

Teil I Theorie

1	Aufbau des Buches	3
1.1	Allgemeine Vorbemerkungen	3
1.2	Stimme als System	4
1.3	Das 3+1 [©] Konzept: Basis- und Add-on-Funktionen der Stimmgebung	4
1.4	Allgemeine Hinweise	5
1.5	Serviceteil	5
	Literatur	5
2	Grundsätzliche Überlegungen zum Vorgehen	7
2.1	Warum Therapie?	7
2.2	Menschenbild und therapeutische Grundhaltung der FST	8
2.3	Was heißt funktional?	8
2.4	Was ist ein funktionaler Klang?	9
2.5	Stimmtherapie und Gesangsunterricht	10
	Literatur	11
3	Stimmfunktion als System	13
3.1	Ausgangssituation	13
3.2	Betrachtung der Stimmfunktion als System	14
3.3	Funktionale Schleife	16
3.4	Synergetik	18
3.5	Konsequenzen für die Therapeutenrolle	23
	Literatur	28
4	Das 3+1[©] Konzept: Die Teilfunktionen der Stimmgebung	29
4.1	Basisfunktionen und Add-Ons	29
4.2	Das 3+1 [©] Konzept: Die Basisfunktionen	30
4.3	Add-ons	39
	Literatur	62

5	Rhythmus	63
5.1	Alles ist Rhythmus – I got rhythm!	63
5.2	Rhythmus der Stimmfunktion	64
5.3	Rhythmus der Tonfolgen	69
5.4	Rhythmus als Struktur gebendes Element	70
	Literatur	71
6	Stimmdialog	73
6.1	Kommunikative Interaktion	73
6.2	Rhythmus des Stimmdialogs	74
6.3	Störungen im Dialog	76
6.4	Reflexionsgespräche	77
	Literatur	77
7	Wahrnehmung und Sensorik der Stimme	79
7.1	Dimensionen der Wahrnehmung	79
7.2	Von der Wahrnehmung zu einer positiven Klangvorstellung	81
7.3	Wahrnehmung und Sensorik	82
	Literatur	83
8	Psyche und ICF in der Funktionalen Stimmtherapie	85
8.1	Psyche und Stimme	85
8.2	Gesprächstherapeutische Aspekte	93
8.3	Funktionale Stimmtherapie als Stimulation des Gesamtsystems	98
	Literatur	99
Teil II Praxis		
9	Allgemeine Hinweise zum Praxisteil	103
9.1	Erläuterungen zum Aufbau	103
9.2	Hinweise zur Beschreibung der Durchführung	103
9.3	Hinweise zu den Übungen	104
9.4	Übungskategorien	106
10	Reflexionsfragen	107
10.1	Allgemeines Vorgehen	107
10.2	Inhaltlich-themenbezogene Fragen	108
10.3	Fragen zur Betrachtung psycho-sozialer Aspekte des Stimmsystems	112
	Literatur	115
11	Musikalische Grundlagen	117
12	Das 3+1[©] Konzept – Erarbeitung der Teilfunktionen der Stimme	121
12.1	Kontakt	122

12.2 Dynamik..... 123

12.3 Pitch 125

12.4 Schwingen 126

12.5 Übungen zur Erarbeitung der Add-Ons 131

13 Koordination der 3+1[®] Basisfunktionen der Stimme..... 133

13.1 Funktionale Bedeutung 133

13.2 Intuitive Koordination: Tarzan 135

13.3 Dreiklänge 136

13.4 Sprünge..... 139

14 Ventilverlagerung 143

14.1 Lippenflattern 143

14.2 Balalaika..... 144

14.3 Kammblasen..... 145

14.4 Papprolle I 146

14.5 Fischmaul..... 147

15 Verengungsübungen 149

15.1 NG [ŋ] 149

15.2 Quetschtöne 150

15.3 Hexe 151

15.4 Korken 152

16 Sogübungen 155

16.1 Finger ansaugen 155

16.2 Dorn aus dem Finger saugen 156

16.3 Papprolle II..... 157

16.4 Schlürfen 158

Literatur..... 159

**17 Das Konzept für die Stimmgebung: Arbeit an einer
funktionalen Klangvorstellung 161**

17.1 „Bewegung“ der aktiven Stimmlippe 161

17.2 Klangvorstellung als Thema..... 162

17.3 Paradoxe Intervention..... 164

17.4 Ecke 165

17.5 Luftballon..... 166

17.6 Unschärfe 167

17.7 Augen setzen sich..... 169

17.8 Oceandrum 170

17.9 Klangrinne 171

17.10 Klangkontakt 172

17.11 Den Raum hinter sich füllen..... 173

Literatur..... 174

18 Kompensationsblockaden..... 175

18.1 Kieferblockade..... 175

18.2	Trichter	176
18.3	Finger auf die Zunge legen.	177
18.4	Dampf ablassen	178
19	Glottisfokussierung	181
19.1	Ventilton	181
19.2	Legato mit Klangvorstellung	183
19.3	Udschai (Glottisfrikativ).	183
19.4	Eislöffel	184
19.5	Summen I	185
19.6	Tropfen auf der Stimmritze wandern lassen.	186
20	Phonationsübungen mit Körperaktivität	189
20.1	Zugbewegungen	190
20.2	Destabilisierende Bewegungen	191
20.3	Stellvertreterübungen	194
20.4	Fußsohlensensibilisierung	196
20.5	Mundbodenmassage	196
20.6	Gummiband	197
20.7	Spreizen der Finger	199
	Literatur.	200
21	Nutzung nonkommunikativer Phonation	201
21.1	Kauphonation	201
21.2	Summen II	202
21.3	Gähnen	203
21.4	Jubeln	204
21.5	Nasalieren.	205
	Literatur.	206
22	Animalismen	207
22.1	Das Schaf	207
22.2	Die Katze	208
22.3	Die Ziege	209
23	Schleimhautsensibilisierung	211
24	Einsatz von Körperrhythmen	213
24.1	Einsatz von Körperrhythmen – Pulsschlag	213
24.2	Auftakt II	214
24.3	Stethoskop	216
25	Inhalatorische Phonationsübungen	219
25.1	Mit Klangvorstellung	219
25.2	Musikalisch	220
25.3	Inhalatorisches Summen.	221

26 Transfer	223
26.1 Spontaner Transfer	223
26.2 Direkter Transfer ins Sprechen	224
26.3 Transfer ins Singen	229
 Serviceteil	 231
 Glossar	 241
 Stichwortverzeichnis	 247