

Inhaltsverzeichnis

I Theorie

1	Aufbau des Buches	3
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
1.1	Allgemeine Vorbemerkungen	4
1.2	Theorieteil	4
1.3	Praxisteil	5
	Literatur	6
2	Grundsätzliche Überlegungen zum Vorgehen	7
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
2.1	Warum Therapie?	8
2.2	Menschenbild und therapeutische Grundhaltung der FST	8
2.3	Was heißt funktional?	9
2.4	Was ist ein funktionaler Klang?	10
2.5	Stimmtherapie und Gesangsunterricht	10
	Literatur	11
3	Stimmfunktion als System	13
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
3.1	Ausgangssituation	14
3.2	Betrachtung der Stimmfunktion als System	14
3.3	Synergetik	17
3.4	Konsequenzen für die Therapeutenrolle	20
	Literatur	26
4	Funktionen der Stimmgebung	27
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
4.1	Einführung	28
4.2	Klangvorstellung – phonatorisches Kontrollsystem	28
4.3	Laryngeale Doppelventilfunktion	34
4.3.1	Entwicklung des Kehlkopfs	34
4.3.2	Primärfunktionen des Kehlkopfs	35
4.4	Tonbildung	38
4.4.1	Teilfunktionen der UDVf	38
4.4.2	Stimmlippenschwingung	39
4.4.3	Registerfunktionen	45
4.5	Klangbildung	50
4.6	Artikulation	52
4.7	Atmung	53
4.8	Durchlässigkeit	54
	Literatur	58
5	Rhythmus	61
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
5.1	Alles ist Rhythmus – I got rhythm!	62

5.2	Rhythmus der Stimmfunktion	62
5.2.1	Stimmlippenschwingung	62
5.2.2	Phonationseinsatz und Auftakt	63
5.2.3	Vibrato	64
5.2.4	Rhythmische Klangvorstellung	65
5.3	Rhythmus der Tonfolgen	67
5.4	Rhythmus als Struktur gebendes Element	68
5.4.1	Fazit	68
	Literatur	69
6	Stimmdialog	71
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
6.1	Kommunikative Interaktion	72
6.2	Rhythmus des Stimmdialogs	72
6.3	Störungen im Dialog	75
6.4	Reflexionsgespräche	75
	Literatur	76
7	Wahrnehmung der Stimme	77
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
7.1	Dimensionen der Wahrnehmung	78
7.2	Wahrnehmungsorientiertes Arbeiten	79
7.3	Wahrnehmung und Sensorik	80
	Literatur	81
8	Psyche in der Funktionalen Stimmtherapie	83
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
8.1	Psyche und Stimme	84
8.1.1	Entwicklung der Stimmfunktion aus der Schutzfunktion	84
8.1.2	Stimmstörung als Einschränkung des gesellschaftlichen Lebens	85
8.1.3	Psyche, Stimme und Therapie	87
8.2	Gesprächstherapeutische Aspekte	87
8.2.1	Patientenzentriertes Gespräch	88
8.2.2	Systemisches Fragen	88
8.2.3	Therapiebausteine, in denen die Psyche des Patienten direkt thematisch ist	89
8.2.4	Therapiephasen, in denen die Psyche des Patienten indirekt thematisch ist	89
8.2.5	Trennung von Mensch und Störung	90
8.2.6	Beratung zur Psychotherapie	90
8.2.7	Die gesunde Stimme	91
8.2.8	Stimme als Heilmittel	91
8.3	Funktionale Stimmtherapie als Stimulation des Gesamtsystems	91
	Literatur	93
II	Praxis	
9	Allgemeine Hinweise zum Praxisteil	97
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
9.1	Erläuterungen zum Aufbau	98

9.2	Hinweise zur Beschreibung der Durchführung	98
9.3	Hinweise zu den Übungen	99
9.4	Übungskategorien	100
10	Reflexionsfragen	103
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
10.1	Allgemeines Vorgehen	104
10.2	Inhaltlich-themenbezogene Fragen	104
10.2.1	Fragen zur Förderung synästhetischer Prozesse	104
10.2.2	Fragen zur Integration rhythmischer Anteile	105
10.2.3	Fragen zur Glottisbewusstheit	106
10.2.4	Fragen zum Einsatz der mentalen Vorstellungskraft (innere Wahrnehmung)	106
10.2.5	Fragen zur Wahrnehmung der Vibration	106
10.2.6	Fragen zur auditiven Wahrnehmung des Klanges.	107
10.2.7	Fragen zum aktiven Klang	107
10.3	Fragen zur erweiterten Betrachtung des Stimmsystems	108
10.3.1	Fragen zur Klassifikation	108
10.3.2	Fragen zu Prozentsätzen	108
10.3.3	Fragen zur Übereinstimmung	109
10.3.4	Fragen zur Wirklichkeitskonstruktion	109
10.3.5	Fragen zur Möglichkeitskonstruktion	109
10.3.6	Fragen zu Unterschieden	109
10.3.7	Fragen zu Ausnahmen	109
10.3.8	Fragen zu Ressourcen	109
10.3.9	Die Wunderfrage	110
10.3.10	Verschlimmerungsfragen oder Fragen nach einem bewussten Rückfall.	110
10.3.11	Fragen nach dem Nutzen, das Problem zu behalten	110
10.3.12	Zukunftszeitpläne	110
10.3.13	Anfangsfragen	110
10.3.14	Abschlussfragen	111
10.3.15	Zirkuläres Fragen	111
	Literatur	111
11	Musikalische Grundlagen	113
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
12	Belüftung	117
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
13	Ventilverlagerung	119
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
13.1	Lippenflattern	120
13.2	Gespenst	121
13.3	Balalaika	122
13.4	Kammblasen	122
13.5	Papprolle I	124
13.6	Indianer	124
13.7	Fischmaul	125

