

Inhaltsverzeichnis

1	Der Klang der Welt – Natur und Magie	17			
2	Die Phylogenetese der Stimme	20			
3	Die Ontogenese der Stimme	26			
4	Stimme und Person	31			
5	Die Stimme in der Kommunikation	35			
6	Der Mensch und seine kranke Stimme.....	40			
7	Zum Krankheitsverständnis.....	44			
7.1	Einleitung	44	7.2.2	Die psychische Ebene	45
			7.2.3	Die soziale Ebene.....	45
7.2	Das biopsychosoziale Krank- heitsmodell: Leitlinie in Diagnostik und Therapie von Stimmerkrankungen	44	7.2.4	Die kulturelle Ebene	46
			7.3	Das psychoneuroimmuno- logische Modell	47
7.2.1	Die biologische Ebene.....	44			
8	Der Patient und sein Therapeut.....	48			
	<i>D. Tuschy-Nitsch, M. Specker-Henke</i>				
8.1	Einleitung	48	8.4.5	Vereinbarungen für die Zusammenarbeit	54
8.2	Der Erstkontakt.....	48	8.5	Fortschritte und Rückschläge – die Interaktion zwischen Therapeut und Patient	54
8.2.1	Der Patient eines Kollegen.....	49			
8.2.2	Soziale Vorurteile	50			
8.3	Das Erstgespräch	50	8.5.1	Therapeutisches Ideal versus Patientenideal	55
8.3.1	Intuitives Erfassen des Patienten ..	50	8.5.2	Therapeutische Grundhaltungen ..	56
8.3.2	Gemeinsame Wirklichkeit	50	8.5.3	Grundhaltungen sind keine Methoden.....	56
8.3.3	Entwicklung von Vertrauen.....	50			
8.3.4	Nähe und Distanz	51			
8.3.5	Intimdistanz.....	51	8.6	Krisenreaktion: Lebenssituation und Stimmerkrankung	57
8.4	Die gemeinsame Sprachebene ..	51	8.6.1	Krankheit als Rückzugsraum.....	57
8.4.1	Erzeugen sprachlicher Kongruenz ..	52	8.6.2	Psychotherapeutische Unter- stützung	57
8.4.2	Sprach- und Ausdrucksregeln	52			
8.4.3	Kommunikative Rückkopplung....	53			
8.4.4	Kooperativer Patient und kooperativer Therapeut	53			

8.7	Übertragung und Abwehr: Autorität und Sympathie	60	8.9	Die Persönlichkeit des Therapeuten	65
8.7.1	Das unausweichliche Symptom der Übertragung	60	8.9.1	Falscher therapeutischer Ehrgeiz ..	65
8.7.2	Mündigwerden des Patienten.....	60	8.9.2	Metakommunikation	66
8.7.3	Erwartungshaltung	61	8.10	Berührungsängste in der Therapie – ein unterschätztes Problem	66
8.7.4	Übertragung und Gegenüber- tragung	61			
8.7.5	Übertragungssituationen.....	62			
8.7.6	Positive und negative Übertragung	62	8.10.1	Die Wünsche des Patienten erspüren.....	67
8.7.7	Patientenseitige Übertragungs- phänomene	62	8.10.2	Der Patiententypus	67
			8.10.3	Körperkontakt und Machtfaktoren	67
8.8	Die Gegenübertragung des Therapeuten	62	8.11	Anforderungen und Vorausset- zungen in der Stimmtherapie...	68
8.8.1	Der nicht neutrale Therapeut.....	62			
8.8.2	Gibt es berechtigte Gegenüber- tragung?.....	63	8.11.1	Persönlichkeit als Heilmittel	68
8.8.3	Die Problematik hoher Anforderungen	63	8.11.2	Potenziale entdecken und entwickeln.....	68
8.8.4	Abgabe eines Behandlungsauftrags	63	8.11.3	Die innere Instanz	68
8.8.5	Gefahren positiver Gegenüber- tragung.....	64	8.11.4	Der übermächtige Therapeut	69
			8.11.5	Der schöpferische Therapeut	69
			8.11.6	Selbstanalyse	69
			8.11.7	Selbsterfahrungsgruppen für Therapeuten	69
9	KIIST – das Konzept einer Interaktionalen und Integrativen Stimmtherapie				71
9.1	Einleitung	71	9.8	Die zentralen Bereiche der Therapie	75
9.2	Der Begriff „interaktional“	71	9.8.1	Basis-Therapie	75
9.3	Der Begriff „integrativ“	71	9.8.2	Störungsspezifische Therapie	75
			9.8.3	Interktionale Therapie	76
9.4	Therapieziele des KIIST	72	9.9	Die Teilbereiche der Therapie im Therapiekreis Stimme	
9.5	Therapeutische Grenzen	72			
9.6	Der Therapeut im KIIST	73	9.9.1	Basis-Therapie	76
			9.9.2	Störungsspezifische Therapie	77
9.7	Die therapeutische Praxis im KIIST – Leitlinien	73	9.9.3	Interaktionale Therapie	77

