

# Sachverzeichnis

## A

- Abwehrhaltung, habituelle 58  
 Affektlaut 21  
 Akzentmethode nach Svend Smith 234  
 Akzentmethode nach Svend Smith, Grundübungen 233  
 Akzentmethode nach Svend Smith, Konzept 232  
 Akzeptanz, therapeutische 56  
 Alexander-Technik 214  
 Alexander-Technik, Aufstehen 213  
 Ammensprache 29  
 Anamnese, biologisch-somatisch 113  
 – Einwirkungen, schädigende 113  
 – Konstitution 113  
 – Phonationsstörung, direkte 113  
 – Phonationsstörung, indirekte 113  
 – Wahrnehmungsstörung 113  
 Anamnese, biopsychosoziale 115  
 Anamnese, Gespräch (s. auch Anamnese, stimmtherapeutische) 111  
 Anamnese, psychisch 113  
 – Selbstkonzept 114  
 – Sprechhemmung 114  
 – Stimmangst 114  
 Anamnese, soziokulturell 114  
 – Risikofaktor Beruf 115  
 – Risikofaktor Sozialität 114  
 – Risikofaktor Umwelt 115  
 Anamnese, stimmtherapeutische 47  
 Anamnesegespräch, orientierende Aspekte 112  
 Anamneseschema 112  
 Aphonie 107  
 Apparat, akustisch-rezeptiver 24  
 Arbeitsfeld, stimmtherapeutisches (s. auch Ressourcenenfaltung, stimmliche) 73  
 Artikulation, pharyngeal verlagerte 88  
 Atemfrequenz 238  
 Atemmuskulatur 239  
 Atemmuskulatur, Atemhilfsmuskeln 239  
 Atemmuskulatur, äußere Zwischenrippenmuskeln 239  
 Atemmuskulatur, innere Zwischenrippenmuskeln 239  
 Atemrhythmus, eigener 247  
 Atemrhythmus, Kastenlagerung 247  
 Atemrhythmusgenerator 238  
 Atemschiff 235  
 Atemschriftzeichen nach Schümann 236  
 Atemschriftzeichen nach Schümann, Atemschiff 235  
 Atemschriftzeichen nach Schümann, Grundübungen 235  
 Atemschriftzeichen nach Schümann, Halbkreis-Schwüngen 235  
 Atemschriftzeichen nach Schümann, Konzept 234  
 Atemschriftzeichen nach Schümann, Lemniskate 235  
 Atemstörung, Atemraum-mobilisierung 250  
 Atemstörung, Atemsteuerung 251  
 Atemstörung, Bewegungsabläufe 248  
 Atemstörung, Dehnlagerung 248  
 Atemstörung, Hockdrehlage 249  
 Atemstörung, Kräftigung Brustwandmuskulatur 250  
 Atemstörung, Luftkomprimieren 253  
 Atemstörung, Mondlage 249  
 Atemstörung, Päckchenlage 249  
 Atemstörung, Rippenbogenlösung 248  
 Atemstörung, Therapiebeispiele 253  
 Atemstütze 244  
 Atemstütze, Bauchraum 244  
 Atemstütze, Brustkorb 244  
 Atemstütze, Rachen 244  
 Atemstütze, Stimmritze 244  
 Atemverlaufskurve 239  
 Atemweg, Kreuzung Speiseweg 238  
 Atemzyklus, dreiphasiger 242  
 – Atempause 241  
 – Ausatmung 241  
 – Einatmung 240  
 Atlasblockade 217  
 Atmung 237  
 Atmung, abdominale 242  
 Atmung, Atemweg 238  
 Atmung, äußere 237  
 Atmung, gestörte 246  
 Atmung, innere 237  
 Atmung, kostoabdominale 242  
 Atmung, Primärfunktion Lebenserhaltung 242  
 Atmung, Regelsystem 238  
 Atmung, Relaxationslinie 242  
 Atmung, Sekundärfunktion Phonation 244  
 Atmung, Stimmgebung 237  
 Atmung, thorakokostale 242  
 Atmung, Transportwege 238  
 Atmungsstörung, Atemübungen 246  
 Atmungsstörung, Bereitschaftsatem Phonation 247  
 Atmungsstörung, Einatmungsmuskeln 247  
 Atmungsstörung, Einatmungstendenz 247  
 Atmungsstörung, funktionelle 245  
 Atmungsstörung, funktionelle, Atembewegung 245  
 Atmungsstörung, funktionelle, Atempause 245  
 Atmungsstörung, funktionelle, Bauchinnendruck 245  
 Atmungsstörung, funktionelle, Körperaufrichtung 245  
 Atmungsstörung, funktionelle, Nasenenge 245  
 Atmungsstörung, funktionelle, Rumpfspannung 245  
 Atmungsstörung, glottogene 246  
 Atmungsstörung, komprimierte Luftsäule 247  
 Atmungsstörung, kostoabdominale Atmung 246  
 Atmungsstörung, Längsspannung 247  
 Atmungsstörung, Nasenenge 247  
 Atmungsstörung, pathologische 246  
 Atmungsstörung, psychogene 246  
 Atmungsstörung, psychophysisches Gleichgewicht 246  
 Atmungsstörung, Querspannung 247  
 Atmungsstörung, Therapieleitlinien 247  
 Atmungstyp, Bauch-Flanken-Atmung 242  
 Atmungstyp, Bauchatmung 242  
 Atmungstyp, Brust-Rippen-Atmung 242  
 Atmungstypen 242  
 Atmungszentrierung (s. auch KIIST-Therapiemaßnahmen) 77  
 Aufbisschiene 294  
 Aufmerksamkeit, gerichtete 139  
 Aufnahmegerät, hochwertiges 120  
 Ausatmung 241  
 Ausdrucksverhalten (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74  
 Ausnahmezustand, psychologischer 72  
 Authentizität 36

