Logopädie

Praxiswissen

Sabine S. Hammer

Herausgegeben
von Monika M. Thiel

Stimmtherapie mit Erwachsenen

2. Auflage

Was
Stimmtherapeuten
wissen sollten

Springer

Sabine S. Hammer

- Ausbildung zur Logopädin an der Lehranstalt für Logopädie an der Johannes-Gutenberg-Universität in Mainz
- Logopädische Diagnostik und Therapie mit Schwerpunkt Stimme an der Abteilung für Phoniatrie und Pädaudiologie im Zentrum für HNO-Heilkunde des Klinikums der Johann-Wolfgang von Goethe-Universität Frankfurt
- Leitende Lehrlogopädin mit Unterrichtstätigkeit im Fach Logopädie Stimme an der Berufsfachschule für Logopädie der GFEB München
- Ausbildung in systemischer Supervision/ Praxisanleitung
- Unterrichtstätigkeit in den Fächern Logopädie Stimme und Stimmbildung an der Schule für Logopädie des Institutes IFBE-med in Gießen
- Therapeutische Tätigkeit in freier Praxis

Monika M. Thiel

Herausgeberin von »Praxiswissen Logopädie«

- Studium der Theologie in Tübingen und Münster
- Ausbildung zur Logopädin in Köln
- Mehrjährige klinische Tätigkeit als Logopädin in Bremerhaven und Frankfurt/Main, parallel Dozententätigkeit
- Forschungsaufenthalt in New York City
- Mehrjährige Tätigkeit als Lehrlogopädin und Leitende Lehrlogopädin an der Staatlichen Berufsfachschule für Logopädie an der Universität München
- Ausbildung in systemischer Supervision/ Praxisanleitung
- Seit 2002 selbstständige Tätigkeit als Logopädin

Praxiswissen Logopädie

Herausgegeben von Monika M. Thiel

Sabine S. Hammer

Stimmtherapie mit Erwachsenen

Was Stimmtherapeuten wissen sollten

Mit einem Geleitwort von Michael Heptner

2. Auflage

Mit 18 Abbildungen und 11 Tabellen

Springer

Sabine S. Hammer
Am Hang 9e
61118 Bad Vilbel
e-mail: sabine@hammerfamily.de

Monika M. Thiel
Frundsbergstraße 2
80634 München
e-mail: thielmonika@mail.com

ISSN 1619-5159
ISBN 3-540-21216-7 Springer Medizin Verlag Heidelberg
ISBN 3-540-42871-2 1. Auflage Springer-Verlag Berlin Heidelberg New York

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, des Vortrags, der Entnahme von Abbildungen und Tabellen, der Funksendung, der Mikroverfilmung oder der Vervielfältigung auf anderen Wegen und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten. Eine Vervielfältigung dieses Werkes oder von Teilen dieses Werkes ist auch im Einzelfall nur in den Grenzen der gesetzlichen Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes der Bundesrepublik Deutschland vom 9. September 1965 in der jeweils geltenden Fassung zulässig. Sie ist grundsätzlich vergütungspflichtig. Zuwiderhandlungen unterliegen den Strafbestimmungen des Urheberrechtsgesetzes.

Springer Medizin Verlag.
Ein Unternehmen von Springer Science+Business Media
springer.de
© Springer Medizin Verlag Heidelberg 2003, 2005
Printed in Germany

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, daß solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutzgesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Produkthaftung: Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann vom Verlag keine Gewähr übernommen werden. Derartige Angaben müssen vom jeweiligen Anwender im Einzelfall anhand anderer Literarturstellen auf ihre Richtigkeit überprüft werden.