10	Einstieg in die Therapie.....					78
10.1	Einleitung	78	10.2.8	Häufigkeit der Behandlung		80
10.2	Zu Beginn der Therapie.....	78	10.3	Am Ende der Therapie.....		80
10.2.1	Annäherung in der Erstbegegnung.	78	10.3.1	Beendigung der Stimmtherapie ...		80
10.2.2	Erwartungen des Patienten	78	10.3.2	Nachsorgende Maßnahmen.....		80
10.2.3	Therapeutische Möglichkeiten und Grenzen	78	10.4	Formalien einer Therapie		81
10.2.4	Erfolge und Rückschläge.....	79	10.4.1	Die Krankschreibung		81
10.2.5	Prognostische Einschätzungen und Zielvereinbarungen.....	79	10.4.2	Der Alltag als Übungsfeld.....		81
10.2.6	Organisation der Behandlung	79	10.4.3	Die Rückkehr in den Beruf.....		81
10.2.7	Einzel-, Gruppen- oder Intervallbehandlung?	80				
11	Erkrankungen der Stimme					82
11.1	Begriffsklärung	82	11.4.4	Chronische Kehlkopfentzündung ..		98
11.2	Hauptsymptome von Stimmerkrankungen	83	11.4.5	Gutartige Kehlkopftumoren – Kehlkopfpapillome		99
11.2.1	Pathologische Klangveränderungen	83	11.4.6	Bösartige Kehlkopftumoren.....		99
11.2.2	Eingeschränkte Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit der Stimme	84				
11.2.3	Wund- und/oder Fremdkörpergefühl	84	11.5.1	Mutation der Knabenstimme		99
			11.5.2	Störungen der Stimme während der Mutation		101
11.3	Funktionelle Stimmerkrankungen	84	11.6	Hormonell bedingte Stimmerkrankungen		102
11.3.1	Ursachen.....	85				
11.3.2	Funktionelle Stimmerkrankung mit hyperfunktioneller Symptomatik ..	88	11.6.1	Die Stimme im weiblichen Zyklus ..		103
11.3.3	Besondere Formen der Stimmerkrankung mit hyperfunktioneller Symptomatik	89	11.6.2	Die Stimme in der Schwangerschaft ..		103
11.3.4	Funktionelle Stimmerkrankung mit hypofunktioneller Symptomatik...	91	11.6.3	Die Stimme im Klimakterium		103
11.3.5	Stimmerkrankungen mit gemischter Symptomatik	91	11.6.4	Die Stimme und Transsexualität...		103
11.3.6	Stimmerkrankungen der Sing- und Sängerstimme	91	11.7	Die Stimme im Alter		104
11.4	Sekundär-organische Stimmerkrankungen	93	11.8	Stimmlippenlähmungen.....		106
11.4.1	Überlastungshyperämie.....	93	11.8.1	Einseitige Stimmlippenlähmungen		106
11.4.2	Organische Stimmerkrankungen ..	95	11.8.2	Beidseitige Stimmlippen-lähmungen.....		107
11.4.3	Akute Kehlkopfentzündung.....	98	11.8.3	Postoperatives Vorgehen		108
			11.8.4	Störungsspezifische Maßnahmen in der Glottisebene		108
			11.8.5	Prognostische Einschätzung		109

