kategoriene ovenfor henger tett sammen, og flere går i hverandre. I neste kapittel vil disse drøftes opp mot foreliggende forskning og relevant teori.

5. Drøfting

I dette kapitlet vil funnene bli drøftet med utgangspunkt i foreliggende teori, samt til relevant forskning og litteratur på området. Redegjørelsen av stamming som taleflytvanske danner grunnlaget for forståelsen av vansken som er hovedtema for denne studien. Innledningsvis ble det i denne studiens aktualitet kastet lys over manglende forskning omkring stammingens faktorer som kan bidra til et godt liv. Problemstillingen for denne oppgaven var derfor følgende: «*Hvordan beskriver voksne personer det å leve et godt liv med stamming?*». Følgelig hvilke faktorer som har vært avgjørende for den enkelte for å kunne akseptere stammingen og stammingens innvirkning på eget liv. I dette er funn som er ansett å være mest sentrale for å besvare problemstillingen løftet frem. I påfølgende tekst vil dette drøftes opp mot forskning på området som enten kan vise til liknende funn eller funn som er motstridende. Drøftingen vil i det videre følge samme rekkefølge som kategoriene i funnene ble presentert ovenfor.

5.1 Stamming i et livsløpsperspektiv

Informantene ga sammenfallende beskrivelser omkring modningens og livserfaringenes betydning for deres tanker og følelser omkring egen stamming i dag. Mange beskrev videre at stammingen opplevdes vanskeligst i ungdomsårene, men at dette synet hadde endret seg med årene. Dette begrunnet de blant annet i at en får et større tidsperspektiv og forstår i større grad at livet går videre. Dette kan være vanskelig å forstå som ung, men det blir mer klart jo eldre og tryggere en blir på seg selv og sine omgivelser. Alt handler ikke om her og nå lengre, slik de fleste av informantene beskrev at de opplevde det i tenårene.

Livsløpsperspektiv kan defineres på ulike måter. Med utgangspunkt i de engelske begrepene *life-course perspective* og *life-span perspective* kan det forstås slik: «*The life-course perspective describes the ways in which various generations experience the biological, psychological, and sociocultural forces of development in their respective historical contexts*» (Kail & Cavanaugh, 2013, s. 20). Her knyttes begrepet til den historiske bakgrunnen til hvordan personer skaper sine liv. Videre defineres *life-span perspectives* slik: “*According to the life-span perspective, human development is multiply determined and cannot be understood within the scope of a single framework*” (Kail & Cavanaugh, 2013, s. 18). Her forklares grunnpremisset om at aldring er en livslang prosess gjennom modning og utvikling, og ingen enkeltperioder av livet kan forklares løst fra tidligere utviklingstrinn og

erfaringer (Kail & Cavanaugh, 2013). Også dette kan relateres til informantenes besvarelser omkring stammingens innvirkning på hvem de er, fordi erfaringene deres fra tidligere følger dem og har formet dem. Her settes fokuset med andre ord på alle aspekter ved en persons liv, samt hele livsløpet fra fødsel til død. Dette bidrar til at en kan løfte blikket og se ulike sider ved livet i et større perspektiv. Det bidrar samtidig til at det blir enklere å skille mellom livets bagateller og de virkelige store tingene.

5.1.1 Hjerneforskning og den vanskeligste tiden med stamming

Deltakerne beskrev ungdomsårene som den vanskeligste tiden med stamming. Dette begrunnet de i at det er en tid fylt med usikkerhet og et ønske om å finne seg selv. Dersom en trekker paralleller til hjerneforskning, kan det forklare deler av hvorfor denne tiden var mest utfordrende. I ungdomsårene er det emosjonshjernen som er styrende, noe vi kan kjenne igjen i informantenes beskrivelser av at denne tiden med stamming har vært vanskeligst. Hjernens utvikling som refleksjon på aksept til stamming kan også være en del av forklaringen, fordi mennesket med utvikling og modning lærer seg å regulere seg selv og sine følelsesmessige reaksjoner (Jensen & Nutt, 2016). Som følge av at vi styres av emosjonshjernen i ungdomstida, kan det derfor være vanskeligere å regulere egne følelser og emosjoner. Samt at disse emosjonene også ofte oppleves sterkere. Dette kan videre knyttes til reaksjoner på egen stamming, og dens utvikling og forankring hos hver enkelt som følge av å ha levd lenge med stamming.

Guitar (2014) refererer til at hjernens strukturer og funksjoner kan endres som følge av stamming og behandling på stamming, men at dette fremdeles er et relativt nytt forskningsområde det er lite forskning på. Områder som kan være bidragende i venstre og høyre hjernehalvdel er imidlertid identifisert. Blant annet gjelder dette de sensoriske, motoriske og strukturene for planlegging i venstre hjernehalvdel, som utvikles annerledes hos personer som stammer enn personer som ikke gjør det.

Årsakene til stamming er fremdeles ukjent, men markører som er avgjørende for utbrudd og utvikling av stamming er forklart blant annet gjennom den multifaktorielle modellen. Her ble også det nevrologiske opphavet til stamming belyst (Sønsterud & Hoff, 2017). Nervesystemet ble beskrevet som det nevrobiologiske grunnlaget for alt vi gjør, hvordan vi tenker og alle følelsesmessige reaksjoner (Haugen et al., 2006). Det henger således tett sammen med hjernen, som har som viktigste oppgave å koordinere og samordne påvirkningsstrømmen fra

oss selv og utenfra. Dette for at vi skal kunne tilpasse oss omgivelsene på en hensiktsmessig måte. En kan slik se informantenes beskrivelser av ungdomstida i lys av hjernens utvikling.

5.1.2 Før og nå

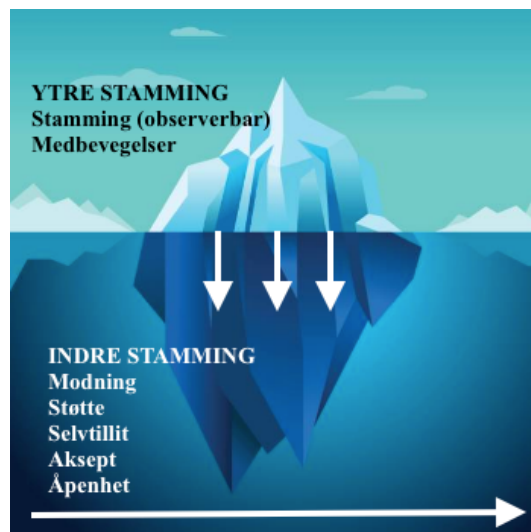
Denne undersøkelsen består som tidligere nevnt av deltakere med et aldersspenn fra 19 til 70 år, dermed har det historiske tilbakeblikket vært interessant vedrørende stamming. Blant annet på grunn av at en deltaker opplevde å gå på Harmrast, som var en egen skole for personer som stammer, mens ingen av de andre deltakerne gjorde det. Dette kan således studeres i et historisk perspektiv knyttet til hvordan en vurderer spesialpedagogikken i dag versus for 50 år siden. Samt hvordan forholdet mellom skole og samfunn i et større perspektiv har utviklet seg over tid. Etter *lov om spesialskoler* i 1951 ble det innført rett til opplæring for grupper som tidligere hadde falt utenfor skolesystemet. Loven gjaldt blant annet barn og unge med store talevansker som vergerådet vedtok å plassere i spesialskoler (Befring & Tangen, 2012). Den skolepolitiske vendingen i 1970-årene førte til nye retningslinjer som innebar retten til å vokse opp i sitt hjemmemiljø, og at opplæringen skulle foregå i størst mulig grad innenfor vanlig skole. Dette la grunnlaget for den viktige endringen som medførte at norsk spesialundervisning ble integrert i *lov om grunnskolen* (Befring & Tangen, 2012). Det viste seg til tross for dette at det ellers ikke var så store forskjeller på å vokse opp med stamming på 50-tallet og på 2000-tallet. Mange av de samme beskrivelsene gikk igjen blant informantene, enten de var 19 år, 70 år eller et sted imellom.