14	Verengungsübungen	127
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
14.1	NG [ŋ]	128
14.2	Quetschtöne	129
14.3	Hexe	129
14.4	Korken	130
15	Sogübungen	133
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
15.1	Finger ansaugen	134
15.2	Dorn aus dem Finger saugen	134
15.3	Papprolle II.	135
15.4	Schlürfen	136
	Literatur	137
16	Arbeit am phonatorischen Kontrollsystem	139
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
16.1	»Bewegung« der aktiven Stimmlippe	140
16.2	Paradoxe Intervention	141
16.3	Ecke	141
16.4	Luftballon	142
16.5	Unschärfe	143
16.6	Augen setzen sich	145
16.7	Stethoskop	146
16.8	Oceandrum	147
16.9	Kleine Klangschale	148
16.10	Klangrinne	148
16.11	Stromkabel zwischen den Ohren	149
16.12	Klangkontakt	150
17	Anregung der Klangvorstellung	151
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
17.1	Klangvorstellung als Thema	152
17.1.1	Auftakt	152
17.1.2	Ablauf der Phrase	152
17.1.3	Rhythmus	153
17.2	Den Raum hinter sich füllen	153
17.3	Mit dem Klang in innerer Landschaft spazieren gehen	154
17.4	Tropfen auf der Stimmritze wandern lassen	155
18	Kompensationsblockaden	157
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
18.1	Kieferblockade	158
18.2	Trichter	159
18.3	Finger auf die Zunge legen	159
18.4	Dampf ablassen	160

19	Glottisfokussierung	163
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
19.1	Ventilton	164
19.2	Staccato mit Klangvorstellung	165
19.3	Legato mit Klangvorstellung	166
19.4	Udschai (Glottisfrikativ)	167
19.5	Eislöffel	167
19.6	Summen I	168
20	Phonationsübungen mit Körperaktivität	171
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
20.1	Zugbewegungen	172
20.2	Destabilisierende Bewegungen	173
20.2.1	Bauchwackeln	173
20.2.2	Finger unter die Rippenbögen legen	175
20.3	Stellvertreterübungen	176
20.3.1	Finger in Stifthaltung stellvertretend für das Stimmlippenventil	176
20.3.2	Berührung der Handflächen	177
20.3.3	Hände an die Wand legen	178
20.4	Fußsohlensensibilisierung	179
20.5	Mundbodenmassage	179
	Literatur	180
21	Nutzung nonkommunikativer Phonation	181
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
21.1	Kauphonation	182
21.2	Summen II	182
21.3	Gähnen	183
21.4	Jubeln	184
22	Animalismen	187
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
22.1	Schaf	188
22.2	Katze	189
22.3	Ziege	189
23	Ansprache der Dehnungsrezeptoren in den Muskelspindeln	191
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
23.1	Gummiband	192
23.2	Handinnenfläche	194
24	Schleimhautsensibilisierung	197
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
25	Einsatz von Körperrhythmen – Pulsschlag	201
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	

26	Inhalatorische Phonationsübungen	205
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
26.1	Mit Klangvorstellung	206
26.2	Musikalisch	207
26.3	Inhalatorisches Summen	207
27	Nasalieren	209
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
	Literatur	211
28	Registerarbeit	213
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
28.1	Isolierte Erarbeitung	214
28.1.1	Kopfregeisterfunktion (KRF)	214
28.1.2	Brustregisterfunktion (BRF)	216
28.2	Intuitive Koordination	216
28.2.1	Tarzan	216
28.2.2	Dampfer	217
28.3	Musikalische Koordination	218
28.3.1	Dreiklang abwärts: von Leise zu Leise	218
28.3.2	Dreiklang auf- und abwärts: von Laut zu Laut	219
28.3.3	Dreiklang abwärts: von Leise zu Laut	220
28.3.4	Glissando abwärts: von Leise zu Leise	221
28.3.5	Glissando aufwärts: von Laut zu Laut	221
28.3.6	Eintonwackler	222
28.3.7	Sprünge I	223
28.3.8	Sprünge II	224
28.3.9	Jodeln	224
29	Transfer	227
	<i>Wiltrud Föcking, Marco Parrino</i>	
29.1	Spontaner Transfer	228
29.2	Direkter Transfer ins Sprechen	229
29.2.1	Vokalisieren	229
29.2.2	Psalmisieren	230
29.2.3	Transfer mit Vorstellungshilfen: Seifenblasen	230
29.3	Transfer ins Singen	231
	Serviceeteil	
	Serviceeteil	234
	Glossar	243
	Stichwortverzeichnis	247