12	Praxis der Stimmdiagnostik	110			
12.1	Einleitung	110	12.5	Funktionsdiagnostik der Stimme	116
12.2	Probleme bei der Anamnese und Diagnostik	110	12.5.1	Subjektive Befunderhebung: Hören, Sehen, Fühlen	116
12.3	Das anamnestische Gespräch	111	12.5.2	Subjektive und objektive Befunderhebung in Kombination	117
12.4	Anamnestische Erfassung auf biopsychosozialer Grundlage	112	12.5.3	Hinweise zu einzelnen Bereichen der Funktionsprüfung	117
12.4.1	Anamnese biologisch-somatisch	113	12.5.4	Hinweise zu standardisierten Untersuchungsbedingungen	120
12.4.2	Anamnese psychisch	113			
12.4.3	Anamnese soziokulturell	114			
13	Methodenvielfalt	122			
13.1	Die „richtige“ Methode	122	13.4	Die historische Konstanz der Verfahren	123
13.2	Methodenkombination	122	13.5	Pragmatische Orientierung an Nutzen und Wirksamkeit	123
13.3	Skepsis gegenüber der Methodenvielfalt	122			
14	Stimmtherapie: Ansätze und Methoden	124			
14.1	Die kommunikative Stimmtherapie nach Horst Gundermann	124	14.4	Die Stimmtherapie nach Helene Fernau-Horn	127
14.1.1	Das Konzept	124	14.4.1	Das Konzept	127
14.1.2	Die Rolle der Gruppe	124	14.4.2	Die Ziele	127
14.1.3	Die Ziele	125	14.4.3	Ruth Dinkelacker	128
14.1.4	Ute Oberländer-Gentsch	125	14.5	Die Klangraum-Therapie nach Almuth Eberle	128
14.2	Die integrative Stimmtherapie nach Eva Maria Haupt	125	14.5.1	Das Konzept	128
14.2.1	Das Konzept	125	14.5.2	Die Ziele	128
14.2.2	Die 3 Therapiephasen	125	14.6	Die tonale Stimmtherapie nach Marion Hermann-Röttgen	129
14.2.3	Die Therapie „im Kreis“	126			
14.2.4	Die Ziele	126	14.6.1	Das Konzept	129
14.3	Die Kaumethode nach Emil Fröschels	126	14.6.2	Die Ziele	129
14.3.1	Das Konzept	126	14.7	Die Akuern-These von Felix Trojan	129
14.3.2	Vom Kauen zur Stimme	126			
14.3.3	Die Ziele	126	14.7.1	Das Konzept	129
			14.7.2	Schonstimme – Kraftstimme	130
			14.7.3	Die Ziele	130

14.8	Das Funktionale Stimmtraining nach Gisela Rohmert	130	14.10.1	Das Konzept	133
14.8.1	Das Konzept	131	14.10.2	Übungen für die Sprechstimme ..	133
14.8.2	Die Ziele	131	14.10.3	Resonanzformung und Ausdrucks- gestaltung in Texten	133
14.8.2	Die Ziele	131	14.10.4	Die Ziele	133
14.9	Die Stimm- und Sprech- erziehung nach Horst Coblenzer und Franz Muhar	131	14.11	Die personale Stimmtherapie nach Ingeburg Stengel und Theo Strauch	134
14.9.1	Das Konzept	131	14.11.1	Das Konzept	134
14.9.2	Die Ziele	132	14.11.2	Die Ziele	134
14.10	Die Nasalierungsmethode nach Johannes Pahn	132			
15	Funktionskreis Wahrnehmung				135
15.1	Körperwahrnehmung	135	15.2	Hören	153
15.1.1	Die verfälschte Wahrnehmung ..	135	15.2.1	Wahrnehmen der Stimme	153
15.1.2	Wahrnehmen als Prozess	137	15.2.2	Hören lernen	154
15.1.3	Lernen wahrzunehmen	140	15.2.3	Der Klang verborgener Konflikte ..	156
15.1.4	Die Schulung der Wahrnehmung ..	143	15.2.4	Neue Klangmuster erfahren	156
15.1.5	Sechs Schritte zur Selbstwahr- nehmung	145	15.2.5	Das Ohr als phonatorisches Kontrollsystem	157
16	Funktionskreis Körper				159
16.1	Körper und Stimme	159	16.2.3	Aus dem Lot geraten – Abweichun- gen von der Vertikalachse	163
16.1.1	Der Körper – die Gestalt des Menschen	159	16.2.4	Schwerelot beim Sitzen	164
16.1.2	Der Stimmklang im Körper	159	16.2.5	Dynamisches Muskelspiel	164
16.1.3	Der Einfluss des Körpers auf den Stimmaparat	160	16.3	Grundformen der Muskeltätigkeit	165
16.1.4	Körperabschnitte in ihrem Zusammenspiel	160	16.3.1	Haltemuskeln (tonische Musku- latur)	165
16.1.5	Die Architektur des Körpers	160	16.3.2	Bewegungsmuskeln (phasische Muskulatur)	166
16.1.6	Der Körper in seiner Polarität	161	16.3.3	Gemischte Muskulatur	167
16.1.7	Der Körper im dynamischen Gleichgewicht	161			
16.1.8	Der Körper im energetischen Schwerpunkt	162	16.4	Faszien – verbindendes und stützendes Element	167
16.2	Der Körper im Lot	162	16.4.1	Was sind Faszien?	167
16.2.1	Verlauf des Schwerelots beim Stehen	163	16.4.2	Grundstruktur	167
16.2.2	Die normale Körperhaltung im Schwerelot	163	16.4.3	Faszien – unser größtes Sinnesorgan	167
			16.4.4	Muskeln und Faszien	167
			16.4.5	Verkleben von Faszien	168