## B

- Backenzähne 284  
 Basiszentrierung (s. auch KIIST-Therapieformen) 75  
 Befunderhebung, Fühlen 116  
 Befunderhebung, Hören 116  
 Befunderhebung, kombinierte 117  
 Befunderhebung, Sehen 116  
 Behauchtheit (B) 117  
 Belief-System (s. auch Ich-Bild) 145  
 Beratung (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74  
 Bernoulli-Kraft 244  
 Berufsanfänger, Gefahrensituationen 68  
 Bewegungs-/Tanzimprovisation 229  
 Bewegungsablauf, abspannen 253  
 Bewegungsebene 225  
 Bewegungsimprovisation 228  
 Bewegungsmuster, Aufgabenstellung 147  
 Bewegungsmuster, Erlernen 171  
 Bewegungsmuster, Erprobung 146  
 Bewegungsmuster, experimentieren 146  
 Bewegungsmuster, Feinkoordination 171  
 Bewegungsmuster, Feinstkoordination 171  
 Bewegungsmuster, Gelassenheit 147  
 Bewegungsmuster, Grobkoordination 171  
 Bewegungsmuster, Körperbild 147  
 Bewegungsmuster, rhythmisches 225  
 Bewegungsvorstellung 136, 149  
 Bewusstsein (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74

- Beziehungskonflikt (s. auch Metakommunikation) 39  
 Biokommunikation 21  
 Biopsychosozialität (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74  
 Body Size Hypothesis 22  
 Brustbein-Schildknorpel-Muskel 257  
 Brustbein-Zungenbein-Muskel 257  
 Brustwirbelblockierung, Atmungsbeeinflussung 298  
 Bruxismus 294  
 BWS-Funktionsstörung, Atmungsbeeinflussung 298
- C**
- CCD (kraniozervikale Dysfunktion) 295  
 Chorgesang 19  
 CMD (kranio-mandibuläre Dysfunktion) 294  
 CMD, Anamnese 295  
 CMD, Diagnostik 297  
 CMD, Gesichtsspektion 295  
 CMD, Gesichtsskoliose 295  
 CMD, manuelle Untersuchung 295  
 CMD, Schmerzen 294  
 CMD, stummer Verlauf 294  
 CMD-Test 302  
 CMD-Test, Beinlängendifferenz 302  
 CMD-Test, Meersseman-Test 302  
 CMD-Test, Priener Abduktionstest 302  
 CMD-Test, thorakolumbale Rotation 302  
 CMD-Verdacht, Bewegungsprüfung Kiefergelenk 301  
 CMD-Verdacht, Bewegungstests 301  
 CMD-Verdacht, Diagnostik 302  
 CMD-Verdacht, Kaumuskelaturtest 300  
 Coping 46
- D**
- Deutungshoheit, Konkurrenz 66  
 Diagnostik-Therapie-Prozess, anamnestisches Gespräch 110  
 Dialog (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74  
 Dinkelacker, Ruth (s. auch Stimmtherapie, Fernau-Horn) 128  
 Druck, subglottischer 88  
 Dysbalance, Ausgleich 168  
 Dysbalance, muskuläre 167  
 Dysfunktion, Kiefergelenk 295  
 Dysodie 103  
 Dysphonie, siehe Stimmstörung, Stimmerkrankung  
 Dystonie, laryngeale 90
- E**
- Echtheit, therapeutische, siehe Authentizität  
 Ehrgeiz, therapeutischer 65  
 Eigenton, persönlicher 32  
 Eigenverantwortlichkeit (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 73  
 Einatmung 240  
 Einatmung, Mund 241  
 Einatmung, Nase 240  
 Einatmung, Nase/Mund 241  
 Einwirkungen, schädigende 113  
 ELS (European Laryngological Society) 117  
 EMG (Elektromyogramm) 299  
 Emotionszentrierung (s. auch KIIST-Therapiemaßnahmen) 77  
 Empathie (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74  
 Empathie, therapeutische 56  
 Erbe, phylogenetisches 75  
 Erfahrung, reaktivierte 46  
 Erfahrung, soziale 46  
 Erfahrung, vorsprachliche 75  
 Erfahrungswissen, magisches 18  
 Erinnerung, Wahrnehmungsfähigkeit 151  
 Erstgespräch, Distanzzone 51  
 Erstgespräch, Flash 50  
 Erstgespräch, gemeinsame Wirklichkeit 50  
 Erstgespräch, Intimdistanz 51  
 Erstgespräch, Vertrauensentwicklung 50  
 Etikettierung, therapeutische 110  
 Eutonie nach Gerda Alexander 224  
 Evolution, kulturelle 23  
 Explosivkonsonant 22, 252
- F**
- Faszie 167  
 Feedback-Schleife (s. auch Rückkopplung, kommunikative) 53  
 Feldenkrais-Methode 216  
 Flügelmuskel 290  
 Funktionelle Entspannung nach Fuchs, Grundübungen 209  
 Funktionelle Entspannung nach Fuchs, Konzept 208  
 Funktionelle Entspannung nach Fuchs, Rumpfgliederung 209  
 Funktionsabläufe, Sensibilisierung 148  
 Funktionsdiagnostik, Stimme 110, 116  
 – Lombard-Reflex 120  
 – Sprechstimmlage, mittlere 119  
 – Sprechtempo 120  
 – Stimmeinsatz 119  
 – Stimmstärke 118  
 – Stimmumfang 118  
 – Tonhaltedauer 117  
 Funktionsfähigkeit, gesamt-körperlich-verbesserte 160  
 Funktionszusammenhänge, KIIST 71  
 Funktionelle Entspannung nach Fuchs 210  
 Fuß, Belastungspunkte 172
- G**
- Ganzheitlichkeit (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74  
 Gefühlslaute 37  
 Gegenübertragung 65  
 Gehör 24  
 Gehörtwerden 35  
 Genese, multifaktorielle 85  
 Gesang, heilende Kraft 17  
 Gesang, magische Wirkung 17  
 Gesichtsmuskulatur 22, 277  
 Gleichgewichtsorgan (Vestibularapparat) 162  
 Gleichgewichtszustand, körperlicher 161  
 Glissandofolge 267  
 Glottisebene, pathologische Veränderung 75  
 Glottisebene, störungsspezifische Maßnahmen 109  
 Glottisebene, störungsspezifische Therapiemaßnahmen 77  
 Griffelfortsatz-Zungenbein-Muskel 257  
 Grundfrequenz, monotone 26  
 Grundschiwingung, rhythmisch-dynamische 226  
 Grundvokal, Formant 280
- H**
- Halbkreis- Schwingen 235  
 Haltarbeit, tonische 198  
 Hara 205  
 Heiserkeit 40  
 Heiserkeit (H) 117  
 Heiserkeit, Dauer 89  
 Helfer, hilfloser 68  
 Helfer, lernender 69  
 Helfer, mächtiger 69  
 Hirnstamm 201  
 Hochatmung 91  
 Hörapparat (s. auch Gehör) 23  
 Hören 35  
 Hören, eigene Stimme 153  
 Hören, fremde Stimme 153  
 Hören, funktionelles 154  
 Hören, Interesse wecken 155  
 Hören, Körperreaktionen 153  
 Hören, Körperwahrnehmung 154  
 Hören, lernen 154  
 Hören, Stimmburteilung 154  
 Hören, verborgene Konflikte 156  
 Hörorgan, fetale 26  
 Hörschnecke 136  
 Hörübung 89  
 Hyperphonation 47  
 Hypothalamus 201
- I**
- Ich-Bild 214  
 Identität, tonale 41  
 Imagination, Voraussetzungen 149  
 Immunglobulin A, Sekretion 47  
 In-sich-Hineinhören-Übung 155  
 In-vollem-Kontakt-Übung 149  
 Indifferenzlage 119  
 Integration, KIIST 71  
 Intelligenz, emotionale 139  
 Intentionalität, kommunikative 29  
 Interaktionalität, KIIST 71  
 Interaktionalität, Kommunikationsstörung 71  
 Interaktionszentrierung (s. auch KIIST-Therapieformen) 76  
 Interdisziplinarität, KIIST 72  
 Intermediärstellung 107
- K**
- Kaumethode, Fröschels 126  
 Kaumuskel 290  
 Kaumuskeln, Zugrichtung 290  
 Kaumuskulatur, Entspannung 282  
 Kehlkopf 254  
 Kehlkopf, abgesenkter 21  
 Kehlkopf, Aufhängung 257