Planung/Lektorat: Marga Botsch, Heidelberg
Desk Editing: Claudia Bauer, Heidelberg
Herstellung: Isolde Scherich, Heidelberg
Layout: deblik Berlin
Umschlaggestaltung: deblik Berlin

SPIN 10988428
Satz: medio Technologies AG, Berlin

Gedruckt auf säurefreiem Papier 22/3160/is – 5 4 3 2 1 0

Geleitwort

Mit dem vorliegenden Lehrbuch in der Reihe »Praxiswissen Logopädie« hat die Autorin eine von vielen Seiten lange bedauerte Lücke in der Fachliteratur zum Thema Stimme geschlossen. Ihr ist es vor allem gelungen, gerade für den Berufsanfänger Informationen aus den verschiedenen Disziplinen, die sich mit dem Phänomen Stimme beschäftigen, zu verbinden, also verständlich und für die Praxis verwertbar zu machen.

Die Autorin erfüllt damit nicht nur den Wunsch nach einem Lehrbuch für den Fachbereich Stimme, wie es in den immer zahlreicher werdenden Logopädie-Lehranstalten im deutschsprachigen Raum schon lange erwartet wurde. Sie bietet auch den Logopädinnen und allen anderen Stimmtherapeutinnen eine Übersicht über die Methodenvielfalt und ein Nachschlagewerk in Form eines an der Praxis orientierten Handbuches.

Die Stimme ist seit grauer Vorzeit ein Thema, um das sich die abenteuerlichsten Geschichten, Mythen des Altertums und neuere Erzählungen aus allen Kulturen der Welt ranken. Dieses Phänomen setzt sich nicht zuletzt bis heute in Form von inter- und intradisziplinären Meinungsverschiedenheiten und in einem fruchtbaren Methodenstreit fort. Die sich daraus ergebende Facettenvielfalt im Umgang mit unserem Stimmorgan beschreibt die Autorin vom Standpunkt fachlicher Neutralität.

Die wachsende Gruppe der an der Stimme Interessierten wird der Autorin dafür und für ihre Klarheit, Struktur und Transparenz dankbar sein, mit der sie dem geneigten Leser und Nutzer dieses wertvollen Buches die Stimme mit ihren Funktionen, Störungen und Therapiemethoden näher bringt.

Michael Heptner
Graz, im Oktober 2002

Vorwort zur 2. Auflage

Die Nachfrage nach dem Buch »Stimmtherapie mit Erwachsenen« ist erfreulicherweise so groß, dass bereits ein Jahr nach der Erstveröffentlichung eine Neuauflage erscheinen kann. Für die vielen positiven Reaktionen, die auch direkt an mich gesendet wurden, möchte ich mich an dieser Stelle sehr bedanken. Diese Rückmeldungen haben mir bestätigt, dass das Buch einen schon lange bestehenden Bedarf in der logopädischen Fachliteratur abdecken konnte. Nach wie vor freue ich mich über Ihre Anmerkungen, auch, wenn es sich um Änderungsvorschläge oder Ergänzungswünsche handelt.

Das Buch wurde nun durchgesehen, an einigen Stellen überarbeitet und um eine weitere Abbildung ergänzt. Neu ist das Kapitel über »Stimmtherapie bei Transsexualität«, eine Thematik, zu deren Bewältigung mehr und mehr auch Logopädinnen zu Rate gezogen werden. Wechselt ein Patient vom männlichen zum weiblichen Geschlecht, kann die Logopädin ihn wesentlich darin unterstützen, seiner neuen Identität mittels Stimme und Sprache Ausdruck zu verleihen.

Das Kapitel über das Führen eines Stimmtagebuchs wurde erweitert: Zwei neue Formulare ermöglichen dem Patienten ein noch genaueres und für die Therapie aussagekräftigeres Beobachten seiner Stimme im Alltag.

Wo es notwendig ist, werden Sie nach wie vor auf weiterführende Literatur zur Vertiefung einzelner Themen verwiesen. So vermittelt Ihnen das Buch als Basislektüre den Zugang zu umfassenden Informationen über den aktuellen Stand des stimmtherapeutischen Vorgehens in der Erwachsenentherapie.

Sabine S. Hammer
Bad Vilbel, im März 2004

Vorwort und Danksagungen

Ein Buch über die Stimme, ihre Störungen und deren Therapie zu schreiben ist ein Wagnis – auch und besonders, sich dabei auf eine für den Leser attraktive Seitenzahl zu beschränken. Die Stimme ist ein komplexes Phänomen, viele Fragen sind noch ungeklärt und gerade zur Therapie gehen die Meinungen weit auseinander.