16.4.6	Übertragung von Faszien- spannungen	168	16.6	Stufen des motorischen Lernens	170
16.4.7	Faszien in der Stimmtherapie	168	16.6.1	Grobkoordination	171
16.5	Ausgleich muskulärer Dysbalancen	168	16.6.2	Feinkoordination	171
16.5.1	Stimulierende Maßnahmen	168	16.6.3	Feinstkoordination	171
16.5.2	Dehnende Maßnahmen	169	16.7	Abschnitte des Körpers	171
16.5.3	Kräftigende Maßnahmen	170	16.7.1	Die unteren Extremitäten	171
16.5.4	Mobilisierende Maßnahmen	170	16.7.2	Das Becken – Mitte des Körpers	174
16.5.5	Koordinierende Maßnahmen	170	16.7.3	Die Wirbelsäule – Lastenträger des Körpers	178
			16.7.4	Der Brustkorb – knöcherner Schutz für die Atemorgane	183
			16.7.5	Hals und Kopf	190
17	Körperarbeit: Ansätze, Methoden				194
17.1	Körperarbeit – das Tor zur Stimmtherapie	194	17.5	Spannungen im psychischen Bereich	202
17.2	Vox sana in corpore sano	194	17.5.1	Willkür der Körperreaktionen	203
17.2.1	Störungen im Körperinstrument ..	195	17.5.2	Verspannung als Erscheinungsbild	203
17.3	Körperarbeit ist immer „spannend“	195	17.6	Körperarbeit oder Körpertherapie?	205
17.3.1	Spannung und Entspannung im dynamischen Wechsel	195	17.6.1	Körpertherapie	205
17.3.2	Spannung kennt keine Ideale	196	17.6.2	Körperarbeit in der Stimmtherapie	205
17.3.3	Das Nervensystem als Kontrollzentrum	196	17.6.3	Methodenvielfalt als Instrumentarium	206
17.3.4	Spannung und Entspannung im muskulären System	197	17.7	Methoden der Körperarbeit	206
17.3.5	Grundspannung und Arbeitsspannung	197	17.7.1	Die Progressive Muskelentspannung nach Jacobson	206
			17.7.2	Die Funktionelle Entspannung nach Fuchs	208
17.4	Spannungen im vegetativen System	200	17.7.3	Die Alexander-Technik	211
17.4.1	Steuerung, Kontrolle und Stress im autonomen Nervensystem	201	17.7.4	Die Feldenkrais-Methode	214
			17.7.5	Die Systemische Atlastherapie nach Bredenbeck	217
			17.7.6	Die Eutonie nach Gerda Alexander	219
			17.7.7	Die psychophysische Atemtherapie nach Middendorf	222
18	Rhythmus: Ansätze und Methoden				225
18.1	Rhythmus und Bewegung	225	18.2	Rhythmus und Gemeinschaft	225
18.1.1	Bewegung – kein Anfang, kein Ende	225	18.2.1	Vom Rhythmus getragen	226
18.1.2	Individualität der Bewegung	225			