- Kehlkopf, Etagen 255  
 Kehlkopf, gelenkige Verbindungen 255  
 Kehlkopf, hebende Muskulatur 256  
 Kehlkopf, hochgestellter 21  
 Kehlkopf, Kehlkopfanatomie 255  
 Kehlkopf, Kehlkopfgerüst 254  
 Kehlkopf, Kehlkopflage 254  
 Kehlkopf, Kippmechanismus 258  
 Kehlkopf, Kommunikationsfunktion 254  
 Kehlkopf, mittlerer Raum 256  
 Kehlkopf, Mundboden/  
 Schädelbasis 256  
 Kehlkopf, neutrale Stellung 258  
 Kehlkopf, oberer Raum 256  
 Kehlkopf, Seitenansicht 259  
 Kehlkopf, senkende Muskulatur 256  
 Kehlkopf, Überlebensfunktion 254  
 Kehlkopf, unterer Raum 256  
 Kehlkopfentzündung 40, 95  
 Kehlkopfentzündung (s. auch Laryngitis) 112  
 Kehlkopfentzündung, akute 98  
 Kehlkopfentzündung, chronische 98  
 Kehlkopfmalignom 99  
 Kehlkopfmuskulatur 261  
 Kehlkopfmuskulatur, äußere 258  
 Kehlkopfmuskulatur, innere 259  
 Kehlkopfpapillom 99  
 Kehlkopftumor, bösartiger 99  
 Kehlkopftumor, gutartiger 99  
 Kernkompetenz Einfühlung 73  
 Kernkompetenz Erfahrung 73  
 Kernkompetenz Intuition 73  
 Kernkompetenzen, therapeutische (s. auch Ressourcenentfaltung, stimmliche) 73  
 Kiefergelenk, Funktionen 290  
 Kiefer, Psyche 293  
 Kiefer, Therapiebeispiele 283  
 Kiefer, Therapiehinweise 283  
 Kiefer-/Kopfbewegungen, koordinierte 293  
 Kiefer-/Kopfgelenkverbindung 293  
 Kiefer-Verbund, HWS/Zungenbein/Kehlkopf 293  
 Kiefer-Verbund, Schädel/Schultergürtel/HWS 293  
 Kiefer-Zungenbein-Muskel 257  
 Kiefergelenk 289, 292  
 Kiefergelenk, Aufbau 289  
 Kiefergelenk, Bewegungen 291  
 Kiefergelenk, Kaumuskulatur 290  
 Kiefergelenk, Lösung 283  
 Kiefergelenk, Mundöffnung 291  
 Kiefergelenk, nervale Steuerung 292  
 Kiefergelenk, normale Bewegung 291  
 Kiefergelenk, Ruheposition 291  
 Kiefergelenk, Singbewegungen 292  
 Kieferöffnung, günstige 291  
 Kieferöffnung, Singen 291  
 Kieferöffnung, ungünstige 291  
 Kieferverschiebung, Kopfhaltung 291  
 KIIST (Konzept einer Interaktionalen und Integrativen Stimmtherapie) 71  
 KIIST, systemorientierter Ansatz 71  
 KIIST-Methoden 72  
 KIIST-Therapieformen 76  
 KIIST-Therapieleitlinien 74  
 KIIST-Therapiemaßnahmen 77  
 Kinn-Zungenbein-Muskel 257  
 Klang-des-Sozialen-Übung 156  
 Klangmuster, Sensibilisierung 157  
 Klangsprache, sinnfreie 29  
 Koartikulation, Sprechbewegungsabläufe 278  
 Kohärenz-Prinzip 38  
 Kommunikation, inkongruente 38  
 Kommunikation, nichtsprachliche 35  
 Kommunikation, personenorientierte 52  
 Kommunikation, verbale 35  
 Kommunikationsstörung, Krankheit 44  
 Kommunikationstherapeut, Rolle 68  
 Kompetenz, kommunikative 37  
 Kondylus 289  
 Kongruenz, sprachliche 52  
 Konsonant, Bildung 276  
 Konsonant, stimmhafter 251  
 Konsonant, stimmloser 251  
 Konsonanten, Artikulationsstelle 277  
 Konsonanten, Bildungsart 277  
 Konstitution 113  
 Kontaktmedium 17  
 Kontrolle, audiophonatorische 76  
 Kopfgelenkstörung 295  
 Körper, Bauklotzmodell 161  
 Körper, Denkhilfe 194  
 Körper, eigene Stimme 194  
 Körper, energetischer Schwerpunkt 162  
 Körper, Funktionsbereiche 195  
 Körper, Gleichgewicht 161  
 Körper, historischer Ort 194  
 Körper, Kommunikationschnittstelle 194  
 Körper, multifunktionaler Raum 194  
 Körper, Polarität 161  
 Körper, Schwerelot 162  
 Körper, Sitzhaltungen 164  
 Körper, soziales Organ 194  
 Körper, Stimmapparatbeeinflussung 160  
 Körper, Störungen 195  
 Körper, Symmetrie 162  
 Körperabschnitt Becken, Beckenuhr, Feldenkrais 177  
 Körperabschnitt Becken, Beckenverwringung 176  
 Körperabschnitt Becken, Stimmstörungen 175  
 Körperabschnitt Becken, Therapiebeispiele 178  
 Körperabschnitt Becken, Therapieleitlinien 176  
 Körperabschnitt Brustkorb 185  
 Körperabschnitt Brustkorb, Brustkorb/Zwerchfell 187  
 Körperabschnitt Brustkorb, BWS, Mobilisieren 186  
 Körperabschnitt Brustkorb, Stimmstörungen 185  
 Körperabschnitt Brustkorb, Therapiebeispiele 187  
 Körperabschnitt Brustkorb, Therapieleitlinien 185  
 Körperabschnitt Brustkorb, Zwischenrippenmuskulatur, Lösen 186  
 Körperabschnitt Brustkorb/Schultergürtel 188  
 Körperabschnitt Brustkorb/Schultergürtel, Schulterkreisen, Mobilisieren 189  
 Körperabschnitt Brustkorb/Schultergürtel, Stimmstörungen 188  
 Körperabschnitt Brustkorb/Schultergürtel, Therapiebeispiele 190  
 Körperabschnitt Brustkorb/Schultergürtel, Therapieleitlinien 189  
 Körperabschnitt Brustkorb/Zwerchfell, Stimmstörungen 187  
 Körperabschnitt Brustkorb/Zwerchfell, Therapiebeispiele 188  
 Körperabschnitt Brustkorb/Zwerchfell, Therapieleitlinien 188  
 Körperabschnitt Hals/Kopf 191  
 Körperabschnitt Hals/Kopf, imaginäre Achse 192  
 Körperabschnitt Hals/Kopf, isometrische Kräftigung 193  
 Körperabschnitt Hals/Kopf, Stimmstörung 191  
 Körperabschnitt Hals/Kopf, Therapieleitlinien 192  
 Körperabschnitt Stimmapparat 171  
 Körperabschnitt untere Extremitäten, Stimmstörungen 173  
 Körperabschnitt untere Extremitäten, Therapiebeispiele 174  
 Körperabschnitt untere Extremitäten, Therapieleitlinien 173  
 Körperabschnitt Wirbelsäule 180  
 Körperabschnitt Wirbelsäule, Bauchmuskulatur 180  
 Körperabschnitt Wirbelsäule, Doppel-S-Krümmung 178  
 Körperabschnitt Wirbelsäule, Flankenkräftigung 183  
 Körperabschnitt Wirbelsäule, Hocklage, Mobilisation 182  
 Körperabschnitt Wirbelsäule, Rücken-/Schultermuskulatur, Kräftigung 184  
 Körperabschnitt Wirbelsäule, Rückenstreckmuskulatur, Selbstmassage 181  
 Körperabschnitt Wirbelsäule, Stimmstörungen 180  
 Körperabschnitt Wirbelsäule, Therapie 184  
 Körperabschnitt Wirbelsäule, Therapieleitlinien 180  
 Körperabschnitt Wirbelsäule, Vierfüßlerstand, Mobilisation 182  
 Körperabschnitt Wirbelsäule, Zusammenspiel, muskuläres 179  
 Körperabschnitte, Anordnung 160, 161  
 Körperabschnitte, Zusammenwirken 160  
 Körperarbeit 206