Mein Anliegen ist es, aktuelles Basiswissen zu vermitteln und den Leser gleichzeitig zum Nachdenken, zur kritischen Auseinandersetzung und zum kreativen Umgang mit den beschriebenen Inhalten anzuregen. Kein Buch kann die Erfahrungen und Erkenntnisse ersetzen, die durch die praktische Arbeit mit der eigenen Stimme und mit Stimmpatienten zu gewinnen sind.

Das Erscheinungsbild von Stimmerkrankungen (wie die Stimme selbst) ist so verschieden und einzigartig wie die Menschen, die davon betroffen sind. Dementsprechend muss eine Stimmtherapeutin stets dazu bereit und in der Lage sein, ihre Vorgehensweise in der Therapie zu modifizieren und sich von unterschiedlichen Theorien, aber auch von den Patienten selbst inspirieren zu lassen. Dieses Buch bietet eine solide Grundlage für professionelles stimmtherapeutisches Vorgehen, aus der heraus sich ein individueller, der Persönlichkeit der Therapeutin entsprechender Arbeitsstil entwickeln kann.

Für moralische und tatkräftige Unterstützung danke ich Ludwig Hammer, Monika Thiel, Carmen Colinas, Verena Forsbach, Christine Hammer, Anton Kollmannthaler und Stefan Aberle. Feline und Julia Hammer danke ich für lange und erfüllte Arbeitspausen.

Sabine S. Hammer, Logopädin
Bad Vilbel, im Mai 2002

Hinweis: Ich habe mich entschieden, durchgehend von Therapeutin, Patient, Psychotherapeutin und Arzt zu sprechen. Die Wahl der jeweiligen geschlechtlichen Zuordnung fiel spontan und ist ohne tiefere Bedeutung.

Inhalt

Geleitwort V

Vorwort zur 2. Auflage VII

Vorwort und Danksagungen IX

Einleitung und Überblick XIX

1 Grundlagen der Stimmfunktion 1
1.1 Anatomische Grundlagen 3
1.1.1 Anatomie des Kehlkopfes 3
Gerüst 3
Muskulatur 4
Aufbau der Stimmlippen 5
1.1.2 Funktion der Kehlkopfmuskeln .. 5
1.1.3 Innervation des Kehlkopfes 6
1.1.4 Anatomie des Atemapparates 8
1.1.5 Funktion der Atemmuskulatur ... 9
Atemhilfsmuskulatur 10
1.1.6 Anatomie des Vokaltraktes (Ansatzrohres) 10
1.2 Physiologie der Primärfunktionen 11
1.2.1 Die Primärfunktion des Kehlkopfes 11
Schutzfunktion 11
Die Doppelventilfunktion des Kehlkopfes 12
1.2.2 Physiologie der Atmung 12
Zentrale Steuerung der Atemfunktion 12
Atemablauf 12
Atemformen 13
Atemveränderungen 13
Atemvolumina 14
Pathophysiologie der Atmung 15
1.2.3 Die Primärfunktion des Vokaltraktes (Ansatzrohres) 16
Nahrungsaufnahme 16
Atmungsorgan 16
1.3 Akustische Grundlagen 16
1.4 Physiologie der Stimmgebung ... 19
1.4.1 Stimmlippenschwingung 19
1.4.2 Stimmatmung 21
1.4.3 Resonanzbildung 22
Brust- und Kopfresonanz 22
Stimmtimbre 23
1.4.4 Stimmleistungen 23
Tonhöhe 23
Lautstärke 24
Phonationsdauer 25
Stimmeinsätze 25
Stimmsitz (Stimmansatz) 25
Stimmregister 26
1.4.5 Die Sprechstimme 27
Mittlere Sprechstimmlage 27
Indifferenzlage 27
Modulation 28
1.4.6 Die gesunde Stimme 28
1.4.7 Die Singstimme 28
Stimmumfang 28
Stimmgattungen 28
Die ausgebildete Gesangsstimme 29
Vibrato 29
Registerwechsel 29
1.5 Zentrale Kontrolle der Stimmfunktion 30
1.5.1 Neuromuskuläre Kontrolle 30
1.5.2 Audiophonatorische Kontrolle ... 31
1.5.3 Musikalität 31
1.6 Artikulation 32
1.6.1 Vokalbildung 32
1.6.2 Konsonantbildung 33
1.6.3 Einfluss der Artikulation auf die Glottisfunktion 34
1.7 Stimmentwicklung 34
1.7.1 Die Säuglingsstimme 35
1.7.2 Die Stimme im Kindesalter 36
1.7.3 Stimmwechsel (Mutation) 36
Männlicher Stimmwechsel 36
Weiblicher Stimmwechsel 37
1.7.4 Die Stimme des Erwachsenen 37
Klimakterium 37
1.7.5 Altersstimme 37

