

Inhalt

Geleitwort	V
Vorwort und Danksagungen	VII
Einleitung und Überblick	XVII
1	
Grundlagen der Stimmfunktion	1
<hr/>	
1.1 Anatomische Grundlagen	3
1.1.1 Anatomie des Kehlkopfes	3
Gerüst	3
Muskulatur	3
Aufbau der Stimmlippen	4
1.1.2 Funktion der Kehlkopfmuskeln ..	5
1.1.3 Innervation des Kehlkopfes	6
1.1.4 Anatomie des Atemapparates	7
1.1.5 Funktion der Atemmuskulatur ...	8
Atemhilfsmuskulatur	8
1.1.6 Anatomie des Vokaltraktes	
(Ansatzrohres)	10
1.2 Physiologie der Primärfunktionen	10
1.2.1 Die Primärfunktion des	
Kehlkopfes	11
Schutzfunktion	11
Die Doppelventilfunktion des	
Kehlkopfes	11
1.2.2 Physiologie der Atmung	12
Zentrale Steuerung der	
Atemfunktion	12
Atemablauf	12
Atemformen	12
Atemveränderungen	12
Atemvolumina	13

	Pathophysiologie der Atmung	14
1.2.3	Die Primärfunktion des Vokaltraktes (Ansatzrohres)	15
	Nahrungsaufnahme	15
	Atmungsorgan	15
1.3	Akustische Grundlagen	16
1.4	Physiologie der Stimmgebung	18
1.4.1	Stimmlippenschwingung	18
1.4.2	Stimmatmung	19
1.4.3	Resonanzbildung	21
	Brust- und Kopfredonanz	21
	Stimmtimbre	22
1.4.4	Stimmleistungen	22
	Tonhöhe	22
	Lautstärke	22
	Phonationsdauer	23
	Stimmeinsätze	24
	Stimmsitz (Stimmansatz)	24
	Stimmregister	24
1.4.5	Die Sprechstimme	25
	Mittlere Sprechstimmlage	25
	Indifferenzlage	25
	Modulation	26
1.4.6	Die gesunde Stimme	26
1.4.7	Die Singstimme	26
	Stimmumfang	26
	Stimmgattungen	27
	Die ausgebildete Gesangsstimme .	27
	Vibrato	27
	Registerwechsel	28
1.5	Zentrale Kontrolle der Stimmfunktion ..	28
1.5.1	Neuromuskuläre Kontrolle	29
1.5.2	Audiophonatorische Kontrolle ...	29

1.5.3	Musikalität	29
1.6	Artikulation	30
1.6.1	Vokalbildung	30
1.6.2	Konsonantbildung	31
1.6.3	Einfluss der Artikulation auf die Glottisfunktion	31
1.7	Stimmentwicklung	32
1.7.1	Die Säuglingsstimme	32
1.7.2	Die Stimme im Kindesalter	34
1.7.3	Stimmwechsel (Mutation)	34
	Männlicher Stimmwechsel	34
	Weiblicher Stimmwechsel	34
1.7.4	Die Stimme des Erwachsenen	35
	Klimakterium	35
1.7.5	Altersstimme	35

2

Stimme und Einflussfaktoren 37

2.1	Überblick	38
2.2	Stimme und Körper	38
2.2.1	Haltung und Stimme	39
	Die physiologische Haltung	39
	Stehen	40
	Sitzen	41
	Die »innere« Haltung	42
2.2.2	Bewegung und Stimme	42
2.2.3	Tonus und Stimme	43
2.3	Stimme und Persönlichkeit	44
2.3.1	Charakterliche Einflüsse	44
2.3.2	Soziokulturelle Einflüsse	45
2.4	Stimme und Situation	45
2.4.1	Lebenssituation	45
	Warum die Stimme so viel verrät .	46
2.4.2	Sprechsituation	46
	Gesprächsinhalt	46
	Gesprächspartner	47
2.5	Der Reaktionskreis	47