18.2.2	Rhythmus – der perfekte Koordinator	226	18.6	Bewegungs- und Tanzimprovisation	228
18.3	Rhythmus und Sprache	226	18.7	Rhythmuszentrierte Methoden ..	229
18.3.1	Das Phänomen der Ordnung	226	18.7.1	Schwingen nach Schlaffhorst-Andersen	229
18.3.2	Die rhythmisierende Kraft der Sprache	226	18.7.2	Die Akzentmethode nach Svend Smith	232
18.4	Rhythmus und Gestik	227	18.7.3	Die Atemschriftzeichen nach Schümann	234
18.5	Rhythmus in der Stimmtherapie	228			
19	Funktionskreis Atmung				237
19.1	Einleitung	237	19.4	Welche Abweichungen können den Ablauf der Atmung stören? ..	245
19.2	Physiologische Grundlagen der Atmung	237	19.4.1	Funktionelle Störungen der Atmung	245
19.2.1	Allgemein	237	19.4.2	Glottogene Störungen der Atmung	246
19.2.2	Atemmuskulatur	239	19.4.3	Weitere Störfaktoren	246
19.2.3	Dreiphasiger Atemzyklus	239			
19.2.4	Atmungstypen	242	19.5	Leitlinien der Therapie	246
19.3	Atmung: Sprechen und Singen ..	243	19.6	Therapeutische Anwendung im Beispiel	247
19.3.1	Phonationsatmung im Verbund mit Kehlkopf und Rachenraum	243	19.6.1	Wahrnehmen und Entspannen	247
19.3.2	Stützfunktion für die Phonation – ein Balanceakt	243	19.6.2	Dehnen und Mobilisieren	248
19.3.3	Wahrnehmen des Stützvorgangs in Bauchraum, Brustkorb und Rachen	244	19.6.3	Kräftigen	250
			19.6.4	Steuern des Atems in den oberen Atemwegen	250
			19.6.5	Komprimieren der Luft für die Phonation	251
20	Funktionskreis Stimmgebung				254
20.1	Der Kehlkopf	254	20.1.7	Stimmlippen	260
20.1.1	Mehrfachfunktionen des Kehlkopfs	254	20.2	Therapeutische Anwendung im Beispiel	268
20.1.2	Kehlkopfgerüst	254			
20.1.3	Gelenkige Verbindungen	255			
20.1.4	Etagen des Kehlkopfs	255	20.2.1	Die eigene Stimme entdecken	269
20.1.5	Aufhängung des Kehlkopfs	256	20.2.2	Leitlinien für die Therapie in der Glottisebene	270
20.1.6	Äußere und innere Kehlkopfmuskulatur	257	20.2.3	Therapeutische Hinweise	271

21	Funktionskreis Lautbildung	274				274
21.1	Der Rachen	274	21.2	Therapeutische Anwendung im Beispiel	281	
21.1.1	Rachen – Raum für primäre Funktionen	274	21.2.1	Therapeutische Hinweise für den Kiefer	282	
21.1.2	Rachen – Raum für Resonanz und Artikulation	274	21.2.2	Therapeutische Hinweise für Mund und Rachen	284	
21.1.3	Brustresonator	274	21.2.3	Therapeutische Hinweise für die Zunge	284	
21.1.4	Kopfresonator	274	21.2.4	Therapeutische Hinweise für die Lippen	284	
21.1.5	Physiologische Grundlagen	274	21.2.5	Therapeutische Hinweise für die Nase und Lautbildung	285	
21.1.6	Hohlräume und Muskeln im Rachen	275				
22	Prosodie – die emotionale Sprache					286
22.1	Einleitung	286	22.2	Steuerung prosodischer Elemente	286	
23	Einfluss der Kiefergelenke und der oberen Halswirbelsäule auf die Stimmfunktion					289
	<i>M. Hülse, M. Specker-Henke</i>					
23.1	Einleitung	289	23.2.8	Diagnostik der kramiomandibulären Dysfunktion	295	
23.2	Der Kiefer – eine unterschätzte Komponente in der Stimmtherapie	289	23.3	Wirbelsäulenstörungen	297	
23.2.1	Das Kiefergelenk	289	23.3.1	Einfluss funktioneller Wirbelsäulenstörungen auf die Phonation	297	
23.2.2	Funktionen des Kiefergelenks	289				
23.2.3	Die Kaumuskulatur	290	23.4	Gezielte Diagnostik bei Verdacht auf eine kramiomandibuläre Dysfunktion	300	
23.2.4	Normale Bewegungen des Kiefergelenks	290	23.4.1	Test der Kaumuskulatur	300	
23.2.5	Bewegung des Kiefergelenks beim Singen	290	23.4.2	Bewegungsprüfung des Kiefergelenks	301	
23.2.6	Der Kiefer in seiner funktionellen Vernetzung	292	23.4.3	Ergänzende Tests	301	
23.2.7	Dysfunktion des Kiefergelenks/ kramiomandibuläre Dysfunktion	294	23.4.4	Zusammenfassung	302	
	Anhang					303
	Literatur					315
	Sachverzeichnis					320