- Körperarbeit, Einverständnis 67  
 Körperarbeit, Intimität 67  
 Körperarbeit, Körpertherapie 205  
 Körperarbeit, Methoden 224  
 Körperarbeit, Muskeltonus 196  
 Körperarbeit, optimale Entspannung 196  
 Körperarbeit, Patientenwunsch 67  
 Körperarbeit, peripheres Nervensystem 197  
 Körperarbeit, Skelettmuskulatur 195  
 Körperarbeit, spannungsausgleichende 200  
 Körperarbeit, Stimmtherapie 205  
 Körperarbeit, Zentralnervensystem 196  
 Körperarbeit, Ziele 206  
 Körperarchitektur 160  
 Körperbau, Klassifizierung 159  
 Körperhaltung, gemischte Muskulatur 167  
 Körperhaltung, Muskel-dynamik 164  
 Körperhaltung, phasische Muskulatur 166  
 Körperhaltung, tonische Muskulatur 165  
 Körperlichkeit, menschliche 159  
 Körperlichkeit, Stimmklang 159  
 Körperwahrnehmung, Didaktik 145  
 – Differenzlerleben 143  
 – Einseitigkeitserforschen 143  
 – Empfindungsqualität 145  
 – Körperempfinden 145  
 – Langsamkeit 144  
 – Repetieren 145  
 – Selbstbildveränderung 144  
 – Selbsteinschätzung 144  
 – Symptomverstärkung 144  
 – Wahrnehmungszeit 144  
 – Wortwahl 145  
 – Zweierlei-Bewegung 143  
 Körperwahrnehmung, Gleichgewichtssinn (s. auch Vestibularapparat) 136  
 Körperwahrnehmung, Hirnphysiologie 138  
 Körperwahrnehmung, kinästhetischer Sinn 136  
 Körperwahrnehmung, Lernen 143  
 Körperwahrnehmung, Prozess 140  
 Körperwahrnehmung, Reiz 137  
 Körperwahrnehmung, Schulung 143  
 Körperwahrnehmung, Tastsinn 136  
 Körperwahrnehmung, verfälschte 137  
 Körperzentrierung (s. auch KIIST-Therapiemaßnahmen) 77  
 Kraft-der-Vorstellung-Übung 150  
 Krankheitsbewältigung, individuelle, Coping 45  
 Krankheitsgewinn, sekundärer 57  
 Krankheitsmodell, biopsychosoziales, Stimmtherapie 44  
 Krankschreibung 81  
 Krisenbewältigung (s. auch Metakommunikation) 39
- L**  
 Laryngitis 98  
 Lauschen-Klingen-Tönen-Übung 155  
 Lauterzeugung (s. Biokommunikation) 20  
 Lautmodulierung 21  
 Lautproduktion, differenzierte 21  
 Lautsilbe, siehe Mantra  
 Lebensäußerung, rhythmisch verwurzelte 75  
 Lemniskate 235  
 Lernen, bewusstes 142  
 Lernen, fortschreitendes 141  
 Lernen, Motivation 143  
 Lernen, unbewusstes 142  
 Lippen 22  
 Lippen, Therapiehinweise 285  
 Lombard-Reflex 120  
 Lombard-Reflex, Bewertung 120  
 Lombard-Reflex, Überprüfung 120  
 Luftröhre 255, 257  
 Lungenvolumen 238  
 Lungenvolumen, Atemzugvolumen 238  
 Lungenvolumen, expiratorisches Reservevolumen 238  
 Lungenvolumen, inspiratorisches Reservevolumen 238
- M**  
 Magie, unterstützende 18  
 Mahlbewegung, Kiefer 282  
 Mantra 18  
 Medianstellung 106  
 Medizin, chinesische 18  
 Medizin, europäisch-antike 18  
 Menschenbild, ganzheitliches 72  
 Metakommunikation 39  
 Missempfindung, stimmliche 40, 88  
 Miteinander-Sprechen 36  
 Motivation (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74  
 γ-Motoneuron 198  
 Mund, Therapiehinweise 284  
 Mundboden 298  
 Mundbodenmuskulatur, Lösung 283  
 Muskelapparat, Reprogrammierung 205  
 Muskelpanzer 204  
 Muskeltonus, γ-Motoneuron 198  
 Muskulatur, phasische 166, 198  
 Muskulatur, tonische 165, 198  
 Mutation, Knabenstimme 102  
 Mutation, Mädchenstimme 102  
 Mutationsstörung 102
- N**  
 Nachvollziehen, funktionelles 37  
 Nasalierungsmethode, Pahn 133  
 Nase, Therapiehinweise 285  
 Naturgeräusche, Nachahmung 17  
 Nervensystem 197  
 Nervensystem, vegetatives  
 – Parasympathicus 200  
 – Sympathicus 200  
 Nervensystem, vegetatives, Biofeedback-Therapie 202  
 Nervensystem, vegetatives, Gleichgewicht 202  
 Nervensystem, vegetatives, Reaktionssystem 201  
 Nervensystem, vegetatives, Spannungen 202  
 Nervensystem, vegetatives, Steuerung 202  
 Nervensystem, vegetatives, Stress 201  
 Nervensystem, vegetatives, Teufelskreis 201
- O**  
 Oberkiefer 284  
 Oberländer-Gentsch (s. auch Stimmtherapie, kommunikative) 125  
 Ödem 96  
 Ohr, Phonationskontrolle 157  
 Okklusionsstörung 294
- P**  
 Paramedianstellung 106  
 Parasympathikus 197  
 Patient-Therapeut-Beziehung, Erstbegegnung 78  
 Patient-Therapeut-Beziehung, Erstgespräch (s. auch Patient-Therapeut-Beziehung, Erstbegegnung) 51  
 Patient-Therapeut-Beziehung, Erstkontakt 50  
 Patient-Therapeut-Kooperation 53  
 Patientenautonomie, Förderung 68  
 Patientenautonomie, Schwächung 69  
 Patiententypus 67  
 Pentatonik 18  
 Phantasiereise, Else Müller 150  
 Phonation, Atemorgan 243  
 Phonation, Atemstütze 243  
 Phonation, audiophonatorisches Kontrollsystem 268  
 Phonation, Kehlkopf 243  
 Phonation, kinästhetisch-reflektorische Kontrolle 268  
 Phonation, Kontrollmechanismen 268  
 Phonation, Rachenraum 243  
 Phonation, Stimmlippenspannung 243  
 Phonation, subglottischer Druck 243  
 Phonationsapparat 42  
 Phonationskontrolle, kinästhetisch-reflektorische 76, 157  
 Phonationsstörung, direkte 113  
 Phonationsstörung, indirekte 113  
 Phonationsverdickung 75, 95  
 Phonetik (s. auch Interdisziplinarität, KIIST) 72  
 Phonetogramm 300  
 Phonochirurgie 94  
 Plicae vocales (Stimm lippen) 89  
 Popmusik, Starkult (s. auch Schamanismus) 19  
 Potenzialentwicklung 68  
 Primärfunktion (s. auch Vitalfunktion, stimmrelevante) 25  
 Prinzip, sprechmelodisches 27  
 Progressive Muskelentspannung nach Jacobson 207