3

Stimmerkrankungen 49

3.1	Überblick	51
3.1.1	Definition	51

3.2	Funktionelle Stimmstörungen	51
3.2.1	Zur Entstehung funktioneller Stimmstörungen	51
3.2.2	Ursachen	52
3.2.3	Symptomatik	53
3.2.4	Einteilung von funktionellen Stimmstörungen	55
	Hyperfunktionelle Dysphonie ...	55
	Hypofunktionelle Dysphonie	56
	Gemischte Dysphonie	58
	Taschenfaltenstimme	58
3.3	Psychogene Stimmstörungen	59
3.3.1	Ursachen, Symptomatik, Formen .	59
3.4	Spastische Dysphonie	60
3.4.1	Ursachen, Entstehung, Symptomatik	60
3.5	Funktionell bedingte Mutations- störungen	61
3.5.1	Formen	62
	Unvollständige Mutation (Mutatio incompleta)	62
	Larvierte Mutationsstörung	63
	Mutationsfistelstimme	63
	Stark verlängerte Mutation (Mutatio prolongata)	63
	Mutationsbass	64
3.6	Hormonelle Stimmstörungen	64
3.6.1	Veränderungen des hormonalen Systems	64
3.6.2	Formen endokrin bedingter Mutationsstörungen	65
3.6.3	Veränderungen der Stimme während des weiblichen Funktionszyklus	66
3.6.4	Stimmveränderungen durch Einnahme hormonhaltiger Präparate	66
3.6.5	Transsexualität und Stimme	67
3.7	Stimmlippenlähmungen	67
3.7.1	Zentrale Stimmlippenparesen ...	67
3.7.2	Nukleäre (bulbäre) Stimm- lippenparesen	68
3.7.3	Infranukleäre Stimmlippen- paresen	68

	Mögliche Ursachen	69
	Position der gelähmten Stimm- lippe	69
	Symptomatik	70
	Prognose	70
3.8	Stimmstörungen infolge organischer Veränderungen des Kehlkopfes	71
3.8.1	Organische Veränderungen durch stimmlichen Fehlgebrauch	71
	Stimmlippenknötchen	71
	Kontaktgranulom (Kontaktulkus)	72
	Vokalisatrophie	72
3.8.2	Stimmstörungen infolge entzünd- licher Erkrankungen	72
	Laryngitis	72
	Reinke-Ödem	73
	Stimmlippenpolyp	73
	Gastroösophageale Refluxkrankheit	73
3.8.3	Kehlkopffehlbildungen (dysplastische Dysphonien)	74
	Kehlkopfasymmetrie	74
	Sulcus glottidis (Stimmlippenfurche)	74
	Synechie	74
3.8.4	Kehlkopftumoren	75
	Stimmlippenzyste	75
	Stimmlippenpapillom	75
	Larynxkarzinom	75
3.8.5	Stimmstörungen infolge von Gewalteinwirkung	75
	Stimmlippenblutungen	75
	Intubationstrauma	76
	Posttraumatische Stimmstörungen	76
3.9	Störungen der Singstimme	76
3.9.1	Entstehung von Störungen der Singstimme	77
3.9.2	Dysodie	78
3.9.3	Sängerknötchen	78
3.9.4	Hormonell bedingte Beeinträchti- gungen der Gesangsstimme	78
3.10	Sonstige Störungsbilder	79
3.10.1	Stimmstörungen bei Schwer- hörigkeit	79

3.10.2 Zervikogene Dysphonie	79
3.10.3 Berufsdysphonie	80
3.10.4 Presbyphonie	80

4

Patient und Therapeutin in

der Stimmtherapie	81
--------------------------------	-----------

4.1 Der Stimmpatient	82
4.1.1 Über die Bedeutung der Stimm- erkrankung für den Betroffenen .	82
4.1.2 Informationsstand der Patienten .	83
4.1.3 Das Auftreten von Stimm- störungen in besonderen Lebens- situationen	83
4.1.4 Das Auftreten von Stimm- störungen innerhalb verschiedener Berufsgruppen	84
4.1.5 Versuch der Typisierung von Stimmpatienten	84
Persönlichkeitstypen	84
Motivationstypen	86
4.1.6 Symptombedeutung und Krank- heitswert	87
Symptombedeutung	87
Krankheitswert	87
4.2 Rolle der Stimmtherapeutin	88
4.2.1 Aufgaben der Stimmtherapeutin .	88
4.2.2 Stimmtherapie als Grat- wanderung – Grenzziehung zur Psychotherapie	89
4.2.3 Die Stimmtherapeutin als Gesprächspartnerin	90
Gesprächsinhalte	91
Beratung	91
Ursachenforschung	91
Gesprächsführung	92
4.2.4 Der Auftrag des Patienten	93
Klärung des Grundauftrages	93
Klärung von Aufträgen in der Beratung	94
4.2.5 Transparenz	94
4.2.6 Die Macht der Therapeutin	95
Die »Allmacht« der Therapeutin .	96

4.2.7	Therapeutische Grundhaltung ...	97
4.2.8	Nähe und Distanz	97
	Was die Distanz stört	98
4.2.9	Psychotherapie und Stimm- therapie	98
	Organisation	99
	Das Problem der Vermittlung	99
4.2.10	Keine Angst vor Stimmtherapien!	100
4.2.11	Keine Angst vor der Ablehnung eines Therapieauftrages!	100
4.2.12	Stimmtherapie und Supervision .	101