2 Stimme und Einflussfaktoren 39
2.1 Überblick 40
2.2 Stimme und Körper 40
2.2.1 Haltung und Stimme 41
Die physiologische Haltung 41
Stehen 42
Sitzen 43
Die »innere« Haltung 44
2.2.2 Bewegung und Stimme 44
2.2.3 Tonus und Stimme 45
2.3 Stimme und Persönlichkeit 47
2.3.1 Charakterliche Einflüsse 47
2.3.2 Soziokulturelle Einflüsse 47
2.4 Stimme und Situation 48
2.4.1 Lebenssituation 48
Warum die Stimme so viel verrät . 49
2.4.2 Sprechsituation 49
Gesprächsinhalt 49
Gesprächspartner 49
2.5 Der Reaktionskreis 50

3 Stimmerkrankungen 53
3.1 Überblick 55
3.1.1 Definition 55
3.2 Funktionelle Stimmstörungen ... 55
3.2.1 Zur Entstehung funktioneller Stimmstörungen 55
3.2.2 Ursachen 56
3.2.3 Symptomatik 57
3.2.4 Einteilung von funktionellen Stimmstörungen 59
Hyperfunktionelle Dysphonie 59
Hypofunktionelle Dysphonie 61
Gemischte Dysphonie 62
Taschenfaltenstimme 63
3.3 Psychogene Stimmstörungen 63
3.3.1 Ursachen, Symptomatik, Formen . 64
3.4 Spastische Dysphonie 65
3.4.1 Ursachen, Entstehung, Symptomatik 65
3.5 Funktionell bedingte Mutationsstörungen 66
3.5.1 Formen 66
Unvollständige Mutation (Mutatio incompleta) 67
Larvierte Mutationsstörung 68
Mutationsfistelstimme 68
Stark verlängerte Mutation (Mutatio prolongata) 69
Mutationsbass 69
3.6 Hormonelle Stimmstörungen 69
3.6.1 Veränderungen des hormonalen Systems 70
3.6.2 Formen endokrin bedingter Mutationsstörungen 70
3.6.3 Veränderungen der Stimme während des weiblichen Funktionszyklus 71
3.6.4 Stimmveränderungen durch Einnahme hormonhaltiger Präparate 72
3.6.5 Transsexualität und Stimme 72
3.7 Stimmlippenlähmungen 73
3.7.1 Zentrale Stimmlippenparesen 73
3.7.2 Nukleäre (bulbäre) Stimmlippenparesen 73
3.7.3 Infranukleäre Stimmlippenparesen 73
Mögliche Ursachen 74
Position der gelähmten Stimmlippe 75
Symptomatik 75
Prognose 76
3.8 Stimmstörungen infolge organischer Veränderungen des Kehlkopfes 77
3.8.1 Organische Veränderungen durch stimmlichen Fehlgebrauch 77
Stimmlippenknötchen 77
Kontaktgranulom (Kontaktulkus) 77
Vokalisatrophie 78
3.8.2 Stimmstörungen infolge entzündlicher Erkrankungen 78
Laryngitis 78
Reinke-Ödem 79
Stimmlippenpolyp 79
Gastroösophageale Refluxkrankheit 79
3.8.3 Kehlkopffehlbildungen (dysplastische Dysphonien) 80

