

Einführung	1
Die Rolle des Therapeuten.....	2
Was heißt eigentlich Therapie?	2
Therapieverlauf.....	2
Einstieg in die Therapie.....	2
Üben – aber wie?.....	3
Therapieplan.....	3
Akupädie	5
Wege und Ziele in der Hörerziehung.	5
Elemente der Akupädie	6
Allgemeine Hinweise zur Stimmtherapie.	6
Merkblatt für Patienten mit	
Stimmproblemen	7
Patientenbogen zur Beurteilung der	
eigenen Stimme	8
1 Atmung	9
1.1 Grundlagen.....	10
1.2 Begriffe und Redewendungen: Atem	11
1.3 Sprichwörter und Lyrik: Atem.....	11
1.4 Befundung der Atemfunktion	12
Prüfung.....	12
Beurteilung	12
1.5 Befundung des Lungenvolumens	
(Vitalkapazität).....	13
Prüfung.....	13
Beurteilung	13
Ausatemdauer.....	13
Prüfung.....	13
Beurteilung	13
Atemfrequenz	13
Prüfung.....	13
Beurteilung	13
1.6 Atemtherapie.....	13
Ziele und Regeln.....	13
Physiologische Zwerchfell-Flanken-	
Atmung.....	14
Stützfunktion	14
Atemrhythmisch angepaßte	
Phonation	14

	Sprechen aus der Atemmittellage.	14
	Reflektorische Atemergänzung	15
	Abspannen und Federung	15
	Federung und Atemwurf	15
	Federung	15
	Atemwurf	16
1.7	Übungen: Atmung	16
	Aufbau und Zusammenstellung	16
	Vitallaute	17
	Atemwahrnehmung durch Intention.	18
	Atemvertiefung, Atemimpuls, Atemanregung.	19
	Atemeinteilung	19
	Atemführung und Atemverlängerung	19
	Ausatmen im Takt	19
	Atemwellen.	20
	Entspannung und Atmung, Gefühl der Leichtigkeit	21
	Atmung und Vorstellung	21
2	Haltung – Tonus – Bewegung	23
2.1	Grundlagen.	24
2.2	Begriffe und Redewendungen: Haltung – Tonus – Bewegung.	24
2.3	Sprichwörter und Lyrik: Haltung – Tonus – Bewegung.	25
2.4	Befundung der Haltung, der Bewegung und des Tonus	26
	Prüfung.	26
	Beurteilung	26
2.5	Therapie: Haltung – Tonus – Bewegung.	26
	Ziele und Regeln.	26
	Haltung.	27
	Bewegung	27
	Tonusregulation durch gute Laune und Lachen	27

2.6	Übungen: Haltung – Tonus –	
	Bewegung	28
	Aufbau und Zusammenstellung	28
	Merkblatt zur Erhaltung einer	
	gesunden Wirbelsäule.....	29
	Isometrische Übungen zur	
	Tonusregulation.....	29
	Isotonische Übungen zur	
	Tonusregulation.....	30
	Ganzheitliche Bewegungsübungen	
	durch Intention – Korrektur der	
	Körperhaltung	30
	Haltung üben im Gehen.....	31
	Elektrovibrationsmassage mit Maspo,	
	oder Unilife Bio Impulsmodell	31
	Elektrovibrationsmassage mit	
	einem Großflächenmassagegerät....	32
	Übungen mit Material.....	33
	Kontaktübungen mit Material	34
	Schwingeübungen.....	35
	Schwingegurtübungen.....	35
	Dehnungsübungen	35
	Tiefmuskelentspannungstraining	
	und autogenes Training	35
3	Stimme.....	39
3.1	Grundlagen.....	41
3.2	Begriffe und Redewendungen: Stimme ..	41
3.3	Sprichwörter: Stimme	42
3.4	Befundung der Stimmleistung	42
	Stimmqualitäten und Stimmklang.....	42
	Prüfung.....	42
	Beurteilung	42
	Schwelltonvermögen	43
	Prüfung.....	43
	Beurteilung	43
	Tonhaldedauer	43
	Prüfung.....	44
	Beurteilung	44
	Stimmumfang	44
	Prüfung.....	44
	Beurteilung	44
	Registerübergänge	44
	Prüfung.....	45