Ifølge Guitar (2014) utvikler stammingen seg gjennom det han kategoriserte som fem utviklingsmessige stadier i stammeutviklingen. Hvor graden av bevissthet tilknyttet egen stamming utvikles i takt med kjerneatferden til stammingen. Murphy referert i Preus (1987) hevder at selv om mange voksne personer som stammer aldri kommer til stadiet kalt avansert stamming, er det for mange slik at stammingen utgjør en vesentlig del av deres eksistens. Dette samsvarer ikke med funnene til denne studien. Flere av informantene refererte til at med livserfaring hadde synet deres på egen stamming endret seg. Modning var mye av årsaken til dette. Det er samtidig viktig å reflektere over at det ikke nødvendigvis alltid har vært slik, men at dette kan ha vært en prosess som har skjedd gradvis over tid. Det må også tydelig fremgå og understrekes at stamming her *ikke* nedvurderes, bagatelliseres eller neglisjeres. Hensikten er ikke å avfeie stamming som en vanske eller å minimalisere dens innvirkning på den enkelte. Dette kan begrunnes i at stamming oppfattes og oppleves forskjellig fra person til person. Og det er viktig å understreke at det for mange personer som stammer ikke alltid har

vært like enkelt å akseptere stammingen, slik vi har sett gjennom flere av informantenes besvarelser. Det er heller ikke gitt at alle deltakerne har avansert stamming, selv om det er voksne som utgjør utvalget i denne oppgaven. Det kan likevel si noe om stammingens forankring hos hver enkelt, ettersom de har stammet store deler av sine liv. Samtidig at de har kommet til et punkt av aksept i dag, noe som kan skape håp for andre som opplever noe av det samme.

5.1.3 Isfjellet

Guitar (2014) refererer til at en persons følelser tilknyttet stammingen kan være en like stor del av vansken som selve taleflytvansken i seg selv. Et isfjell har blitt anvendt for å illustrere stammingens flere lag, dette blir ofte omtalt som indre og ytre stammeproblematikk som beskrevet tidligere i oppgavens teori (Yairi & Seery, 2015). Her er begreper som redsel, unngåelse, skam og dårlig selvtillit brukt for å forklare stammingens skjulte side under overflaten. Denne oppgaven har hatt som formål å undersøke faktorer som bidrar til at personer som lever med stamming lever godt med stammingen, og på bakgrunn av funnene har en alternativ illustrasjon av isfjellet blitt laget, se figur 3:



Figur 3: et alternativt isfjell som illustrasjon på stammingen gjennom et livsløpsperspektiv, illustrert og laget selv.

Her er begrepene fra den originale symbolikken skiftet ut med begrepene modning, støtte, selvtillit, åpenhet og aksept. Disse er noen av faktorene som deltakerne har beskrevet som bidrar til at de lever godt med stammingen sin i dag. Videre beskrev samtlige at de hadde en

stor omsorgsevne og det som til sammen kan forklares som empatiske egenskaper, som de hadde ervervet som følge av å vite hvordan det kjennes å ikke være som alle andre. Medmenneskelighet og rettferdighet var noe som var viktige verdier for alle informantene. Basert på dette har sannsynligvis medmenneskelig og empatiske evner vokst frem som en del av det å være annerledes. Det har vært en grunnholdning som har gått igjen hos alle informantene.

5.2 Den sosiale viktigheten

Samtlige av deltakerne beskrev at for dem hadde nettverket deres blant venner og familie hatt en stor betydning for hvordan de betraktet egen stamming i dag. Dette har for øvrig vist seg å henge tett sammen med aksept, som vil presenteres i neste delkapittel. Samtidig kan dette relateres til dette forskningsprosjektets vitenskapsteoretiske sosialkonstruktivistiske ståsted og utgangspunkt, som er et kunnskapssyn som er opptatt av hvordan virkeligheten oppfattes (Ringdal, 2013). Og hvor fenomener studeres i sosialt samspill med omgivelsene, og hvor ny kunnskap blir til i møtet mellom mennesker.

For flere av informantene i denne undersøkelsen opplevdes stammingen mindre uforutsigbar og ubehagelig når de kunne slappe av. Og følgelig stole på at personene de samtalte med ga dem tid til å fullføre. På den andre siden, trakk flere frem forhold i samtalen med andre som kunne gjøre stammingen mer fremtredende. Det var gjerne relatert til forventningspress, stress og avbrytelser. Derfor kunne flere beskrive at det var enklere å stamme når de snakket med personer de kjente. Dette forklarte de med at de visste hva stammingen deres handlet om, og følgelig hvordan de skulle agere på det. Funnene i denne studien støttes av Hayhow, Cray og Enderby (2002) sin undersøkelse vedrørende stammingens innvirkning på livet til personer som stammer. Studien viste at blant faktorene de undersøkte som hadde størst innvirkning på stammingen til deltakerne, var det de sosiale forholdene som ble minst påvirket av stammingen. Samme studie viste at det ofte er i skolealderen de sosiale innvirkningene gjør seg spesielt gjeldende på vansken. Dette fordi måten stammingen blir møtt på av medelever kan forsterke frykten for å snakke, og følgelig spre seg til å gjelde i andre situasjoner. Dette kan knyttes til de underliggende faktorene i de første utviklingsstadiene av stamming, hvor en allerede kan ha etablert stressfaktorer tilknyttet egen tale (Guitar, 2014). Dette kan igjen knyttes til viktigheten av tidlig innsats og intervensjon for at en skal unngå at personer som stammer lærer seg medbevegelser og sekundær stammeatferd som mønster (Guitar, 2014).