Kehlkopfasymmetrie 80
Sulcus glottidis (Stimmlippenfurche) 80
Synechie 80
3.8.4 Kehlkopftumoren 81
Stimmlippenzyste 81
Stimmlippenpapillom 81
Larynxkarzinom 81
3.8.5 Stimmstörungen infolge von Gewalteinwirkung 82
Stimmlippenblutungen 82
Intubationstrauma 82
Posttraumatische Stimmstörungen 82
3.9 Störungen der Singstimme 82
3.9.1 Entstehung von Störungen der Singstimme 83
3.9.2 Dysodie 84
3.9.3 Sängerknötchen 85
3.9.4 Hormonell bedingte Beeinträchtigungen der Gesangsstimme 85
3.10 Sonstige Störungsbilder 85
3.10.1 Stimmstörungen bei Schwerhörigkeit 85
3.10.2 Zervikogene Dysphonie 86
3.10.3 Berufsdysphonie 86
3.10.4 Presbyphonie 87

4 Patient und Therapeutin in der Stimmtherapie 89
4.1 Der Stimmpatient 90
4.1.1 Über die Bedeutung der Stimmerkrankung für den Betroffenen .. 90
4.1.2 Informationsstand der Patienten 91
4.1.3 Das Auftreten von Stimmstörungen in besonderen Lebenssituationen 91
4.1.4 Das Auftreten von Stimmstörungen innerhalb verschiedener Berufsgruppen 92
4.1.5 Versuch der Typisierung von Stimmpatienten 92
Persönlichkeitstypen 92
Motivationstypen 94
4.1.6 Symptombedeutung und Krankheitswert 95
Symptombedeutung 95
Krankheitswert 95
4.2 Rolle der Stimmtherapeutin 96
4.2.1 Aufgaben der Stimmtherapeutin . 97
4.2.2 Stimmtherapie als Gratwanderung – Grenzziehung zur Psychotherapie 98
4.2.3 Die Stimmtherapeutin als Gesprächspartnerin 99
Gesprächsinhalte 99
Beratung 100
Ursachenforschung 100
Gesprächsführung 101
4.2.4 Der Auftrag des Patienten 102
Klärung des Grundauftrages 102
Klärung von Aufträgen in der Beratung 103
4.2.5 Transparenz 104
4.2.6 Die Macht der Therapeutin 105
Die »Allmacht« der Therapeutin 105
4.2.7 Therapeutische Grundhaltung ... 106
4.2.8 Nähe und Distanz 107
Was die Distanz stört 107
4.2.9 Psychotherapie und Stimmtherapie 108
Organisation 108
Das Problem der Vermittlung 108
4.2.10 Keine Angst vor Stimmtherapien! 110
4.2.11 Keine Angst vor der Ablehnung eines Therapieauftrages! 110
4.2.12 Stimmtherapie und Supervision .. 111

5 Anamnese 113
5.1 Ziele des logopädischen Anamnesegesprächs 114
5.2 Die Anamnese aus Sicht des Patienten 115
5.3 Gliederung 115
5.4 Erläuterungen zum Anamnesebogen 116
5.4.1 Zur Krankheitsgeschichte 116
Beginn und Verlauf der Beschwerden 116
Vermutete Ursache 117

