

# Grundsätzliche Überlegungen zum Vorgehen

*Wiltrud Föcking, Marco Parrino*

- 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**

## 2.1 Warum Therapie?

Wegen der meist vorliegenden medizinischen Indikation einer Stimmstörung, die eine Gefährdung der persönlichen Teilhabe am gesellschaftlichen Leben impliziert, musste der funktionale Ansatz für die Erfordernisse des therapeutischen Kontexts modifiziert werden. Daher sprechen wir in der FST vom Patienten, der im geschützten Rahmen des Therapieraums behandelt wird.

Der Therapeut arbeitet patientenzentriert, d. h. explizit im Auftrag des Patienten. Dieser Auftrag oder Therapievertrag wird zu Beginn der Therapie gemeinsam formuliert.

- » Therapeuten (von griechisch: *therapon* = Gefährte) sind Experten der Gemeinsamkeit. Sie leben davon, Katalysatoren verbesserter Beziehungen zu sein (Depner 2000, S. 13).

Diese Definition des Therapeuten als Gefährte und Experte zugleich zeigt schon, dass er eine besondere Rolle in der Beziehung zum Patienten einnimmt. In allem, was er in diesem Setting sagt und tut, sagt und tut er nicht als Freund, Elternteil oder Lehrer, sondern als Therapeut. Nur so kann er echt, menschlich und dennoch professionell agieren. Durch das Zusammenstimmen von persönlicher Beteiligung und Professionalität bleibt er in seiner Therapeutenrolle, ohne dabei privat zu werden. Das Bild des Katalysators verdeutlicht das Besondere seiner Beziehung zum Patienten: Ein Katalysator ist ein Stoff innerhalb einer chemischen Reaktion, der die Reaktionsgeschwindigkeit beeinflusst, ohne dass er dabei selbst verbraucht wird. Demnach ist der Therapeut dafür zuständig, im Patienten bestimmte Reaktionen auszulösen, d. h. neue Erfahrungen und Erlebnisse mit seiner Stimme zu stimulieren. Danach soll und darf er sich wieder zurückziehen, bestenfalls ohne sich »verbraucht« zu haben. Aus systemtheoretischer Sicht lassen sich weitere Ebenen der Rolle des Therapeuten, der gleichzeitig aber auch Teil des Therapieprozesses ist, aufzeigen (► Abschn. 3.4).

Die therapeutischen Aspekte der FST lassen sich ebenso effektiv in der gesangspädagogischen Arbeit anwenden, wie in ► Abschn. 2.5 erörtert wird.

## 2.2 Menschenbild und therapeutische Grundhaltung der FST

Die Fokussierung auf die Stimmfunktion beinhaltet, dass die gesamte Person des Patienten mit ihren individuellen Motivationen, Widerständen, Gefühlen und seelischen Themen mitgesehen wird. Diese persönlichen Themen der Patienten haben Einfluss auf die Stimmfunktion und dürfen im stimmtherapeutischen Setting Raum haben.

Viele Menschen reagieren auf emotionalen und beruflichen Stress, indem sie im Kontakt mit anderen den gesamten Kehlkopf- und Rachenraum »zumachen«. Der Hals-Rachen-Raum funktioniert als Schutzmechanismus (► Abschn. 4.2), der sich auch auf psychosomatischer Ebene auswirkt. In der FST werden diese Zusammenhänge für jeden Patienten berücksichtigt.

Dies verlangt in der Stimmtherapie nach therapeutischen Kompetenzen, um im aktuellen Prozess des Patienten angemessene Unterstützung zu geben und seine Eigenverantwortung für den Therapieprozess zu aktivieren (► Kap. 8).

Die therapeutische Grundhaltung der FST basiert auf den Grundgedanken des humanistischen Menschenbilds. Seit der Renaissance haben sich verschiedenste Strömungen des Humanismus entwickelt, die den freien selbstbestimmten Menschen in den Mittelpunkt stellen. Die Fragen des Humanismus sind z. B. »Was ist der Mensch?« oder »Wie kann der Mensch in Freiheit leben?«. Allen Menschen werden individuelle Einzigartigkeit, das Streben nach Selbstverwirklichung, Selbstverantwortlichkeit und Selbstregulation zugesprochen. Auf die Stimmtherapie bezogen bedeutet dies:

- » Ein Therapeut mit humanistischer Grundhaltung traut jedem Patienten einen erfolgreichen Prozess in seiner funktionalen Stimmentwicklung zu.