5

Anamnese	103
-----------------------	-----

5.1	Ziele des logopädischen Anamnese- gesprächs	104
5.2	Die Anamnese aus Sicht des Patienten ..	104
5.3	Gliederung	105
5.4	Erläuterungen zum Anamnesebogen ...	106
5.4.1	Zur Krankheitsgeschichte	106
	Beginn und Verlauf der Beschwerden	106
	Vermutete Ursache	106
	Berufliche und private Stimm- belastung	107
	Veränderung der Beschwerden im Laufe des Tages	107
	Situationsabhängige Verände- rungen der Beschwerden	108
	Reaktionen der Umwelt	108
	Stimmstörungen und Stimm- verhalten in der Familie	109
	Stimme in der Kindheit und Stimmwechsel	109
5.4.2	Rahmenbedingungen	109
	Leidensdruck/Motivation	109
	Stimmausbildung/Gesangs- erfahrung/Musikalität	110
	Erfahrung mit Entspannungs- techniken	110
	Sonstige Erkrankungen/ärztliche oder therapeutische Behandlung/ Medikamente	111

	Außergewöhnliche berufliche oder private Belastungen/ Bedingungen	112
	Ernährungsgewohnheiten/ Nikotin/Alkohol	112
5.4.3	Ergänzende Fragen	113
	Vorstellungen über die Therapie/ Therapieerwartungen	113
	Therapieziel	114
	Subjektive Stimmbeurteilung	114
	Gewünschte Veränderungen an der Stimme	115
	Zeit für häusliches Üben	115
	Warum der Entschluss zur Therapie gerade jetzt?	116
	Bevorzugte Stimmlagen/ Stimmfärbungen	116
5.4.4	Erweiterte Anamnese: Der Fragebogen für zu Hause	117

6

Diagnostik 119

6.1	Allgemeine Hinweise zur Diagnostik ...	120
6.1.1	Aufgaben und Zielsetzung	120
6.1.2	Die wichtigsten Instrumente des Diagnostikers: Hören, Sehen, Spüren	120
6.1.3	Objektive und subjektive Diagnosekriterien	120
	Objektive Diagnosekriterien	120
	Subjektive Diagnosekriterien	120
	Diagnostik durch »Übertragung« und »Projektion«	121
6.1.4	Diagnostik als Prozess	121
6.1.5	Diagnostik aus Sicht des Patienten	122
	Diagnostik als Prüfungssituation .	122
	Stressabbauende Hilfestellungen .	122
6.2	Erläuterungen zum Befundbogen	123
6.2.1	Subjektive Beschwerden	123
6.2.2	Untersuchung der Atmung	123
	Untersuchung der Ruheatmung ..	123
	Untersuchung der Sprechatmung .	125
	Prüfung der Ausatemungsdauer ...	125

6.2.3	Untersuchung der Sprechstimme .	125
	Beurteilung des Stimmklanges ...	126
	Beurteilung der Stimmgebung ...	128
	Beurteilung des Stimmsitzes (Stimmansatzes)	128
	Einschätzung des Stimmvolumens	129
	Überprüfung der Stimmeinsätze .	129
	Bewertung der Stimmabsätze	129
	Überprüfung der Steigerungs- fähigkeit	130
	Überprüfung der Modulations- fähigkeit	130
	Bestimmen der mittleren Sprechstimmlage	131
6.2.4	Untersuchung der Singstimme ...	131
	Messung der Tonhaldedauer	132
	Untersuchung des Schwellton- vermögens	133
	Untersuchung des Gleittonvermögens (Glissando)	133
	Stimmfeldmessung	134
6.2.5	Beurteilung der Artikulation	136
6.2.6	Beurteilung von Tonus und Haltung	137
	Beobachtung des gesamtkörper- lichen Tonus und der Körper- haltung	137
	Beurteilung des Tonus im Schulter-/Nackенbereich	138
	Beobachtung der mimischen Muskulatur	138
6.2.7	Sonstiges	138
	Einschätzung des Kommunika- tionsverhaltens	138
	Bemerken sonstiger Auffällig- keiten	138
6.2.8	Materialcheckliste	138
6.3	Klanganalyse: Was steckt dahinter?	139
6.4	Kurzdiagnostik	142
6.5	Darstellung von Anamnese und Befund: der stimmtherapeutische Bericht	142
	Beispiel	143
6.6	Befundbesprechung	144