Berufliche und private Stimmbelastung 117
Veränderung der Beschwerden im Laufe des Tages 117
Situationsabhängige Veränderungen der Beschwerden 118
Reaktionen der Umwelt 118
Stimmstörungen und Stimmverhalten in der Familie 119
Stimme in der Kindheit und Stimmwechsel 119
5.4.2 Rahmenbedingungen 120
Leidensdruck/Motivation 120
Stimmausbildung/Gesangserfahrung/Musikalität 120
Erfahrung mit Entspannungstechniken 121
Sonstige Erkrankungen/ärztliche oder therapeutische Behandlung/Medikamente 121
Außergewöhnliche berufliche oder private Belastungen/Bedingungen 122
Ernährungsgewohnheiten/Nikotin/Alkohol 123
5.4.3 Ergänzende Fragen 124
Vorstellungen über die Therapie/Therapieerwartungen 124
Therapieziel 125
Subjektive Stimmbeurteilung 125
Gewünschte Veränderungen an der Stimme 126
Zeit für häusliches Üben 126
Warum der Entschluss zur Therapie gerade jetzt? 127
Bevorzugte Stimmlagen/Stimmfärbungen 127
5.4.4 Erweiterte Anamnese: Der Fragebogen für zu Hause 128

6 Diagnostik 129
6.1 Allgemeine Hinweise zur Diagnostik 130
6.1.1 Aufgaben und Zielsetzung 130
6.1.2 Die wichtigsten Instrumente des Diagnostikers: Hören, Sehen, Spüren 130
6.1.3 Objektive und subjektive Diagnosekriterien 130
Objektive Diagnosekriterien 130
Subjektive Diagnosekriterien 130
Diagnostik durch »Übertragung« und »Projektion« 131
6.1.4 Diagnostik als Prozess 131
6.1.5 Diagnostik aus Sicht des Patienten 132
Diagnostik als Prüfungssituation 132
Stressabbauende Hilfestellungen 132
6.2 Erläuterungen zum Befundbogen 133
6.2.1 Subjektive Beschwerden 133
6.2.2 Untersuchung der Atmung 134
Untersuchung der Ruheatmung .. 134
Untersuchung der Sprechatmung 135
Prüfung der Ausatmungsdauer ... 135
6.2.3 Untersuchung der Sprechstimme 136
Beurteilung des Stimmklanges ... 138
Beurteilung der Stimmgebung ... 138
Beurteilung des Stimmsitzes (Stimmansatzes) 139
Einschätzung des Stimmvolumens 139
Überprüfung der Stimmeinsätze 139
Bewertung der Stimmabsätze 140
Überprüfung der Steigerungsfähigkeit 140
Überprüfung der Modulationsfähigkeit 141
Bestimmen der mittleren Sprechstimmlage 141
6.2.4 Untersuchung der Singstimme ... 142
Messung der Tonhaltedauer 142
Untersuchung des Schwelltonvermögens 143
Untersuchung des Gleittonvermögens (Glissando) 144
Stimmfeldmessung 144
6.2.5 Beurteilung der Artikulation 147
6.2.6 Beurteilung von Tonus und Haltung 148

Beobachtung des gesamtkörperlichen Tonus und der Körperhaltung 148
Beurteilung des Tonus im Schulter-/Nackenbereich 149
Beobachtung der mimischen Muskulatur 149
6.2.7 Sonstiges 149
Einschätzung des Kommunikationsverhaltens 149
Bemerken sonstiger Auffälligkeiten 149
6.2.8 Materialcheckliste 150
6.3 Klanganalyse: Was steckt dahinter? 150
6.4 Kurzdiagnostik 153
6.5 Darstellung von Anamnese und Befund: der stimmtherapeutische Bericht 153
6.6 Befundbesprechung 154
Beispiel 155