Unter Berücksichtigung des phonatorischen Gutachtens glaubt er, dass der Patient alle Bestandteile, die er zu Lösung seines »Stimmproblems« braucht, in sich trägt. Der Therapeut selbst spricht sich lediglich unterstützende und systemanregende Funktion zu.

## 2.3 Was heißt funktional?

Was bedeutet im Zusammenhang zur Stimmtherapie der Begriff »funktional«? Wann wird ein Ansatz als funktional bezeichnet und welche Bedeutung hat dies für die Praxis?

Das Wort Funktion kommt von lateinisch »functio« und lässt sich mit »Tätigkeit, Aufgabe, Wirkungsweise« übersetzen (Duden 2013). Daraus leitet sich »funktional« ab, was meint, etwas wird auf seine Funktion bezogen betrachtet. Ein funktionaler Ansatz in der Stimmtherapie interessiert sich demnach vor allem für die Tätigkeiten und wechselseitigen Wirkungsweisen der an der Stimmgebung beteiligten anatomischen Strukturen.

An der Erzeugung des Stimmklangs sind unzählige Strukturen wie Knorpel, Muskeln, Nerven, Sehnen, Schleimhaut u.v.m. beteiligt. Die Kehlkopfknorpel beispielsweise sind relativ harte Strukturen, die zur Aufgabe haben, der Glottis Halt zu geben und sie vor Druckbelastung und Verletzung zu schützen. Die Muskelsysteme des Kehlkopfs ziehen sich zusammen, dehnen und entspannen sich, und erst diese Funktion der Kehlkopfmuskulatur bewirkt die Bewegung der Knorpel. Ringknorpel und Schildknorpel verlassen beispielweise durch die Aktivität des Musculus cricothyreoideus ihre statische Position und werden dadurch in die Funktion des Stimmlippenspannens eingebunden.

### ➤ Erst die Funktion gibt einer jeweiligen Struktur die Bedeutung, die sie im System hat.

Wenn wir einem Stimmklang lauschen, der in uns Empfindungen unterschiedlichster Ausprägung auslösen kann, ist uns nicht bewusst, dass diesem »Ergebnis« ein komplexer Funktionszusammenhang zugrunde liegt, dessen Beschreibung bis heute noch nicht vollständig möglich ist.

Das Zusammenspiel von Anblasedruck, einer kontrollierten Voreinstellung der Stimmlippen, der »Stabilisierung der laryngealen Rezeptoren während der Phonation«, der »auditiven Kontrolle der Stimmlippen nach der Phonation« (Wedel u. Wedel 1994, S. 56), der Schwingungsfähigkeit der Schleimhaut und dem je nach Dehnungsgrad der Stimmlippen beschaffenen Stimmlippenschluss

sind Betrachtungsgegenstände der FST. Kruse definiert darüber hinaus einen »stimmregulatorischen Regelkreis« mit der »glottischen Funktion als peripherer Messfühlerebene« (Kruse 2012, S. 26). Er vermutet sogar ein Stimmzentrum in der subkortikalen Hirnregion, eine Schaltzentrale, die alle zum Gehirn geleiteten und vom Gehirn weggeleiteten Informationen koordiniert. Seine Forschungen konnten dies noch nicht abschließend belegen, sie zeigen aber bereits eine Eigenständigkeit der Stimmfunktion, die als solche auch gezielt in der Therapie bearbeitet werden kann und soll.

» Die Vorstellung, über Atemübungen oder Entspannung die glottische Pathophysiologie entscheidend verändern zu können (...), hat sich in unserer umfangreichen Praxis nicht bestätigen lassen. Ganz im Gegenteil: es geht um phonatorische Aktivierung, um Stimulation der glottischen Schwingung, anders ausgedrückt: um ein gezieltes Training der Glottis in mehrfacher Analogie zum Sporttraining (Kruse 2012, S. 38).

Eine Therapie, die ausschließlich auf Schonung und Entlastung des Stimmorgans abzielt, ist demnach wenig zielführend.