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Grundübungen 207  
 Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Konzept 207  
 Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Phasen 208  
 Propriozeption, Sensibilisierung 92  
 Prosodie, Ausdruckselemente 287  
 Prosodie, Authentizität 288  
 Prosodie, Betonungsdauer 287  
 Prosodie, Intention 288  
 Prosodie, Spannungskonzentration 287  
 Prosodie, sprachliche Akzentuierung 286  
 Prosodie, Sprechsilbe 286  
 Prosodie, suprasegmentale Sprachgestaltung 286  
 Prozess, unbewusster 69  
 Prozessorientierung (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74  
 Psyche, Körperreaktion, Muskelpanzer 205  
 Psyche, Körperreaktionen 203  
 Psyche, Körperreaktionen, Kehlkopf 203  
 Psyche, Spannungen 205  
 Psyche, Spannungsausgleich 205  
 Psychoneuroimmunologie 47  
 Psychotherapieausbildung 68

**R**

Rachen 274  
 Rachen, Ansatzrohr 274  
 Rachen, Artikulationsraum 274  
 Rachen, Brustresonanzraum 274  
 Rachen, Resonanzraum 274  
 Rachen-Kehlräum, eingeengter 92  
 Rachenraum 275  
 Rachenraum, Epipharynx 275  
 Rachenraum, Hypopharynx 275  
 Rachenraum, Lippen 277  
 Rachenraum, Mesopharynx 275  
 Rachenraum, Schlundschürer 275  
 Rachenraum, Sprechorgane 277  
 Rachenraum, Therapiehinweise 282  
 Rachenraum, Unterkiefer 277