7 Therapie: Methoden und Konzeption 157
7.1 Allgemeines zur Methodik in der Stimmtherapie 158
7.1.1 Entwicklung stimmtherapeutischer Ansätze 158
7.1.2 Die Qual der Wahl oder der »Methoden-Markt« 158
7.1.3 Störungsbildspezifische Behandlung 160
Übungswahl 160
7.1.4 Das komplexe Störungsbild und die Möglichkeiten des Therapieansatzes 160
7.2 Methoden zur Behandlung von Stimmstörungen: Überblick, Vergleich, Beurteilung 161
7.2.1 Klassische Verfahren 161
Stimm-, Sprech- und Sprachtherapie nach Schlaffhorst und Andersen 161
Kaumethode und Stoßübungen nach Froeschels 162
Atemwurf nach Fernau-Horn 163
Nasalierungsmethode nach Pahn und Pahn 163
7.2.2 Weiterführende Verfahren 164
Atemrhythmisch Angepasste Phonation (AAP) nach Coblenzer und Muhar 164
Akzentmethode nach Smith 165
7.2.3 Neuere ganzheitliche Verfahren .. 166
Personale Stimmtherapie nach Stengel und Strauch 166
Konzept einer Interaktionalen und Integrativen Stimmtherapie nach Spiecker-Henke (KIIST) 167
Integrative Stimmtherapie nach Haupt 167
7.2.4 Neuere funktionsbezogene Verfahren 168
Funktionales Stimmtraining 168
Tonale Stimmtherapie nach Herrmann-Röttgen und Miethe .. 169
Typenpolare Atmung nach Alavi-Kia und Schulze-Schindler 170
7.2.5 Sonstige Verfahren 171
Eutonie nach Alexander 171
Progressive Muskelentspannung nach Jacobson 171
Atemtherapie nach Middendorf .. 172
Feldenkrais-Methode 173
7.3 Zeitgemäße Konzeption: methodenübergreifender Therapieaufbau 173
7.3.1 Die zwei Ebenen der Stimmtherapie: Funktion und Person 174
7.3.2 Ziele der Stimmtherapie 174
7.3.3 Das Kernprinzip stimmtherapeutischer Arbeit 175
7.3.4 Die Wahrnehmung als Basis der Stimmtherapie 176
Warum Wahrnehmungsübungen? 176
Das Prinzip von Wahrnehmungsübungen 177
Wahrnehmung auf funktioneller Ebene 177

Wahrnehmung auf personaler Ebene 178
7.3.5 Inhaltlicher Aufbau einer Stimmtherapie 178
Zur Gewichtung und Hierarchie der Therapiebausteine 179

8 Die 5 Therapiebausteine 181
8.1 Therapiebaustein Tonus, Haltung und Bewegung 183
8.1.1 Tonusregulation 183
Ziele 183
Praktisches Vorgehen 183
Hinweise zur Durchführung 184
8.1.2 Haltungsarbeit 185
Ziele 185
Konflikte bei der »Verbesserung« der Körperhaltung 185
Praktisches Vorgehen 186
Hinweise zur Durchführung 187
8.1.3 Bewegung 187
Ziele 187
Praktisches Vorgehen 188
Hinweise zur Durchführung 188
8.2 Therapiebaustein Atmung 189
Gefahren der Atemarbeit 189
Prinzipien der Atemtherapie 190
Ziele 190
Praktisches Vorgehen 190
8.2.1 Spezieller Teil zum Therapiebereich Atmung 192
Abspannen und Atemrhythmisch Angepasste Phonation 192
8.3 Therapiebaustein Artikulation ... 193
Ziele 193
Praktisches Vorgehen 193
8.3.1 Spezielle Aspekte des Therapiebereichs Artikulation 194
Lautfunktionen 194
8.4 Therapiebaustein Phonation 199
8.4.1 Differenzierung der Stimmwahrnehmung 200
Ziele 200
Praktisches Vorgehen 201
Hinweise zur Durchführung 203
8.4.2 Finden und Festigen der Indifferenzlage 204
Hinweise zur Durchführung 204
8.4.3 Resonanzaufbau und -erweiterung 205
Ziele 205
Praktisches Vorgehen 205
8.4.4 Vorverlagerung des Stimmsitzes 208
Praktisches Vorgehen 209
8.4.5 Stabilisieren der Stimmführung .. 209
Praktisches Vorgehen 209
Hinweise zur Durchführung 210
8.4.6 Erweiterung des Stimmumfangs .. 210
Ziele 210
Praktisches Vorgehen 210
8.4.7 Kräftigung des Stimmvolumens .. 210
Praktisches Vorgehen 211
Hinweise zur Durchführung 211
8.4.8 Verlängerung der Phonationsdauer 211
8.4.9 Verbesserung der Modulationsfähigkeit und prosodischer Elemente 212
Praktisches Vorgehen 212
8.4.10 Arbeit an Stimmeinsätzen 213
Praktisches Vorgehen 213
8.4.11 Spezieller Teil zum Therapiebereich Stimme 213
Allgemeines zum Einsatz von Vorstellungshilfen 213
Allgemeines zum Einsatz von Bewegungen 214
Mentales Training 215
Reizstrombehandlung 216
8.5 Therapiebaustein Person 217
8.5.1 Die eigene Stimme kennen lernen und akzeptieren 217
Praktisches Vorgehen 218
8.5.2 Das eigene Stimmverhalten kennen lernen 218
Praktisches Vorgehen 218
8.5.3 Erkenntnisse über Ursachen und aufrechterhaltende Faktoren 219
8.5.4 Sprechabsicht und Stimmgebrauch 219
Ziele 220