Sosiale forhold som humor har i tillegg flere deltakere beskrevet som en viktig faktor, både for å håndtere stammingen men også generelt for den de er. Humor kan på mange måter være med å avvæpne stammingens lenker på en selv og i sosiale sammenhenger. Flere av deltakerne brukte gjerne humor for å ufarliggjøre stammingen. Samtidig vektla flere av informantene viktigheten av å være seriøs når det var tid og sted for det, og at humor måtte anvendes i situasjoner det egnet seg. Hvis ikke kunne det slå ut feil, og føre til at noen ble såret og lei seg. Igjen, trekkes viktigheten av trygghet frem som et viktig moment. Med dette menes det at en må være trygg på relasjonene i form av at en vet hvilke utsagn som tåles og hvilke som ikke gjør det.

Funnene som angår viktigheten av støtte i det sosiale understøttes av studien til Bailey, Harris og Simpson (2015). Studien utforsket hvordan den sosiale modellen for funksjonsnedsettelse kan anvendes i tilknytning til arbeidet med personer som stammer. Undersøkelsen viste i et vidt perspektiv at viktigheten og den potensielle verdien av å anvende modellen i blant annet stammebehandling kan ha stor nytteverdi. Dette vil med andre ord si at miljøfaktorer har en avgjørende betydning for hvordan stammingen kan oppleves av den enkelte.

5.2.1 Selvoppfatningen blir til i et samspill

Flere av deltakerne refererte til at stammingen utgjorde en del av deres identitet, og var tydelige på at de utgjorde mye mer enn kun denne delen av seg selv. Dette på bakgrunn av at deres omgivelser blant annet ikke ila stammingen en sentral betydning for hvem de var. Dette var en avgjørende oppdagelse for flere av studiens informanter. Imsen (2005) hevder at selvoppfatningen er noe som dannes mellom ytre reaksjoner og indre tanker om en selv i interaksjon. Dette samsvarer med informantenes beskrivelser av egen selvoppfatning basert på beskrivelsene av å leve med stamming. På den andre siden var samtlige innforstått med at stammingen var en del av dem, og hadde akseptert det selv om de ville vært foruten dersom det var et valg de fikk. Holdninger kan regnes som følelser som har blitt en del av en persons oppfatning (Guitar, 2014), følgelig kan en si at det har skjedd en holdningsendring blant deltakernes syn på egen stamming gjennom sosialt samspill.

Begrepene selvaksept, selvtillit og selvoppfatning henger tett sammen og kan således være gjensidig påvirkende og forsterkende (Imsen, 2005). Dette handler om hvordan vi betrakter oss selv både innenfra og gjennom andre. For eksempel forklarte Rasmus at hans syn på seg

selv og egen stamming hadde nådd et vendepunkt når han oppdaget at hans nærmeste ikke betraktet han basert på stammingen. Dette hadde vært en tankevekker for hans tankegang omkring egen stamming, og hvilken betydning han skulle gi stammingen.

Indre og ytre motivasjon kan i forlengelsen av det ovennevnte knyttes til et sosialpsykologisk perspektiv hvor motivasjon blir betraktet som et samspill mellom miljøfaktorer og personlighetsegenskaper (Imsen, 2011). Dette forklares med at mennesket blir motivert av mer enn kun ytre belønning, eksempelvis i form av hva en anser som personlige verdier og kvaliteter. Det ytre består av påvirkning utenfra som for eksempel utsagn fra venner, mens indre motivasjon vil være den enkeltes indre drivkraft til eksempelvis å nå et mål (Haugen et al., 2006). Imsen (2005) hevder at personligheten er et resultat av sosiale konstruksjoner, noe som støttes av denne studiens funn. Samtlige av informantene beskrev viktigheten av å ha støtte i sine sosiale omgivelser. Og at dette både var styrkende og avgjørende for deres syn på seg selv og egen stamming i dag. At andre ikke definerte dem basert på at de stammet var en viktig faktor knyttet til deres selvoppfatning.

5.2.2 Ufarliggjøring gjennom åpenhet

Samtlige av deltakerne beskrev at de i ulik grad snakket åpent om stammingen sin. To forklarte at de ofte pratet om egen stamming med andre, og at de ikke opplevde dette som problematisk. To andre beskrev at de helst ikke ville snakke om stammingen relatert til et stammeøyeblikk, men at dersom noen tok det opp på et senere tidspunkt var det uproblematisk å prate om. Og en beskrev at han ikke pleide å snakke om egen stamming i særlig stor grad, men at han kunne gjøre det i tilfeller det kunne være til hjelp for andre. Disse variasjonene samsvarer med funnene i undersøkelsen til Hayhow et al. (2002), hvor en tredjedel av utvalget opplevde en følelse av lettelse og betryggelse av å kunne snakke åpent om stammingen med andre. Dette kan ses i sammenheng med at individuelle forskjeller og personlig egenskaper, samt kulturelle betingelser, vil være ulik fra person til person.

Åpenhet anbefales av flere og vektlegges i arbeidet med personer som stammer (Guitar, 2014; Yairi & Seery, 2015). Dette kan som funnene i denne studien viser bre seg over mange situasjoner og kontekster også utover behandling, som eksempelvis i vennskap og ved engstelse for å stamme. I forlengelsen av frykten for å stamme som omhandler den emosjonelle siden av vansken, kan dette relateres til stammingens utvikling. Dette fordi en kan se en økende bevissthet og frustrasjon til egen stamming, jo lengre en kommer i

stammeutviklingen (Guitar, 2014). Ettersom etablerte stressfaktorer til stamming kan føre til betingede følelsesmessige reaksjoner, kan en forhindre at negative tanker om en selv utvikles dersom en tidlig kan være åpen omkring stammingen. Derfor understreker Guitar (2014) viktigheten av åpenhet fordi personer med avansert stamming ofte kan ha stammeatferd som både involverer emosjoner og kognisjon som vil kunne løses opp ved å snakke om det. Dette forklares med at ettersom det følelsesmessige aspektet ved stamming ofte kan oppleves som like utfordrende som selve stammingen, vil åpenhet være en effektiv måte å overkomme dette på (Guitar, 2014; Yairi & Seery, 2015). Sønsterud, Howells og Hoff (2014) understøtter dette og vektlegger således at åpenhet kan være med å alminneliggjøre stammingen, og de ringvirkningene dette kan få for aksept.

Ifølge Yairi og Seery (2015) sin behandlingsmetode innebar nettopp åpenhet et av de første stegene i stammebehandling. Videre bestod neste steg av at familiemedlemmer eller nære personer av den som stammer skulle bli invitert med inn i en behandlingstime hvor klienten deler sine erfaringer av å vokse opp og leve med stamming. Dette kan ofte være en prøvelse for den voksne som stammer, fordi det er ofte vanskeligere å åpne seg opp for sine nærmeste enn en fremmed. Dette skilte seg fra deltakernes beskrivelser, fordi de syntes det var enklere å snakke om stammingen med sine nærmeste.

