

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einführung</b> .....	17
	<i>Elin Rittich, Sibylle Tormin, Bernward Bock</i>	
<b>1.1</b>	<b>Gesundheitspolitische Aspekte zur Realisierbarkeit von Stimmpräventionskonzepten</b> . . .	17
<b>1.2</b>	<b>Geschichte der Stimmprävention</b>	18
<b>2</b>	<b>Gegenstandsfeld Stimme</b> .....	23
	<i>Sibylle Tormin, Bernward Bock</i>	
<b>2.1</b>	<b>Stimme in der Gesellschaft</b> . . . . .	23
<b>2.2</b>	<b>Stimme als Wirkungsfaktor</b> . . . . .	24
2.2.1	Wirkungsforschung zu Stimme und Person . . . . .	25
2.2.2	Wirkungsforschung zu Stimme und Emotion . . . . .	28
<b>2.3</b>	<b>Stimmarten und vokale Parameter</b> . . . . .	29
2.3.1	Lautstärke . . . . .	32
2.3.2	Tonhöhe . . . . .	32
2.3.3	Stimmklang – Timbre . . . . .	33
2.3.4	Tragfähigkeit . . . . .	34
<b>2.4</b>	<b>Störungen der Stimme</b> . . . . .	35
2.4.1	Berufsdysphonie . . . . .	36
2.4.2	Presbyphonie: Stimmveränderungen im Alter . . . . .	37
<b>3</b>	<b>Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention</b> .....	39
	<i>Elin Rittich</i>	
<b>3.1</b>	<b>Begrifflichkeiten</b> . . . . .	39
3.1.1	Gesundheitsförderung . . . . .	39
3.1.2	Prävention . . . . .	39
3.1.3	Gesundheit . . . . .	43
3.1.4	Krankheit . . . . .	44
3.1.5	Weitere Begrifflichkeiten . . . . .	44
<b>3.2</b>	<b>Gesundheit und Krankheit</b> . . . . .	45
3.2.1	Bezugssysteme von Gesundheit und Krankheit . . . . .	45
3.2.2	Einflussfaktoren von Gesundheit und Krankheit . . . . .	46
3.2.3	Umgang mit Gesundheit und Krankheit . . . . .	50
3.2.4	Stress . . . . .	52
<b>3.3</b>	<b>Ottawa-Charta</b> . . . . .	55
<b>3.4</b>	<b>Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit der WHO (ICF)</b> . .	56
3.4.1	Ursprung und Hintergrund . . . . .	56
3.4.2	Aufbau und Anwendungsgebiete . .	56
3.4.3	Prävention . . . . .	57
3.4.4	Stimmprävention . . . . .	57
<b>3.5</b>	<b>Rahmenbedingungen von (Stimm-)Prävention und Gesundheitsförderung</b> . . . . .	58
3.5.1	Gesetze . . . . .	59
3.5.2	Leitfaden Prävention der gesetzlichen Krankenkassen . . . . .	61
3.5.3	Berufskrankheiten . . . . .	63
3.5.4	Stimmprävention und ihre Finanzierung . . . . .	64
3.5.5	Präventionsforschung . . . . .	65

<b>3.6</b>	<b>Instrumente, Strategien und Ansätze von Prävention</b> .....	65	3.6.2	Betriebliche Gesundheitsförderung	66
			3.6.3	Weitere Instrumente der Gesundheitsförderung und Prävention ...	68
3.6.1	Setting-Ansatz .....	65			
<b>4</b>	<b>Stimme und Beruf</b> .....	69			
	<i>Sibylle Tormin</i>				
<b>4.1</b>	<b>Zielgruppen der Stimmprävention</b> .....	69	<b>4.4</b>	<b>Anforderungen, Risiken und Bedürfnisse stimmintensiver Berufe</b> .....	78
<b>4.2</b>	<b>Stimmbelastende Einflüsse im Berufsleben</b> .....	70	4.4.1	Pädagogische Berufe .....	78
4.2.1	Umgebungsgeräusche .....	71	4.4.2	Darstellende Künstler .....	80
4.2.2	Akustische Beschaffenheit der Örtlichkeit .....	71	4.4.3	Sprecher und Sänger anderer Genres .....	84
4.2.3	Raumklima .....	71	4.4.4	Berufe mit öffentlicher Rede- oder Vortragsanforderung .....	86
4.2.4	Dauer der stimmlichen Belastung ..	72	4.4.5	Weitere Berufe mit hoher Sprechstimmbelastung .....	87
4.2.5	Intensität der stimmlichen Belastung .....	72	4.4.6	Berufe mit hoher Rufstimmbelastung .....	90
4.2.6	Einsatz der (unausgebildeten) Rufstimme .....	72	4.4.7	Berufe mit Umweltbelastungen ...	91
4.2.7	Unphysiologische Sprechtonhöhe ..	73	<b>4.5</b>	<b>Stimme in der Berufsausbildung</b>	92
4.2.8	Unphysiologische Haltung .....	73	4.5.1	Stimmärztliche Tauglichkeitsprüfungen als Ausbildungsvoraussetzung .....	92
4.2.9	Unphysiologische Atmung .....	73	4.5.2	Stimmtraining oder Sprech-erziehung in der Ausbildung .....	93
4.2.10	Stress .....	74			
4.2.11	Geringe Variabilität im Sprechen ..	75			
4.2.12	Inkongruenz von stimmlichem Aufwand und Intention .....	75			
<b>4.3</b>	<b>Hauptbelastungsfaktoren der Zielgruppen</b> .....	75			
<b>5</b>	<b>Qualitätssicherung und Evaluation</b> .....	95			
	<i>Elin Rittich</i>				
<b>5.1</b>	<b>Begrifflichkeiten und Grundlagen</b>	95	<b>5.3</b>	<b>Evaluation in der Stimmprävention</b> .....	99
5.1.1	Qualität .....	95	5.3.1	Warum ist Evaluation wichtig? ...	99
5.1.2	Evaluation/Programmevaluation ..	95	5.3.2	Was sind die Herausforderungen? ..	99
5.1.3	Evidenzbasierung .....	96	5.3.3	Eine Sammlung – Was wird bereits gemacht? .....	101
5.1.4	Evidenzbasierung in der Prävention	97	5.3.4	Was sollte gemacht werden? .....	104
<b>5.2</b>	<b>Qualitätssicherung in der (Stimm-)Prävention: praktische Herausforderungen</b> .....	98			