Praktisches Vorgehen 220
Hinweise zur Durchführung 221
8.5.5 Alternativen zum gewohnten Stimmverhalten erarbeiten 222
8.5.6 Angst auslösende Sprechsituationen bewältigen 223
8.5.7 Transfer veränderter Phonationsmuster in die Alltagssituation 224
8.5.8 Stimmtagebuch 225
Welche Erkenntnisse kann der Patient aus dem Führen eines Stimmtagebuches ziehen?... 226

9 Stimmtherapie praxisnah 227
9.1 Äußerer Rahmen: Dauer, Verlauf, Erfolgsaussichten 228
9.1.1 Therapieausblick 228
9.1.2 Faktoren, die den Erfolg der Therapie beeinflussen 229
9.1.3 Wann ist eine Stimmtherapie beendet? 230
9.2 Hinweise zur inhaltlichen Gestaltung 231
9.2.1 Prinzip Transparenz: Aufklärung des Patienten 231
9.2.2 Aufbau einzelner Therapiesitzungen 232
9.2.3 Über das Anbieten von Übungen 233
9.2.4 Allgemeine Hinweise zur Arbeit an der Stimme 234
9.2.5 Was tun, wenn die Stimme schlechter wird? 236
Stimmverschlechterung während der Übung 236
9.2.6 Üben zu Hause 237
Die Bedeutung des Übens zu Hause 237
Therapeutische Hilfen 237
Inhalte 238
Anwendung von Stimmhygiene .. 239
Was tun, wenn ein Patient nicht übt? 239
9.3 Besonderheiten der Körperarbeit 239
9.3.1 Bauch und Becken als sensible Körperregionen 239
9.3.2 Anfassen oder nicht? – Die Bedeutung der Berührung ... 240
Wann ist eine Berührung angebracht? 241
9.4 Interdisziplinäres Arbeiten 242

10 Therapie spezieller Störungsbilder 243
10.1 Überblick 244
10.2 Therapie bei psychogenen Dysphonien 244
Praktisches Vorgehen 244
10.3 Therapie bei funktionellen Mutationsstörungen 246
10.3.1 Mutationsstörungen der männlichen Stimme 246
Prognose 246
Ziele 246
Praktisches Vorgehen 246
10.3.2 Mutationsstörungen der weiblichen Stimme..... 248
10.4 Therapie bei Stimmlippenlähmungen 249
Ziele 249
Praktisches Vorgehen 249
10.5 Stimmtherapie nach operativen Eingriffen 251
10.5.1 Stimmtherapie nach Abtragung .. 251
10.5.2 Stimmtherapie nach Dekortikation 251
10.5.3 Stimmtherapie nach Chordektomie 252
10.6 Therapie der gestörten Singstimme..... 252
Besondere Anforderungen an die Stimmtherapeutin bei der Therapie von Singstimmen 253
Ziele 254
Praktisches Vorgehen 254
10.7 Stimmtherapie bei Schwerhörigkeit 255
Ziele 255
Praktisches Vorgehen 256
10.8 Stimmtherapie bei Transsexualität 256
Unterstützende Operationsmethoden 257