5.3 Flere veier til aksept

Med utgangspunkt i det ovennevnte kan aksept her forklares som en tosidig prosess med forsterkende effekt. Med dette menes det at akseptfasene hos deltakerne har vokst frem som følge av en indre modning og ytre påvirkning fra omgivelsene. Dette har vært viktige prosesser i interaksjon med hverandre som har bidratt til at stammingen gradvis har blitt mer akseptert av informantene selv. Aksept kan beskrives ved at en ikke møter negative følelser og tanker med motstand, men at en i stedet åpner opp og lar det være som det er (Crane & Sjøbu, 2014; Harris & Thorbjørnsen, 2013). Her kan motivasjonsbegrepet trekkes inn som grunnlaget for alt vi gjør, og hvorfor vi gjør det vi gjør som følge av et indre driv. På den måten kan indre motivasjon være sentral i arbeidet med å akseptere egen stamming. En grunnleggende forståelse i at nervesystemet er styrende for alle følelsesmessige reaksjoner og tenkning kan ytterligere forklare hvorfor vi handler slik vi gjør. Som vi har sett er den viktigste oppgaven til nervesystemet å samordne og koordinere påvirkningsstrømmen både utenfra og fra oss selv, slik at vi kan tilpasse oss omgivelsene på en hensiktsmessig måte

(Haugen et al., 2006). På den måten vil det samtidig innebære at en lærer å håndtere indre påvirkning fra en selv også på en hensiktsmessig måte, noe det var flere eksempler på at deltakerne gjorde i dag knyttet til egen holdning til stamming.

Stamming kan oppleves som en uforutsigbar og kompleks vanske for mange (Sønsterud & Hoff, 2017). Det å akseptere stammingen handler derfor nettopp om å akseptere at enkelte dager er den kanskje mer fremtredende og plagsom, og da må det være aksept for det. Dette kan relateres til tilpasninger som en er nødt til å gjøre for å kunne leve godt med stammingen. Rasmus forklarte dette med et eksempel hvor han skapte rom for å la stammingen være og følgelig gjøre det enklere for seg selv. Som definisjonen til Shapiro (2011) lød, er det den enkeltes oppfatning og subjektive opplevelse av stammingen som bør tillegges størst betydning. Derfor kan dette med ulike grader av en akseptfase være et godt utgangspunkt for å kunne leve godt med stamming.

Aksept kan på den måten være en av nøklene for et godt liv med stamming. Stamming er en vedvarende taleflytvanske som følger en livet ut, og kanskje er en nyttig metode for å leve godt med stammingen å lære seg å akseptere den som den er. Dette understøtter både Guitar (2014) og Yairi og Seery (2015) som har stort fokus på aksept i sine arbeid med behandling av personer som stammer. Det virker til at de fleste ville vært foruten stammingen dersom de kunne valgt det, men når den først er der gir de den ikke rom for å være til hindring. Dette gjaldt denne studiens deltakere. Som en hvilken som helst annen attributt ved et menneske må en lære seg å godta at det er kun en del av en selv. Noen er høye, andre er lave, mens noen stammer. I denne sammenhengen trakk også flere av informantene frem at det er mange andre vansker som har langt større betydning for hvordan en har det i livet, og følgelig beskrev de at det kunne vært verre.

5.3.1 Selvaksept

Flere av deltakerne beskrev at oppdagelsen av at deres nærmeste ikke definerte dem basert på stammingen, opplevdes som starten på en akseptfase og en tankevekker. Studien til De Nardo et al. (2016) undersøkte selvaksept relatert til flere forskjellige forhold. Eksempelvis forhold som psykososiale faktorer, behandlingshistorikk og tidligere rapporterte variabler tilknyttet selvaksept og stamming, for eksempel alder og stammingens alvorlighetsgrad. Studien konkluderte med at et fundament på området var etablert, men at det var behov for mer forskning omkring selvaksept og stamming. Dette blant annet for å identifisere kausaliteter og

implikasjoner til kliniske behandlingsmetoder. Dette kan derfor i forlengelsen av det ovennevnte relatert til viktigheten av aksept tilknyttet stamming, være et sentralt nyansert fokus for fremtidig forskning.

Selvaksept ble forstått som hvordan vi verdsetter oss selv. Dette kan påvirkes av hvordan vi vurderer oss selv i relasjon til andre gjennom ytre påvirkning og innenfra av oss selv (Haugen et al., 2006). Sett ut ifra et sosiokulturelt perspektiv er mennesket født sosialt, og inkluderes således i det sosiale samspillet fra fødselen av (Imsen, 2011). Her regnes språket som sentralt, fordi det utgjør redskapet som forbinder individet til kulturen. Dermed henger selvaksept tett sammen med aksept utenfra. Dette kan samtidig forbindes med oppmerksomt nærvær som innebærer at en skal være i stand til å leve med alle typer av følelser og tanker. Med dette menes det at vi skal ta et skritt tilbake å betrakte oss selv utenfra, heller enn å måle selvfølelsen vår i antall positive eller negative sider.

5.3.2 Kognitiv nærvær

Studien til Menzies et al. (2009) viste til at kognitiv terapi i arbeid med personer som stammer støttes i litteraturen av mange. Et eksempel er kognitiv restrukturering som innebærer at negative overbevisninger og bedømmelser som tidligere har dominert skal utfordres med nye mer hensiktsmessige tankemønstre. Dette er verktøy som kan tenkes å fungere i arbeid med stamming og aksept til egen stamming. Schei (2015) understøtter dette og refererer til kognitiv terapi som et «multiverktøy», selv om det i utgangspunktet ble utviklet for psykiatri. Dette peker på at kognitiv terapi kan anvendes av flere fagområder enn det som var opprinnelig tenkt.

Gjennom kognitiv terapi basert på oppmerksomt nærvær er hovedfokuset på å lære og være bevisst på vanemessige unngåelsesstrategier knyttet til ubehagelige opplevelser. Dette er direkte overførbart til stamming og stammebehandling. Som tidligere beskrevet både av deltakerne for denne studien og i oppgavens teoridel, kan stamming for mange oppleves som en ufrivillig, utfordrende og uforutsigbar vanske å leve med. Dette kan videre føre til utvikling av sekundæratferd i form av flukt- og unngåelsesatferd (Guitar, 2014). Følgelig kan følelser relatert til det å stamme være vanskelig og ubehagelig. Dersom en tar utgangspunkt i oppmerksomt nærvær, kan en lære seg å være bevisst disse følelsene og følgelig jobbe for å avlære disse. På den måten kan dette henge sammen med resiliens som er en dynamisk

prosess hos individet, hvor vedkommende tilpasser seg og takler konfrontasjon med sterk motgang (Craig et al., 2011). Dette var det flere eksempler på blant deltakerne.