	Beurteilung	45
	Mittlere Sprechstimmlage	45
	Prüfung	45
	Beurteilung	45
	Stimmeinsatz	46
	Prüfung	46
	Beurteilung	46
	Stimmabsatz (Tonabsatz)	46
	Prüfung	46
	Beurteilung	46
3.5	Funktionelle Dysphonie	47
	Hyperfunktionelle Dysphonie und Stimmlippenknötchen	47
	Befundung	47
	Mißempfindungen	47
	Verhaltensregeln	48
	Hypofunktionelle Dysphonie, Internus- und Transversusschwäche, Phonasthenie	48
	Befundung	48
	Mißempfindungen	48
	Auftreten	48
3.6	Therapie: Funktionelle Dysphonie	48
	Ziele und Regeln	48
3.7	Übungen: Funktionelle Dysphonie	48
	Aufbau und Zusammenstellung	49
	Lautgruppen	49
	Wortebene	50
	Wortgruppen, Minisätze, Redewendungen	50
	Satzebene	50
	Verse und Texte	51
	Hyperfunktionelle Dysphonie	51
	Hauchlaut <i>h</i> und Strömungslaute <i>f, sch, ch</i>	51
	Klinger	68
	Summübungen	69
	Lautebene: Klinger, Halbklinger	69
	Halbklinger <i>r</i>	92
	Hypofunktionelle Dysphonie	102
	Explosivlaute (Verschlußlaute)	102
	Vokale	125
	Stimmabsatz, „Abknarren“	142
3.8	Mutationsstörungen (Stimmwechselstörungen)	150

3.9	Therapie: Mutationsstörungen	150
	Ziele und Regeln.....	151
	Gespräch – Beratung – Aufklärung	151
3.10	Übungen: Mutationsstörungen.....	152
	Aufbau und Zusammenstellung	152
	Vorübungen zur Therapie von Mutationsstörungen	152
	Kaumethode nach Fröschels	153
	Akzentmethode nach Smith und Thyme	154
	Nasalierungsmethode nach Pahn ...	155
3.11	Stimmlippenlähmung.....	162
	Befundung.....	163
3.12	Therapie: Stimmlippenlähmung	163
	Ziele und Regeln.....	163
3.13	Übungen: Stimmlippenlähmung	163
	Apparative Hilfen	164
4	Artikulation.....	165
4.1	Grundlagen.....	166
4.2	Begriffe und Redewendungen: Artikulation	167
4.3	Sprichwörter: Artikulation.....	167
4.4	Befundung der Artikulation	167
	Prüfung.....	167
	Beurteilung	168
4.5	Therapie: Artikulation	168
	Ziele und Regeln.....	168
4.6	Übungen: Artikulation	168
	Aufbau und Zusammenstellung	168

	Übungen zur Weitung: Gähnen	169
	Übungen zur Lockerung:	
	Lippen – Zunge – Kiefer	170
	Übungen für die Mundmotorik:	
	Vokale/Strömer/Klinger/Plosive	171
	Übungen mit unterschiedlichen Zielsetzungen	172
5	Prosodie	179
5.1	Grundlagen	180
5.2	Sprichwörter: Prosodie	180
5.3	Befundung der Prosodie	180
	Melodischer Akzent (Melodie)	180
	Prüfung	181
	Beurteilung	181
	Dynamischer Akzent (Dynamik)	181
	Prüfung	181
	Beurteilung	181
	Temporaler Akzent (Tempo)	181
	Prüfung	181
	Beurteilung	181
5.4	Übungen: Prosodie	182
	Aufbau und Zusammenstellung	182
	Hinweise zu den Übungen	182
	Einstiegsübungen	183
	Satzebene	183
	Lyrik	184
	Dialoge	194
	Feierabend	196
	Literaturverzeichnis	207
	Sachverzeichnis	211