<b>6</b>	<b>Angebote zur Stimmprävention entwickeln und beurteilen</b> .....	106		
	<i>Elin Rittich</i>			
<b>6.1</b>	<b>Hintergrundinformationen</b> .....	106	6.2.4	Differenzierung nach Zielgruppen .
			6.2.5	Verhältnisprävention oder
6.1.1	Prozess von der Idee bis zur			Verhaltensprävention .....
	Umsetzung .....	106	6.2.6	Frequenz .....
6.1.2	Marketing, Außendarstellung und		6.2.7	Ort .....
	Kommunikation. ....	109	6.2.8	Preiskalkulation und Finanzen ....
			6.2.9	Möglichkeiten der
<b>6.2</b>	<b>Konzeption und Auswahl eines</b>			(Mit-)Finanzierung .....
	<b>Stimmpräventionsangebots</b> ....	114	6.2.10	Ausschreibung .....
6.2.1	Anleiterkompetenzen .....	114	6.2.11	Schriftliches Begleitmaterial .....
6.2.2	Ziele der Anbieter .....	116	6.2.12	Teilnahmebescheinigung .....
6.2.3	Inhalte .....	117		
<b>7</b>	<b>Nationale Konzepte und Angebote zur Stimmprävention</b> .....	128		
	<i>Elin Rittich, Sibylle Tormin, Bernward Bock</i>			
<b>7.1</b>	<b>Initiativen</b> .....	128	7.2.1	Tabellarische Übersicht .....
			7.2.2	Auswertung der Ergebnisse .....
<b>7.2</b>	<b>Beurteilung von Studien und</b>			
	<b>Angeboten zur Stimmprävention</b>	128		
<b>8</b>	<b>Internationale Netzwerke und Angebote zur Stimmprävention</b> .....	138		
	<i>Julia Lukaschyk</i>			
<b>8.1</b>	<b>Netzwerke</b> .....	138	8.1.6	Fazit .....
8.1.1	Nord- und Mittelamerika .....	138		
8.1.2	Ozeanien .....	139	<b>8.2</b>	<b>Beurteilung von internationalen</b>
8.1.3	Europa .....	139		<b>Studien zur Stimmprävention</b> ...
8.1.4	Asien .....	140	8.2.1	Tabellarische Übersicht .....
8.1.5	Kontinent- und länderübergreifende		8.2.2	Auswertung der Ergebnisse .....
	Projekte bzw. Netzwerke .....	141		
<b>9</b>	<b>Praxis der Stimmprävention</b> .....	147		
	<i>Elin Rittich, Sibylle Tormin</i>			
<b>9.1</b>	<b>Mögliche Inhalte eines Angebots</b>		9.2.2	Denkhilfen zur Evaluation einer
	<b>zur Stimmprävention.</b> .....	147		Präventionsmaßnahme .....
<b>9.2</b>	<b>Denkhilfen und Checklisten.</b> ....	149	9.2.3	Checkliste für interessierte
				Teilnehmer eines Angebots zur
9.2.1	To-do-Liste für den Anbieter einer			Stimmprävention .....
	Präventionsmaßnahme .....	150		

<b>9.3</b>	<b>Weiterführende Literatur</b> . . . . .	151	9.3.2	Ausgewählte praktische Literatur zum Thema Stimmtraining . . . . .	151
9.3.1	Ausgewählte Hintergrundliteratur zum Thema Stimmtraining . . . . .	151	9.3.3	Links für weitere Informationen . .	152
<b>10</b>	<b>Blick in die Zukunft</b> . . . . .	153			
	<i>Elin Rittich, Sibylle Tormin, Bernward Bock</i>				
<b>11</b>	<b>Online-Material</b> . . . . .	155			
11.1	Mit einem Klick . . . . .	155			
11.2	Extras im Netz . . . . .	155			
<b>12</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	164			
	<b>Sachverzeichnis</b> . . . . .	174			