Kognitiv empati innebærer å finne ut hva som egentlig betyr noe for en persons vurderinger og følelser, uten å anta, gjette eller generalisere (Schei, 2015). Dette kan være et nyttig utgangspunkt for å få et innsyn i hvordan personer som lever med stamming opplever det å stamme. Poenget vil være å trå inn i personens perspektiv for å se og erfare livet slik han eller hun gjør, så langt det lar seg gjøre. Således å forstå det kognitive underlaget for følelsene til den enkelte (Schei, 2015). Basert på beskrivelsene til deltakerne i denne studien var dette noe de hadde tilegnet seg i høy grad, noe i de ulik grad tilskrev stammingen. Det var imidlertid enighet om at de som følge av å vite hvordan det føles å ikke være som alle andre, enklere kunne sette seg i andres sted og forstå deres perspektiv. Dette fikk ringvirkninger som gjorde at deltakerne satte mellommenneskelige verdier høyt, og hadde en grunnleggende holdning om at alle mennesker er like mye verdt.

5.3.3 Å eie stammingen

Basert på deltakernes beskrivelser, var det flere eksempler på metoder de hadde utviklet og lært seg for å få en følelse av å være i kontroll over stammingen. Noen av deltakerne hadde lært seg spesielle teknikker som gjorde at de kunne styre over stammingen og hvordan den påvirket dem. Det angikk både å legge inn frivillig stamming og kroppslige bevegelser som signal på ulike kommunikative instruksjoner. Dette beskrev de hjelp mot stammingens uforutsigbarhet. Det var flere faktorer som til sammen utgjorde deltakernes følelse av å ha styringen over stammingen sin. Dette innebar både indre og ytre faktorer, kognitive restruktureringer, teknikker for å kontrollere stammingens uforutsigbarhet og åpenhet. Dette kan en kjenne igjen som fokus for behandlingen innen modifisering av stammemodifiserende behandling (Yairi & Seery, 2015). På det emosjonelle planet bidrar denne prosessen til alternative handlingsmønstre for stamming, slik at personen som stammer får en følelse av makt og selvkontroll over situasjonen og hvordan stammingen skal arte seg (Yairi & Seery, 2015). Dette er gjenkjennbart i beskrivelsene til deltakerne. For å oppsummere talefokusert behandling under ett, kan en si at hensikten er å lære nye måter å styre enten stammingen eller talemåten på. Dette gjennom å utfordre personer som stammer til å forlate tidligere etablerte talemønstre og tilpasse seg nye mer hensiktsmessige talemønstre (Yairi & Seery, 2015). Dette var blant annet et tema for Lars på hans opphold ved Harmrast.

Preus (1987) viser til at for noen personer som stammer vil stammingen være styrende blant annet for deres yrkesvalg, og slik være begrensende i forhold til at en velger vekk yrker som stiller høye krav til kommunikasjon. Dette understøttes av definisjonen til DSM-IV som trekker frem at forstyrrelsen av taleflyt kan vanskeliggjøre forhold som blant annet angår yrkesvalg (Ramberg & Samuelsson, 2008). I denne studiens funn viste dette seg å være noe som eksempelvis Tobias bevisst hadde valgt å ikke la seg styre av. Han skulle som ung voksen bli teppeselger nettopp for *ikke* å gjemme seg vekk på et arkiv. Her vil likevel individuelle forskjeller spille inn i like stor grad som stammingens rolle for en persons valg. Conture referert i Preus (1987) trekker frem at det er store individuelle forskjeller hva angår personlighet og personlige egenskaper, samt miljø og erfaringer. Dette har også betydning for hvem en er, og følgelig kan en ikke trekke generelle slutninger som vil gjelde for alle. Det var dog enighet blant alle informantene i denne studien at stammingen ikke skulle få styringen, og spesielt ikke i tilfeller hvor det handlet om større valg i livet.

Et viktig moment i dette kan oppsummeres med at en søker å finne hvilke faktorer som gjør at stammingen er mest mulig stabil, som igjen kan være med å gjøre det enklere å leve godt med stamming. Det finnes som vi vet ingen kur for å slutte å stamme, men kanskje kan det å gi verktøy for å takle og håndtere det ufrivillige aspektet knyttet til stamming bidra til at det er enklere å leve med. Samtidig kan alternative reaksjoner i stammeøyeblikket ruste personer som stammer til å håndtere stammingen bedre. Ved å fjerne deler av uforutsigbarheten og gi en følelse av kontroll kan det oppleves enklere for personer som stammer. Dette ble understreket av flere av informantene i denne studien.

6. Konklusjon

Formålet med denne studien var å undersøke hvordan voksne personer som stammer beskriver det å leve godt med stammingen sin. På bakgrunn av problemstillingen ble det utformet to forskningsspørsmål som skulle være retningsgivende og ledsagende for å besvare oppgavens problemstilling. Stamming er for 1% av befolkningen en vedvarende taleflytvanske som varer livet ut, og jeg har på bakgrunn av problemstillingen søkt å finne frem til personer som lever godt med stammingen sin gjennom denne undersøkelsen.

Basert på denne studiens funn har livserfaring og modning vært to sentrale faktorer som har bidratt til at studiens deltakere har gode liv med stamming i dag. De har beskrevet at tidsbegrepet endrer seg og at en får et større og tydeligere perspektiv på hva som er viktig i livet, jo eldre en blir. Funnene viser at informantenes erfaringer og beskrivelser i stor grad samsvarer, samtidig som det finnes variasjoner. Det var enighet blant deltakerne at stammingen i ungdomsalderen var vanskeligst, og at det følgelig ikke alltid hadde vært uproblematisk å leve med. Dette fordi mange opplever ungdomsårene som en utfordrende tid i seg selv, uten å ha taleflytvsanser. Sentralt for mange unge er det hvordan en oppfattes av andre, og dette er gjerne styrende for valg en tar. For deltakerne utgjorde stammingen en ekstra dimensjon i denne tiden hvor en helst ikke vil skille seg ut, eller vise sårbare sider ved en selv. En annen felles oppfatning blant informantene var at de i dag hadde akseptert stammingen, og at den var en del av deres identitet – *ikke hele*. Dette var en forståelse som hadde vokst seg frem gjennom livets erfaringer og modning. I tillegg var et fellestrekk at samtlige av informantene hadde utviklet en særlig sterk empatisk evne, noe de i ulik grad tilskrev stammingen. Dette begrunnet de i at fordi de kjente til følelsen av å være annerledes, ga det en ekstra omsorg og vilje til å bry seg om andre. Medmenneskelighet og rettferdighet står svært sentralt i denne konteksten blant studiens deltakere.

Med indre faktorer forstås det her de iboende egenskapene og personlighetene til de enkelte deltakerne. Her vil det således være individuelle forskjeller. Det var også flere fellestrekk som gjorde at de i dag hadde fått en sunn holdning og innstilling til egen stamming. De fleste informantene i denne studien har hatt erfaringer fra tidligere hvor stammingen ikke har vært uproblematisk. Likevel har de som følge av livserfaring, støttende relasjoner og modning kommet til et sted av aksept for stammingen i dag. Flere har som følge av motgangen de

opplevde i ungdomsårene blitt sterkere, og kan således beskrives som resiliente. I forlengelsen av dette har de funnet sider ved seg selv som har vært til hjelp for andre.