Rachenraum, weicher Gaumen 277  
 Rachenraum, Zäpfchen 277  
 Rachenraum, Zunge 277  
 Randkantenfunktion, Diskoordination 109  
 Rauigkeit (R) 117  
 Raum, Störlärm 120  
 Reflexion (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74  
 Regelkreis, sensomotorischer 148  
 Reise-durch-die-Sinne-Übung 151  
 Reise-durch-die-Sinne-Übung, Augensinn 152  
 Reise-durch-die-Sinne-Übung, Gefühlsinn 152  
 Reise-durch-die-Sinne-Übung, Geschmackssinn 152  
 Reise-durch-die-Sinne-Übung, Hörsinn 152  
 Reise-durchs-Ich-Übung 147  
 Reizstromimpuls 109  
 Reizverarbeitung 137  
 Reizwahrnehmung, bewusste 138  
 Reizwahrnehmung, unbewusste 138  
 Resonanz, neuronale 37, 139  
 Respiration 237  
 Respiationsstellung, lateral 107  
 Ressourcenentfaltung, stimmliche 73  
 Ressourcenorientierung (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74  
 Retensionszyste 97  
 Rhetorik (s. auch Interdisziplinarität, KIIST) 72  
 Rhythmus, Bewegung 225  
 Rhythmus, Gemeinschaft 226  
 Rhythmus, Gestik 227  
 Rhythmus, sozialer Stimulator 226  
 Rhythmus, Sprache 227  
 Rhythmus, Stimmtherapie 228  
 Rhythmuszentrierung, Methoden 236  
 Ringknorpel 255  
 Ringknorpelplatte 255  
 Rippenblockierung, Atmungsbeeinflussung 298  
 Risikofaktor Beruf 115  
 Risikofaktor Sozialität 114  
 Risikofaktor Umwelt 115  
 Ritual, magisches 17  
 Ritual, tranceförderndes 18  
 Rituale, rhythmische 225  
 Rollbewegung, Übung 147  
 Rückkopplung, kommunikative 53

**S**

Sandwich-Therapie 96  
 Schädel 289  
 Schalltherapie 18  
 Schamanismus 19  
 Schildknorpel 255  
 Schildknorpel-Zungenbein-Muskel 257  
 Schläfenmuskel 290  
 Schleimhautschädigung 98  
 Schlundraum 284  
 Schluss, kompensatorischer 108  
 Schluss, kompensatorischer, Aktivierung 108  
 Schreiknötchen, Kindesalter 95  
 Schulterblatt-Zungenbein-Muskel 257  
 Schwelltonvermögen, Beurteilung 119  
 Schwelltonvermögen, Bewertung 119  
 Schwelltonvermögen, Überprüfung 119  
 Schwerelot, Sitzhaltung 164  
 Schwerelot, Stehen 163  
 Schwingen nach Schlawhorst-Andersen 232  
 Schwingen nach Schlawhorst-Andersen, Beuge-Streck-Bewegung 231  
 Schwingen nach Schlawhorst-Andersen, Grundübungen 230  
 Schwingen nach Schlawhorst-Andersen, Konzept 230  
 Schwingen nach Schlawhorst-Andersen, Schwingübung 231  
 Sekundärfunktion (s. auch Vitalfunktion, stimmrelevante) 25  
 Selbstbild, Wandlung 146  
 Selbsterfahrungsgruppe, therapeutische 69  
 Selbstkonzept 114  
 Selbstwahrnehmung, Schritte 152  
 Selektionsvorteil Stimme 23  
 Sensibilität, kinästhetische 148  
 Shanty, Rhythmus 226  
 Signalübertragung, präkognitive 20  
 Singen, gemeinschaftsbildende Kraft 19  
 Singen, heilsame Wirkung 270  
 Singen, vegetative Reaktion 19  
 5-Sinne-Training 151  
 Smith-Tempo, Allegro 233  
 Smith-Tempo, Andante 233  
 Smith-Tempo, Largo 233

Spannung, muskuläre (s. auch Tonus) 200  
 Spannungsgeschehen, Definitionen  
 – Entspannung 199  
 – Erwartungsspannung 199  
 – Fehlspannung 199  
 – Grundspannung 199  
 – Intention 199  
 – Restspannung 199  
 – Ruhespannung 199  
 – Spannung 199  
 – Spannungsausgleich 199  
 – Tonus 199  
 – Vordehnung 199  
 Spannungsverhältnis, Sensibilisierung 89  
 Spannungsverlauf, normaler 199  
 Spannungsverlauf, pathologischer 199  
 Speiseröhre 257  
 Spiegelneuronen 37  
 Sprach-/Sprachwissenschaften (s. auch Interdisziplinarität, KIIST) 72  
 Sprachbeziehung, wechselseitige 39  
 Sprache, Intonationsmuster 226  
 Spracherwerb, Vorstufe 29  
 Spracherwerbsstörung 29  
 Sprachproduktion (s. auch Strukturen, lautbildende) 22  
 Sprachzentrierung (s. auch KIIST-Therapiemaßnahmen) 77  
 Sprechart, physiognomische 34  
 Sprechberuf, Stimmerkrankung 41  
 Sprechen, eutonisiertes 32  
 Sprechen, Gemeinschaftshandlung 35  
 Sprechen, inneres 151  
 Sprechgestalt 33  
 Sprechhemmung 113–114  
 Sprechsituation, Vermeidung 41  
 Sprechstimme, Intonation 29  
 Sprechstimmelage, Bewertung 119  
 Sprechstimmelage, Einflussfaktoren 119  
 Sprechstimmelage, mittlere 89, 119, 266  
 Sprechstimmelage, Überprüfung 119  
 Sprechtempo 120  
 Sprechtempo, Bewertung 120  
 Sprechtempo, Überprüfung 120