7

Therapie: Methoden und Konzeption . 145

7.1	Allgemeines zur Methodik in der Stimmtherapie	146
7.1.1	Entwicklung stimmtherapeutischer Ansätze	146
7.1.2	Die Qual der Wahl oder der »Methoden-Markt«	146
7.1.3	Störungsbildspezifische Behandlung	148
	Übungswahl	148
7.1.4	Das komplexe Störungsbild und die Möglichkeiten des Therapieansatzes	148
7.2	Methoden zur Behandlung von Stimmstörungen: Überblick, Vergleich, Beurteilung	149
7.2.1	Klassische Verfahren	149
	Stimm-, Sprech- und Sprachtherapie nach Schlaffhorst und Andersen	149
	Kaumethode und Stoßübungen nach Froeschels	149
	Atemwurf nach Fernau-Horn	150
	Nasalierungsmethode nach Pahn und Pahn	151
7.2.2	Weiterführende Verfahren	152
	Atemrhythmisch Angepasste Phonation (AAP) nach Coblenzer und Muhar	152
	Akzentmethode nach Smith	153
7.2.3	Neuere ganzheitliche Verfahren ..	153
	Personale Stimmtherapie nach Stengel und Strauch	153
	Konzept einer Interaktionalen und Integrativen Stimmtherapie nach Spiecker-Henke (KIIST)	154
	Integrative Stimmtherapie nach Haupt	154
7.2.4	Neuere funktionsbezogene Verfahren	155
	Funktionales Stimmtraining	155

	Tonale Stimmtherapie nach Herrmann-Röttgen und Miethe ..	156
	Typenpolare Atmung nach Alavi-Kia und Schulze-Schindler .	157
7.2.5	Sonstige Verfahren	158
	Eutonie nach Alexander	158
	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson	158
	Atemtherapie nach Middendorf ..	159
	Feldenkrais-Methode	160
7.3	Zeitgemäße Konzeption: methoden- übergreifender Therapieaufbau	160
7.3.1	Die zwei Ebenen der Stimmtherapie: Funktion und Person	161
7.3.2	Ziele der Stimmtherapie	161
7.3.3	Das Kernprinzip stimm- therapeutischer Arbeit	162
7.3.4	Die Wahrnehmung als Basis der Stimmtherapie	162
	Warum Wahrnehmungsübungen?	163
	Das Prinzip von Wahrnehmungs- übungen	164
	Wahrnehmung auf funktioneller Ebene	164
	Wahrnehmung auf personaler Ebene	164
7.3.5	Inhaltlicher Aufbau einer Stimm- therapie	165
	Zur Gewichtung und Hierarchie der Therapiebausteine	165

8

Die 5 Therapiebausteine 167

8.1	Therapiebaustein Tonus, Haltung und Bewegung	169
8.1.1	Tonusregulation	169
	Ziele	169
	Praktisches Vorgehen	169
	Hinweise zur Durchführung	170
8.1.2	Haltungsarbeit	171
	Ziele	171
	Konflikte bei der »Verbesserung« der Körperhaltung	171

	Praktisches Vorgehen	172
	Hinweise zur Durchführung	173
8.1.3	Bewegung	173
	Ziele	173
	Praktisches Vorgehen	174
	Hinweise zur Durchführung	174
8.2	Therapiebaustein Atmung	174
	Gefahren der Atemarbeit	175
	Prinzipien der Atemtherapie	175
	Ziele	175
	Praktisches Vorgehen	176
8.2.1	Spezieller Teil zum Therapiebereich	
	Atmung	177
	Abspannen und Atemrhythmisch	
	Angepasste Phonation	177
8.3	Therapiebaustein Artikulation	178
	Ziele	178
	Praktisches Vorgehen	178
8.3.1	Spezielle Aspekte des Therapie-	
	bereichs Artikulation	179
	Lautfunktionen	179
8.4	Therapiebaustein Phonation	184
8.4.1	Differenzierung der Stimm-	
	wahrnehmung	184
	Ziele	185
	Praktisches Vorgehen	186
	Hinweise zur Durchführung	187
8.4.2	Finden und Festigen der	
	Indifferenzlage	188
	Hinweise zur Durchführung	188
8.4.3	Resonanzaufbau und -erweiterung	189
	Ziele	189
	Praktisches Vorgehen	189
8.4.4	Vorverlagerung des Stimmsitzes .	192
	Praktisches Vorgehen	192
8.4.5	Stabilisieren der Stimmführung ..	193
	Praktisches Vorgehen	193
	Hinweise zur Durchführung	193
8.4.6	Erweiterung des Stimmumfangs .	193
	Ziele	193
	Praktisches Vorgehen	193
8.4.7	Kräftigung des Stimmvolumens ..	194
	Praktisches Vorgehen	194
	Hinweise zur Durchführung	194