Når det gjelder de ytre faktorene hos den enkelte, innebærer det i denne sammenhengen de sosiale forholdene og miljømessige reaksjonene. De sosiale faktorene i egne nettverk stod sterkt hos informantene. Flere oppga også at det var gjennom vennenes reaksjoner at de selv hadde begynt å akseptere stammingen. Det ble beskrevet av en informant som en slags åpenbaring at stammingen ikke var så viktig som det han selv hadde hatt en forforståelse for. Dette opplevdes for han som startskuddet på en akseptfase, som fortsatt pågikk. For mange ble det et vendepunkt når de oppdaget at vennene deres omtrent ikke merket at de stammet. Dette handler om åpenhet som er anbefalt i behandlingen for å ufarliggjøre stammingen og dens betydning og innvirkning på den enkelte. Funnene viste videre at det for samtlige av informantene hadde vært viktig at de som stod de nært aksepterte stammingen, og humor viste seg å være nok et fellestrekk for å håndtere stammingen på en hensiktsmessig måte.

Som vi har sett av drøftingen henger den sosiale viktigheten og aksept tett sammen, og dette har som nevnt for deltakerne i denne studien vært av avgjørende betydning. Dette kan igjen relateres til stammingen i et livsløpsperspektiv som har vært en annen sentral faktor i det å leve godt med stammingen sin i dag. Aksept er noe som både kan komme innenfra i seg selv, og utenfra fra andre. Det kan på den måten være en gjensidig forsterkende prosess, som bringer aksept for egen stamming frem. Åpenhet har vært en viktig nøkkel for dette. Stammingens påvirkningskraft på den enkelte har sammenheng med personlighet, innstilling, holdning, alder og modning. Samt selvoppfattelse. Det gode liv er ikke konstant, det svinger. Følgelig vil hver enkelt sin oppfatning av hva det gode liv er, være ulikt fra person til person og styrende for hva en legger i begrepet. Dermed er den subjektive beskrivelsen sentral, fordi hva som er viktig for en person vil variere.

Implikasjoner til videre forskning kan med fordel angå stamming og selvaksept. Det har vært et sentralt moment for denne studiens informanternes liv å akseptere egen stamming, som igjen har vært ledende mot det å leve godt med stammingen sin. Dette viser nye studier at det er mangler på i forskningen (De Nardo et al., 2016). Studien til De Nardo et al. (2016) presenterer en mulig hypotese om at selvtillit og selvaksept knyttet til stamming kan være nært beslektet, men dette er frem til i dag fortsatt ikke forsket tilstrekkelig på. Craig et al. (2011) antyder at det ville vært fordelaktig, hensiktsmessig og utviklende for fremtidig

forskning å knytte stammingens natur til en modell med risiko- og beskyttelsesfaktorer. En slik modell hevder de vil muliggjøre avdekking av kritiske faktorer som kan fremme eller hemme utvikling av psykiske vansker hos personer med vedvarende stamming.

Tanken var å finne frem til positive faktorer gjennom å intervjuere personer som lever godt med stamming i dag, og gjennom deres erfaringer kunne hjelpe andre i samme situasjon. En kan ikke bytte personlighet, men en kan lære av andre og deres tankesett, og hvordan de takler og håndterer det å stamme. Dette vil være avgjørende å ha med seg som fremtidig logoped for å jobbe med denne gruppen, men også innenfor andre logopediske fagfelt. På den måten kan funnene fra denne undersøkelsen være overførbare til andre fagområder innenfor logopedien, og ha nytteverdi utover det som er fokus for denne studien. Dette til tross for at studien har anvendt kvalitativ metode hvor statistiske generaliseringer følgelig ikke har vært målet for undersøkelsen. Men hvor ekstern validitet, eller overførbarehet, og det å kunne overføre funn til andre grupper enn de som var deltakere i studien er sentralt.

Når det gjelder implikasjoner denne studien kan bidra til i fremtidig praksis, vil funnene i seg selv være bidragsyttende for klinisk bruk. Faktorer som sammen har vært viktige for denne studiens deltakere for å leve godt med stammingen sin, kan således være gode utgangspunkt for fremtidig arbeid og praksis. I denne sammenhengen kan sentrale refleksjoner være å fokusere på hva som vil være viktig i arbeidet med hver enkelt person som stammer, hvordan jeg som logoped kan hjelpe og støtte disse personene på best mulig måte, samt å finne ut av hva som er viktig for hver enkelt for å kunne ha et godt liv med vanskene. Det har vært til stor hjelp å få et innblikk i hvordan det å stamme har opplevdes av personer som stammer. Og videre hva som har hjulpet, eventuelt hva som ikke har hjulpet for å leve godt med stammingen. Samt hvilket fokus de har hatt tidligere, og hvilket fokus de har i dag. Dette vil være betydningsfulle og avgjørende refleksjoner å ta med seg i arbeidet som logoped.

Litteraturliste

- Albrigtsen, A., Stauri, T. & Wright, M. A. (2017). *Ord til besvær : livet med stamming*. Oslo: Abstrakt forl.
- Alm, P. (1997). *Stammen : om stammens årsager og behandling*. København: Gyldendal.
- Alm, P. (2014). Stuttering in relation to anxiety, temperament, and personality: Review and analysis with focus on causality. *Journal of Fluency Disorders*, 40, 5-21. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jfludis.2014.01.004>.
- Bailey, K., Harris, S. J. & Simpson, S. (2015). Stammering and the Social Model of Disability : Challenge and Opportunity. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 193, 13-24. doi: 10.1016/j.sbspro.2015.03.240.
- Befring, E. & Tangen, R. (2012). Retten til utdanning for alle. I *Spesialpedagogikk* (108-128). Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Bjerke, T. & Haugen, R. (2006). Tidlig utvikling: Modeller og sentrale teorier. I R. Haugen (Red.), *Barn og unges læringsmiljø 1. Grunnleggende prosesser i læring og utvikling* (120-156). Kristiansand: Høyskoleforlaget AS - Norwegian Academic Press.
- Connery, A., McCurtin, A. & Robinson, K. (2019). The lived experience of stuttering: a synthesis of qualitative studies with implications for rehabilitation. *Journal Disability and Rehabilitation*, 1-11. doi: 10.1080/09638288.2018.1555623.
- Craig, A., Blumgart, E. & Tran, Y. (2011). Resilience and Stuttering: Factors That Protect People From the Adversity of Chronic Stuttering. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 54, 1485-1496. doi: 10.1044/1092-4388(2011/10-0304).
- Crane, R. & Sjøbu, A. (2014). *Mindfulnessbasert kognitiv terapi : en innføring*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode* (2. utg.). Oslo: Universitetsforl.
- De Nardo, T., Gabel, M. R., Tetnowski, A. J. & Swartz, R. E. (2016). Self-acceptance of stuttering: A preliminary study. *Journal of Communication Disorders*, 27-38. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jcomdis.2016.02.003>.
- Garsten, M. & Lundström, C. (2008). Stamning och skenande tal hos barn. I L. Hartelius, U. Nettelbladt & B. Hammarberg (Red.). *Logopedi* (433-444). Lund: Studentlitteratur AB.
- Guitar, B. (2014). *Stuttering : an integrated approach to its nature and treatment* (4th ed.). Philadelphia, Pa: Lippincott Williams & Wilkins.
- Harris, R. & Thorbjørnsen, K. M. (2013). *ACT : enkelt og greit : en innføring i aksept- og forpliktelsesterapi*. Oslo: Gyldendal akademisk.