- Sprechverhalten, stimm-schonendes 95
- Stellknorpel 255
- Stimm-/Sprecherziehung, Coblenzer/Muhar 131
- Stimm-Hör-System 23
- Stimmangst 114
- Stimmapparat, Evolution 20
- Stimmbeeinträchtigung, Mehrfachbelastungen 115
- Stimmbeeinträchtigung, pathologischer Stress 115
- Stimmbeeinträchtigung, positiver Stress 115
- Stimmbeeinträchtigung, subjektive Bedeutung 114
- Stimmbelastung, berufsbedingte 42
- Stimmbeteiligung 278
- Stimmbeurteilung, RBH-System 117
- Stimmbildung, prosodisch orientierte 287
- Stimme, Alter 105
- Stimme, Arbeitsmittel 42
- Stimme, Biografie 32
- Stimme, Brustregister 267
- Stimme, charakteristische 31
- Stimme, Doppelcharakter 37
- Stimme, Eigenwahrnehmung 153
- Stimme, Kopfreister 267
- Stimme, kranke 40
- Stimme, Mittelregister 267
- Stimme, Registergrenzen 267
- Stimme, soziale Rolle 31
- Stimme, Stimmregister 268
- Stimme, Timbre 266
- Stimme, Tragfähigkeit 266
- Stimme, Transsexualität 103
- Stimme, Vibrato 266
- Stimme, weiblicher Zyklus 103
- Stimmeinsatz 119
- Stimmeinsatz, Bewertung 119
- Stimmeinsatz, gehauchter 264
- Stimmeinsatz, pathologischer harter 265
- Stimmeinsatz, physiologischer prägnanter 265
- Stimmeinsatz, Überprüfung 119
- Stimmeinsatz, weicher 265
- Stimmentwicklung, genetischer Ablaufplan 75
- Stimmerkrankung Therapie 43
- Stimmerkrankung, differentialdiagnostische Klärung 84
- Stimmerkrankung, funktionelle 82, 84, 93
- Genese, multifaktorielle 85
- Symptomatik, gemischte 91
- Symptomatik, hyperfunktionelle 88
- Symptomatik, hypofunktionelle 91
- Stimmerkrankung, funktionelle, habituelle Faktoren 86
- Stimmerkrankung, funktionelle, konstitutionelle Faktoren 86
- Stimmerkrankung, funktionelle, ponogene Faktoren 86
- Stimmerkrankung, funktionelle, psychische Faktoren 87
- Stimmerkrankung, funktionelle, psychosoziale Faktoren 88
- Stimmerkrankung, funktionelle, symptomatische Faktoren 88
- Stimmerkrankung, Globusgefühl 84
- Stimmerkrankung, Hauptsymptome 83
- Stimmerkrankung, hormonell bedingte 102
- Stimmerkrankung, Krisenreaktion 60
- Stimmerkrankung, organische 82
- Kehlkopfezündung 98
- Kehlkopftumor 99
- Ödem 96
- Pachydermie 97
- Stimmpolypen 96
- Stimmzyste 96
- Stimmerkrankung, Schutzraum 41
- Stimmerkrankung, sekundärorganische 93
- Stimmerkrankung, Sing-/Sängerstimme (s. auch Dysodie) 91
- Stimmerkrankung, Stimmklangveränderung 83
- Stimmerkrankung, stimmliche Belastbarkeit 84
- Stimmermüdung 91
- Stimmgebrauch, pathologischer 82
- Stimmgebrauch, übermäßiger 42
- Stimmgebung, Kehlkopf 268
- Stimmideal, patientenorientiertes 55
- Stimmideal, therapeutisches 55
- Stimminterpretation 32
- Stimmklang, authentischer 33
- Stimmklang, Veränderung 40
- Stimm Lippen 261
- Schluss, kompensatorischer 108
- Stimm Lippen, Aufbau 260
- Stimm Lippen, Flüsterstellung 260
- Stimm Lippen, Hauchstellung 260
- Stimm Lippen, mittlere Schicht 261
- Stimm Lippen, Morgagni-Taschen 261
- Stimm Lippen, obere Schicht 261
- Stimm Lippen, Ruhestellung 260
- Stimm Lippen, schließende 260
- Stimm Lippen, Schwingungsablauf 262
- Stimm Lippen, Schwingungsablaufphasen 264
- Stimm Lippen, Stimmeinsatz 264
- Stimm Lippen, Taschenfalten 261
- Stimm Lippen, tiefe Einatmung 260
- Stimm Lippen, untere Schicht 260
- Stimm Lippenbereich, organische Veränderung 42
- Stimm Lippenlähmung 106
- Stimm Lippenlähmung, beidseitige 108
- Stimm Lippenlähmung, beidseitige schlaffe, Intermediärstellung 107
- Stimm Lippenlähmung, beidseitige straffe, Medianstellung 107
- Stimm Lippenlähmung, einseitige 107
- Stimm Lippenlähmung, einseitige schlaffe
- Intermediärstellung 107
- Respirationsstellung, lateral 107
- Stimm Lippenlähmung, einseitige straffe
- Medianstellung 106
- Paramedianstellung 106
- Stimm Lippenlähmung, Prognose 109
- Stimm Lippenlähmung, Therapiehinweis 108
- Stimm Lippenödem 93
- Stimm Lippenparese 75
- Stimm Lippen Schleimhaut 271
- Stimm Lippen Schwingung, Luftdruck 243
- Stimm Lippen Schwingungsverhalten 75
- Stimm Lippen Schwingungsverhalten, hoher Frequenzbereich 265
- Stimm Lippen Schwingungsverhalten, tiefer Frequenzbereich 265
- Stimm Nuancierung 36
- Stimm Polypen 95
- Stimm Potenzial 34
- Stimm Problem, Vermeidung 34
- Stimm Produktion, Formen 33
- Stimm Schulung, stimmtherapeutische 70
- Stimm Stärke 118, 265
- Stimm Stärke, Bewertung 118
- Stimm Stärke, Überprüfung 118
- Stimm Störung, mutationsbedingte 100
- Stimm Störungen, Überblick 83
- Stimm Therapie 47
- Stimm Therapie, Akueem-These 129
- Stimm Therapie, Anwendungsorientierung 123
- Stimm Therapie, Beispiel 273
- Stimm Therapie, Coblenzer/Muhar 132
- Stimm Therapie, Eberle 128
- Stimm Therapie, Fernau-Horn 128
- Stimm Therapie, Freude 270
- Stimm Therapie, funktionelle 127
- Stimm Therapie, Gundermann 125
- Stimm Therapie, Haupt 126
- Stimm Therapie, Hermann-Röttgen 129
- Stimm Therapie, integrative 125
- Stimm Therapie, Interdisziplinarität 123
- Stimm Therapie, Kaumethode 126
- Stimm Therapie, Klangraum-Therapie 128
- Stimm Therapie, kommunikative 124
- Stimm Therapie, Körperarbeit 66
- Stimm Therapie, Leitlinien
- Glottisebene 271
- Stimm Therapie, Methoden 122
- Stimm Therapie, Methodenkombination 122
- Stimm Therapie, Methodenvielfalt 122
- Stimm Therapie, Muskelpanzer 204
- Stimm Therapie, personale, Stengel/Strauch 134
- Stimm Therapie, postoperative 127