An anderer Stelle wird die Stimme sogar als sechstes Sinnesorgan definiert. Die Stimme wird als »Klangsinne« beschrieben, »der ebenso zielgerichtet geübt und verfeinert werden kann, wie die eigentlichen ‚Sinnesorgane‘ selbst« (Fischer 1984, S. 54). Es kann davon ausgegangen werden, dass das Stimmorgan in seiner ursprünglichen Funktion nicht nur kommunikative Aufgaben hat, sondern eine existenzielle Funktion darstellt: das Schreien des Säuglings bei Hunger oder Schmerzen, der Hilferuf in bedrohlichen Situationen, emotionale Lautäußerungen zum Anlocken eines Sexualpartners und somit potenziell zur Erhaltung der eigenen Art. In dieser ursprünglichen, reflektorischen, unkontrollierten Funktion ist die Stimme äußerst belastbar und leistungsfähig.

» Ein Organ führt eine lebenserhaltende Funktion aus und braucht keinerlei Training dafür (Reid 2009, S. 14.).

Der funktionale Ansatz geht davon aus, dass wir durch den gezielten Einsatz von Übungen die Selbstregulationsprozesse der Stimmfunktion entwickeln, die natürliche, ursprüngliche Organfunktion reaktivieren und dadurch Einfluss auf die Strukturen nehmen können.

- **Die gezielte Arbeit an der Funktion bewirkt eine Entwicklung der Struktur.**

## 2.4 Was ist ein funktionaler Klang?

Man spricht von einem funktionalen Klang, wenn die Klangproduktion eines Patienten in einer Phase des Entwicklungsprozesses ihre optimale Qualität zeigen kann. Ob der Klang zu dem Zeitpunkt bereits klar oder noch heiser ist, hat nur sekundäre Bedeutung. Im Vordergrund steht der Aspekt der Entwicklung. Hat sich die Stimmfunktion aus ihrem alten Muster in Richtung Veränderung und Selbstorganisation bis hin zur Leichtigkeit entwickelt? Je nach Stimmbefund und organischen Veränderungen kann ein Stimmklang demnach als funktional bezeichnet werden, obgleich er Auffälligkeiten aufweist. Der Stimmklang ist funktional, wenn die Stimmfunktion so aktiviert worden ist, dass sie sich entwickeln kann, belastbarer oder anstrengungsfreier wird. Bestenfalls entspricht er bereits den Bedürfnissen des Patienten und seines Alltags. Der je individuelle funktionale Klang des konkreten Patienten ist die Basis, von der der Transfer ins Sprechen oder Singen erfolgen kann.

### Exkurs: Funktionaler Klang im Produktdesign

Im Produktdesign wird Klängen und Geräuschen ein wichtiger Platz zur erfolgreichen Vermarktung von Produkten eingeräumt. Es wird von einem **funktionalen Klang** gesprochen, wenn er eine bestimmte Funktion oder einen Zweck, bezogen auf die Gestaltung des Produkts, verfolgt, z. B. wie das Schließen einer Autotür beim Mercedes oder Mini Cooper oder wie das Aufreißen einer Chipstüte klingen sollte. Welcher Klang passt zu der konkreten Gestaltung? Wie kann der angemessene Klang das Produkt optimieren? Die auditive Seite des Produkts spielt unbewusst eine große Rolle bei dessen Bewertung. Unter diesem Aspekt ist ein funktionaler Klang also ein Klang, der als hörbarer Anteil bei der Wahrnehmung eines Objekts möglichst zweckmäßig erscheint.

## 2.5 Stimmtherapie und Gesangsunterricht

Traditionell wird zwischen Stimmtherapie und Gesangsunterricht, zwischen Sprech- und Singstimme unterschieden. Mit einer kranken Stimme geht man zum Stimmtherapeuten, um Singen zu lernen zum Gesangslehrer. Der eine therapiert die Sprechstimme, der andere schult die Singstimme. Betrachtet man diese Unterscheidung zwischen Sing- und Sprechstimme unter funktionalen Gesichtspunkten, so ist nicht mehr klar zu entscheiden, ob es sich bei der jeweiligen Tonproduktion nun um Singen oder Sprechen handelt.

- **Für die Tonproduktion ist nur ein System zuständig: das Stimmorgan.**

Wie beim Singen finden wir auch beim Sprechen einen rhythmisch-melodisch-dynamischen Akzent, der als Prosodie bezeichnet wird. Viele Menschen setzen prosodische Elemente beim Sprechen so intensiviert ein, dass man bereits von einer Form des Singens sprechen könnte: Auktionäre, Prediger, Sportreporter, Motivationstrainer usw. Auch im alltäglichen Sprechverhalten finden sich die unterschiedlichsten prosodischen Ausprägungen, je nach emotionalem Gehalt einer Äußerung, persönlicher Veranlagung oder dialektaler Prägung. Bestimmten Sprachen, z. B. dem Italienischen, und dialektalen Färbungen, z. B. dem Schwäbischen, wird ein besonderes Maß an Melodik attestiert.