- Haugen, R., Bjerke, T. & Fønnebo, B. (2006). *Barn og unges læringsmiljø : 1 : Grunnleggende prosesser i læring og utvikling* (2. utg., 1). Kristiansand: Høyskoleforl.
- Hayhow, R., Cray, A. M. & Enderby, P. (2002). Stammering and therapy views of people who stammer. *Journal of Fluency Disorders*, 27, 1-17.
- Helland, T. (2012). *Språk og dysleksi*. Bergen: Fagbokforl.
- Helsedirektoratet. (2015). *ICD-10: Den internasjonale statistiske klassifikasjonen av sykdommer og beslektede helseproblemer 2015*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Hjerm, M. & Lindgren, S. (2011). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig analyse*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Høigård, A. (2013). *Barns språkutvikling : muntlig og skriftlig* (3. utg.). Oslo: Universitetsforl.
- Imsen, G. (2005). *Elevens verden: innføring i pedagogisk psykologi* (4). Oslo: Universitetsforlaget.
- Imsen, G. (2011). *Hva er pedagogikk* (39). Oslo: Universitetsforl.
- Jensen, F. E. & Nutt, A. E. (2016). *Tenåringshjernen: hjerneforskerens overlevelsesguide til livet med ungdom*. Oslo: Pax.
- Johannessen, A., Tufte, P. A. & Christoffersen, L. (2006). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (3. utg.). Oslo: Abstrakt forl.
- Kail, R. V. & Cavanaugh, J. C. (2013). *Human Deleopment: A Life-Span View* (6). Wadsworth: Cengage Learning.
- Kelman, E. & Nicholas, A. (2008). *Practical intervention for early childhood stammering : palin PCI approach*. London: Speechmark Publishing.
- Kvernbekk, T. (2002). Vitenskapsteoretiske perspektiver. I T. Lund (Red.), *Innføring i forskningsmetodologi* (19-78). Oslo: Unipub, 2002.
- Larsen, A. K. (2017). *En enklere metode : veiledning i samfunnsvitenskapelig forskningsmetode* (2. utg.). Bergen: Fagbokforl.
- Lind, M. (2000). *Ord som ikke vil : innføring i språkpatologi*. Oslo: Novus forl.
- Logan, K. J. & Conture, E. G. (1997). Selected Temporal, Grammatical, and Phonological Characteristics of Conversational Utterances Produced by Children Who Stutter. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 40(1), 107-120.
- Malt, U. F. & Mykletun, A. (2018). Psykiske lidelser: Diagnostikk, utbredelse og behandlingsorganisering. I U. F. Malt, O. A. Andreassen, E. A. Malt, I. Melle & D. Årslund (Red.). *Lærebok i psykiatri* (15-38). Oslo: Gyldendal Akademisk.

- Malterud, K. (2012). Systematic text condensation: A strategy for qualitative analysis. *Scandinavian Journal of Public Health*, 40, 795-805. doi: 10.1177/1403494812465030.
- Malterud, K. (2017). *Kvalitativ metasyntese som forskningsmetode i medisin og helsefag*. Oslo: Universitetsforl.
- Menzies, R. G., Onslow, M., Packman, A. & O'brian, S. (2009). Cognitive behaviour therapy for adults who stutter: A tutorial for speech-language pathologists. *Journal of Fluency Disorders*, 34, 187-200. doi: 10.1016/j.jfludis.2009.09.002.
- Moen, I. (2000). Fonetikk og fonologi. I M. Lind, H. Uri, I. Moen & K. M. Bjerkan (Red.). *Ord som ikke vil : Innføring i språkpatologi* (96-132). Gjøvik Trykkeri: Novus forlag.
- Myers, D., Abell, J. & Sani, F. (2014). *Social psychology* (2). New York: McGraw Hill Higher Education.
- Nortvedt, P. & Grimen, H. (2004). *Sensibilitet og refleksjon : filosofi og vitenskapsteori for helsefag*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Postholm, M. B. (2010). *Kvalitativ metode : en innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier* (2. utg.). Oslo: Universitetsforl.
- Preus, A. (1987). *Stamming og løpsk tale* (2). Oslo: Universitetsforlaget.
- Ramberg, C. & Samuelsson, C. (2008). Stamning och skenande tal hos vuxna och ungdomar. I L. Hartelius, U. Nettelbladt & B. Hammarberg (Red.). *Logopedi* (445-457). Lund: Studentlitteratur AB.
- Reilly, S., Onslow, M., Packman, A., Wake, M., Bavin, E. L., Prior, M., . . . Ukoumunne, O. C. (2009). Predicting stuttering onset by the age of 3 years: a prospective, community cohort study. *Journal abbreviation Pediatrics*, 123(1), 270-277. doi: <http://dx.doi.org.eazy.uin.no:2048/10.1542/peds.2007-3219>.
- Ringdal, K. (2013). *Enhet og mangfold* (3). Bergen: Fagbokforlaget.
- Ryen, A. (2002). *Det kvalitative intervjuet : fra vitenskapsteori til feltarbeid*. Bergen: Fagbokforl.
- Schei, E. (2015). *Lytt - Legerolle og kommunikasjon*. Oslo: Fagbokforlaget.
- Shapiro, D. A. (2011). *Stuttering intervention : a collaborative journey to fluency freedom* (2nd ed.). Austin, Tex: PRO-ED.
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (1996). *Selvoppfatning, motivasjon og læringsmiljø*. Oslo: TANO A.S.
- Smith, A. & Weber, C. (2017). How Stuttering Develops: The Multifactorial Dynamic Pathways Theory. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 60, 2483-2505. doi: http://doi.org/10.1044/2017_JSLHR-S-16-0343.