8.4.8	Verlängerung der Phonations- dauer	195
8.4.9	Verbesserung der Modulations- fähigkeit und prosodischer Elemente	195
	Praktisches Vorgehen	195
8.4.10	Arbeit an Stimmeinsätzen	196
	Praktisches Vorgehen	196
8.4.11	Spezieller Teil zum Therapiebereich Stimme	196
	Allgemeines zum Einsatz von Vorstellungshilfen	196
	Allgemeines zum Einsatz von Bewegungen	197
	Mentales Training	198
	Reizstrombehandlung	198
8.5	Therapiebaustein Person	199
8.5.1	Die eigene Stimme kennen lernen und akzeptieren	200
	Praktisches Vorgehen	201
8.5.2	Das eigene Stimmverhalten kennen lernen	201
	Praktisches Vorgehen	201
8.5.3	Erkenntnisse über Ursachen und aufrechterhaltende Faktoren	202
8.5.4	Sprechabsicht und Stimmgebrauch Ziele	202
	Praktisches Vorgehen	203
	Hinweise zur Durchführung	203
8.5.5	Alternativen zum gewohnten Stimmverhalten erarbeiten	204
8.5.6	Angst auslösende Sprechsituationen bewältigen	205
8.5.7	Transfer veränderter Phonations- muster in die Alltagssituation	206
8.5.8	Stimmtagebuch	207

9

Stimmtherapie praxisnah	209
--------------------------------------	------------

9.1	Äußerer Rahmen: Dauer, Verlauf, Erfolgsaussichten	210
9.1.1	Therapieausblick	210

9.1.2	Faktoren, die den Erfolg der Therapie beeinflussen	211
9.1.3	Wann ist eine Stimmtherapie beendet?	212
9.2	Hinweise zur inhaltlichen Gestaltung ...	213
9.2.1	Prinzip Transparenz: Aufklärung des Patienten	213
9.2.2	Aufbau einzelner Therapie-sitzungen	214
9.2.3	Über das Anbieten von Übungen .	214
9.2.4	Allgemeine Hinweise zur Arbeit an der Stimme	215
9.2.5	Was tun, wenn die Stimme schlechter wird?	217
	Stimmverschlechterung während der Übung	217
9.2.6	Üben zu Hause	218
	Die Bedeutung des Übens zu Hause	218
	Therapeutische Hilfen	218
	Inhalte	219
	Anwendung von Stimmhygiene ..	219
	Was tun, wenn ein Patient nicht übt?	220
9.3	Besonderheiten der Körperarbeit	220
9.3.1	Bauch und Becken als sensible Körperregionen	220
9.3.2	Anfassen oder nicht? – Die Bedeutung der Berührung ...	221
	Wann ist eine Berührung angebracht?	222
9.4	Interdisziplinäres Arbeiten	222

10

Therapie spezieller Störungsbilder ... 225

10.1	Überblick	226
10.2	Therapie bei psychogenen Dysphonien .	226
	Praktisches Vorgehen	226
10.3	Therapie bei funktionellen Mutationsstörungen	228
10.3.1	Mutationsstörungen der männlichen Stimme	228
	Prognose	228

	Ziele	228
	Praktisches Vorgehen	228
10.3.2	Mutationsstörungen der weiblichen Stimme	230
10.4	Therapie bei Stimmlippenlähmungen...	230
	Ziele	230
	Praktisches Vorgehen	231
10.5	Stimmtherapie nach operativen Eingriffen	232
10.5.1	Stimmtherapie nach Abtragung ..	232
10.5.2	Stimmtherapie nach Dekortikation	233
10.5.3	Stimmtherapie nach Chordektomie	233
10.6	Therapie der gestörten Singstimme.....	234
	Besondere Anforderungen an die Stimmtherapeutin bei der Therapie von Singstimmen	234
	Ziele	235
	Praktisches Vorgehen	235
10.7	Stimmtherapie bei Schwerhörigkeit	236
	Ziele	236
	Praktisches Vorgehen	237

11

Anhang	239
---------------------	-----

11.1 Anamnesefragebogen Stimmstörungen .	240
11.2 Diagnostikbogen für Stimmstörungen ..	242
11.3 Patientenfragebogen.....	244
11.4 Merkblatt für Patienten mit funktioneller Stimmstörung	246
11.5 Formular zur Stimmfeldmessung.....	249
11.6 Formular zum Führen eines Stimmtagebuchs	250

12

Literatur	251
------------------------	-----

Sachverzeichnis	255
------------------------------	-----