- Stimmtherapie, Rückschläge 54  
 Stimmtherapie, Singen 270  
 Stimmtherapie, Stagnation 49  
 Stimmtherapie, Stengel/ Strauch 134  
 Stimmtherapie, Stimmausbildung 123  
 Stimmtherapie, Stimmeinsatz 273  
 Stimmtherapie, therapeutische Hinweise 273  
 Stimmtherapie, tonale 129  
 Stimmtherapie, Trojan 130  
 Stimmtherapie, Voraussetzungen 68  
 Stimmtherapie, vorsprachliche Klangmodulation 269  
 Stimmumfang 118  
 Stimmumfang, Bewertung 118  
 Stimmumfang, musikalischer 118  
 Stimmumfang, Überprüfung 118  
 Stimmzyste 97  
 Störungszentrierung (s. auch KIIST-Therapieformen) 76  
 Strömungskonsonant 22, 252  
 Strukturen, lautbildende 22  
 Sympathikus 197  
 Symptom, dysphones 46  
 Symptomatik, hyperfunktionelle 88  
 Symptomatik, hypofunktionelle 91  
 Symptombehandlung, stimmtherapeutische 57  
 System, limbisches 201  
 System, orofaziales 293  
 Systemische Atlas­therapie nach Bredenbeck 219  
 Systemorientierung (s. auch KIIST-Therapieleitlinien) 74
- T**  
 Tanzimprovisation 228  
 Taschenfaltenstimme, Symptomatik, hyperfunktionelle 89  
 TENS (Transkutane elektrische Nervenstimulation) 295  
 TENS-Therapie 295  
 TENS-Therapie, Kaumuskulatur 296  
 Text, standardisierter 121
- Therapeut-Patient-Beziehung, Asymmetrie 45  
 Therapeut-Patient-Beziehung, Erwartungshaltung 61  
 Therapeut-Patient-Beziehung, Gegenübertragung 63  
 Therapeut-Patient-Beziehung, Übertragung 60  
 Therapeut-Patient-Beziehung, Unmündigkeit 60  
 Therapeutenpersönlichkeit 65  
 Therapie, Behandlungsorganisation 80  
 Therapie, Nachsorge 80  
 Therapie, postoperative 108  
 Therapie, Zielvereinbarungen 79  
 Therapieatmosphäre 57  
 Therapiebeginn 80  
 Therapieende 81  
 Therapieforschung, psychologische 56  
 Therapiemaßnahmen, interaktionszentrierte 77  
 Therapiemaßnahmen, stimmungshygienische 77  
 Therapieprozess, Scheitern 52  
 Therapieziel, subjektiver Fortschritt 72  
 Tonhaltedauer 117  
 Tonhaltedauer, Bewertung 117  
 Tonhaltedauer, Einflussfaktoren 117  
 Tonhaltedauer, Überprüfung 117  
 Tonlosigkeit (s. auch Aphonie) 90  
 Tonus 197  
 Tonus, körperliche Steuerungsmechanismen 197  
 Tonus, quergestreifte Skelettmuskulatur 197  
 Tonusregulierung 96  
 Training, ideomotorisches 138  
 Training, mentales (s. auch Training, ideomotorisches) 149  
 Transversusschwäche 88  
 Trias, Körper-Seele-Geist 44
- U**  
 Überlastungshyperämie, 93, 95
- Überlastungshyperämie, Phonationsverdickungen 94  
 Übertragungs-Gegenübertragungssituation 61  
 Übertragungssituation 62  
 Übungsablauf, täglicher 81  
 Unterkiefer 284  
 Untersuchungsbedingungen, standardisierte 121  
 – VHI-12 (Voice Handicap Index 12) 121  
 – Aufnahmegerät, hochwertiges 120  
 – Raum, Störlärm 120  
 – Text, standardisierter 121  
 Urunktionalität, stimmliche 75  
 Urschrei 26
- V**  
 Verletzung, kommunikative 36  
 Versmaß, rhythmisches 226  
 Vestibularapparat 191  
 VHI (Voice Handicap Index) 121  
 VHI, Selbsteinschätzung 117  
 VHI-12 (Voice Handicap Index 12) 121  
 Vibrationsempfindung 281  
 Vier-Ohren-Modell 38  
 Vitalfunktion, stimmrelevante 25  
 Voice Handicap Index 105  
 Vokal, geschlossener 251  
 Vokal, offener 251  
 Vokale, geschlossene 278  
 Vokale, offene 278  
 Vokale, Systematisierung 279  
 Vokalisation, frühkindliche 28  
 Vokal­muskulatur, Schwäche 91  
 Vokalphonation 108  
 Vokalraum, vorderer 284  
 Vokaltrakt, Querschnitt 21  
 Vokalviereck, modifiziertes 279  
 Vorderzungenvokal 280
- W**  
 Wahrnehmung, abstrakt-verbale 140  
 Wahrnehmung, auditive 140
- Wahrnehmung, emotionale Intelligenz 139  
 Wahrnehmung, haptische 140  
 Wahrnehmung, kinästhetische (s. auch Bewegungsvorstellung) 150  
 Wahrnehmung, visuelle 140  
 Wahrnehmungsebene 225  
 Wahrnehmungsstörung 113  
 Wahrnehmungstyp Gefühls-mensch 141  
 Wahrnehmungstyp hypersensibel 141  
 Wahrnehmungstyp Verstandes-mensch 140  
 Wahrnehmungszentrierung (s. auch KIIST-Therapiemaßnahmen) 77  
 Welt des Dazwischen 35  
 Wirbelsäulenstörung, Mundbodenmuskulaturverspannung 298  
 Wirbelsäulenstörung, Phonation 300  
 Wirbelsäulenstörung, Resonanzraum 300  
 Wirbelsäulenstörung, Stimmbandschwingung 299  
 Wirbelsäulenstörung, Stimmbandspannung 299
- Y**  
 Yin/Yang 205
- Z**  
 Zähneknirschen 293  
 Zahnreihen, aufeinanderreffende 294  
 Zielmotorik, intentionale 198  
 Zunge, Therapiehinweise 284  
 Zungenbein 255  
 Zungenstellung, Formant 281  
 Zusammenhänge-spüren-Übung 148  
 Zwerchfell, Ausatemposition 240  
 Zwerchfell, Einatemposition 240  
 Zwerchfell-Flanken-Atmung 89