- Sønsterud, H. & Hoff, K. (2017). Hva er stamming? I A. Albrigtsen, T. Stauri & M. A. Wright (Red.). *Ord til besvær* (123-132). Oslo: Abstrakt forlag AS.
- Sønsterud, H., Howells, K. & Hoff, K. (2014). Hva er stamming? ; sett i relasjon til tidlig stammeforløp. *Norsk tidsskrift for logopedi*, 60, 6-13.
- Thurén, T., Gjerpe, K. & Gjestland, D. (2009). *Vitenskapsteori for nybegynnere* (2. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Welford, M. & Røen, P. (2015). *Å bygge selvtillit gjennom selvmedfølelse : en selvhjelpsguide basert på kognitiv atferdsterapi*. Bergen: Fagbokforl.
- World Health Organization. (1999). *ICD-10 : psykiske lidelser og atferdsforstyrrelser : kliniske beskrivelser og diagnostiske retningslinjer*. Oslo: Universitetsforl.
- Yairi, E. & Ambrose, N. (2013). Epidemiology of stuttering: 21st century advances. *Journal of Fluency Disorders*, 38(2), 66-87. doi: 10.1016/j.jfludis.2012.11.002
- Yairi, E. & Ambrose, N. G. (1999). Early Childhood Stuttering I: Persistency and Recovery Rates. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 42(5), 1097-1112. doi: 10.1044/jslhr.4205.1097
- Yairi, E. & Seery, C. H. (2015). *Stuttering : foundations and clinical applications* (2nd ed.). Boston: Pearson.

Vedlegg

Vedlegg 1: Intervjuguide

Vedlegg 2: Informasjonsskriv og samtykkeskjema

Vedlegg 3: Godkjenning fra NSD

Intervjuguide

Problemstilling:

Hvordan beskriver voksne personer som stammer det å leve et godt liv med stamming?

Innledning

Forklare hensikten med intervjuet og formålet med prosjektet

Anonymitetsbeskyttelse

- Ingen vil bli gjenkjent og det vil bli gitt fiktive navn
- Kun jeg vil lytte til lydopptaket

Biografiske data:

- Dato
- Sted/ kontekst
- Tid
- Respondentens navn og alder
- Familiehistorikk med stamming

Hvem er du?

- Kan du fortelle litt om deg selv?
- Hva karakteriserer deg?
- Hvordan tror du andre ville beskrevet deg?
- Beskriv deg selv med tre ord

Stammingens rolle i eget liv

Hva tenker du har vært mest betydningsfullt for deg i din historie rundt stamming?

Hvilken rolle har stammingen hatt i livet ditt?

- I barndom
- I ungdomsårene
- I voksen alder

Hvordan tror du andre ville beskrive deg med stamming?

I hvor stor grad snakker du med andre om stammingen?

Har du fått logopedisk hjelp? Kan du fortelle litt om den logopediske hjelpen du har mottatt?

- Tanker rundt hva som er viktig for logopeder å ta tak i når det gjelder stammebehandling?

Hvordan vil du beskrive ditt forhold til egen stamming?

Tenker du at det å stamme kan ha hatt en positiv effekt på livet ditt?

Tror du noe hadde vært annerledes dersom du ikke stammet? På hvilken måte/kan du fortelle litt mer?

Avslutning

- Oppsummere hovedpunktene og mulighet til oppklaring
- Har du noe mer du ønsker å legge til?
- Kan jeg ta kontakt igjen dersom noe er uklart?
- Dersom du kommer på noe du ønsker å legge til, kan du gjerne ta kontakt med meg.

Takk for samarbeidet

Vil du delta i forskningsprosjektet mitt?

Formålet med dette prosjektet er en nyansert innsikt om temaet stamming. Samtidig kan det kanskje bidra til at en tenker litt annerledes rundt stamming, enn det mange gjør i dag.

Hensikten er videre at dette kan være med å avdekke sentrale momenter for logopedier i deres arbeid med personer som stammer basert på deres egne stemmer og ønsker.

Problemstillingen for dette prosjektet vil følgelig være:

- *Hvordan beskriver voksne personer som stammer det å leve et godt liv med stamming?*

Hva innebærer det for deg å delta?

Dette vil være et forskningsprosjekt med kvalitativt intervju som metode med en fenomenologisk tilnærming. Dette innebærer at det er dine personlige opplevelser av å stamme jeg er opptatt av, og vil undersøke nærmere. Omfanget på intervjuet vil strekke seg over en tidsperiode på 0.5 til 1 time, og kan gjennomføres på telefon, Skype eller ansikt-til-ansikt. Intervjuene vil bli tatt opp på taleopptak slik at de enklere kan behandles og analyseres. Dataene vil deretter bli transkribert og analysert av meg som leder for dette forskningsprosjektet. Når masteroppgaven er fullført, vil opptakene og de transkriberte intervjuene slettes.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysningene om deg vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Hva gir meg rett til å behandle personopplysninger om deg?

Jeg behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Nord Universitet har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan du finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Marte Emeline Hagen, student ved Nord Universitet. Tlf.: 48 19 86 79 eller e-post: marte_hagen92@hotmail.no. Eller masteroppgaveveilederen min, Karianne Berg tlf.: 75 51 77 51 eller e-post: karianne.berg@nord.no
- Vårt personvernombud: Toril Irene Kringen tlf.: 74 02 27 50 eller e-post: toril.i.kringen@nord.no ved Nord Universitet
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på tlf.: 55 58 21 17 eller e-post: personverntjenester@nsd.no

Med vennlig hilsen

Marte Emeline Hagen
(Forsker og masterstudent)

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjonen om prosjektet, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- Å delta i kvalitativt intervju med taleopptak
- At informasjon fra intervjuet kan publiseres i en masteroppgave og mulige fagartikler
- Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, ca. 5. juni 2019

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vedlegg 3: Godkjenning fra NSD

NSD sin vurdering

 Skriv ut

Prosjekttittel

Å eie stammingen sin

Referansenummer

138939

Registrert

06.12.2018 av Marte Emeline Hagen - marte.hagen@student.nord.no

Behandlingsansvarlig institusjon

Nord universitet / Fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag / Logopedi, spesialpedagogikk, tilpasset opplæring

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Karianne Berg, karianne.berg@nord.no, tlf: 75517751

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Marte Emeline Hagen, marte_hagen92@hotmail.no, tlf: 48198679

Prosjektperiode

29.10.2018 - 05.06.2019

Status

08.01.2019 - Vurdert

Vurdering (1)**08.01.2019 - Vurdert**

Det er vår vurdering at behandlingen vil være i samsvar med personvernlovgivningen, så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg 8.1.2019. Behandlingen kan starte.

MELD ENDRINGER

Dersom behandlingen av personopplysninger endrer seg, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. På våre nettsider informerer vi om hvilke endringer som må meldes. Vent på svar før endringen gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige personopplysninger samt særlige kategorier av personopplysninger om helseforhold frem til 5.6.2019.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og art. 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a), jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2).

PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter (velg det som passer): åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1 f) og sikkerhet (art. 32).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og eventuelt rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Lasse Raa
Tlf. personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)