Viele künstlerische Ausdrucksformen lassen sich nicht eindeutig dem Sprechen oder Singen zuordnen: der Sprechgesang berühmter Diseusen, das Rezitativ in der Oper oder der staccatohafte Sprechgesang in Hiphop und Rap.

Unter funktionalen Gesichtspunkten ist eine Trennung in Sprech- und Singstimme nicht gerechtfertigt, es handelt sich lediglich um verschiedene Verwendungsformen, den Sprech- und Singmodus.

### ■ Tönen

Grundlegendes Ziel sowohl der Stimmtherapie als auch der Gesangspädagogik ist, die Stimmfunktion in ihrer grundlegenden Funktionalität derart zu

schulen und von unphysiologischen Bewegungsmustern zu befreien, dass sie sich vollumfänglich entfalten kann und den alltäglichen Anforderungen gewachsen ist.

In der FST wird dafür das Tönen auf Vokalebene eingesetzt. Zum Beispiel stellt das Tönen von Vokalketten eine Art Neutralmodus der Stimmproduktion dar und bietet die Möglichkeit, die Stimme frei von Konsonanten und ohne Informationsübermittlung einzusetzen. Das Tönen bildet einen Brückenschlag zwischen dem Sprechen und dem Singen, indem es die funktionalen Aspekte des jeweiligen Modus herausarbeitet und für den anderen nutzbar macht.

### ■ Singen/Sprechen

Hat der Prozess der funktionalen Stimmentwicklung in Form des Tönens das Stimmorgan wieder zu seiner natürlichen, ursprünglichen, kraftvollen Funktion zurückgeführt, ist die Stimmgebung charakterisiert durch Leichtigkeit, Ausdauer und Energiegewinn. Ausgehend von diesem funktionalen Klang kann die Stimmfunktion sowohl im Sprech- als auch im Singmodus zum Einsatz kommen. Dies geschieht in jeder Therapiestunde in Form des Transfers (► Kap. 29) bzw. in jeder Gesangsstunde in Form von Literaturarbeit.

Eine Stimmausbildung im Leistungssegment als Sänger, Sprecher oder Schauspieler wird nur dann erfolgreich sein und einen dauerhaft störungsfreien Stimmgebrauch ermöglichen, wenn die Stimmfunktion stets flexibel zum funktionalen Klang zurückfinden kann, sich um diesen herum bewegt.

➤ **Der funktionale Klang sollte in einer Stimmtherapie ebenso angestrebt werden wie in einer Gesangsausbildung, unabhängig davon, ob**

- eine Stimme für den normalen beruflichen oder privaten Alltag gestärkt,
- eine Stimme für den Einsatz im Leistungs- oder Hochleistungssegment geschult werden oder
- der Sprech- oder der Singmodus im Mittelpunkt des Interesses stehen soll.

## Literatur

- Depner M (2000) Der Kontakt. Königshausen & Neumann, Würzburg
- Duden (2013) Die deutsche Rechtschreibung, 26. Aufl. Dudenverlag, Mannheim
- Fischer P-M (1984) Die Stimme des Menschen. Lang, Frankfurt a. M.
- Grohnfeld M (1994) Stimmstörungen. Handbuch der Sprachtherapie, Band 7. Marhold, Berlin
- Kruse E (2012) Funktionale Laryngologie. Elsevier, München
- Reid CL (2009) Erbe des Belcanto. Schott, Mainz
- Reid CL (2012) Funktionale Stimmentwicklung. Schott, Mainz
- Wedel H von, Wedel U-C von (1994) Stimmgebungstheorien. In: Grohnfeld M (Hrsg) Stimmtherapie. Handbuch der Sprachtherapie, Bd 7. Marhold, Berlin, S 41–66

Praxis der Funktionalen Stimmtherapie

Föcking, W.; Parrino, M.

2015, XVI, 249 S. 58 Abb. Mit Online-Extras., Softcover

ISBN: 978-3-662-46604-9