

Ich arbeite seit 2001 als staatlich anerkannte Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin/ Stimmtherapeutin.

Seit 1991 habe Berufserfahrung im Bereich Stimpädagogik. Im Verlaufe der letzten 20-30 Jahre habe ich in meiner Arbeit eine Verbindung zwischen den Bereichen Atem- und Stimmarbeit, Körper- Entspannungs- und Bewegungsarbeit, funktionalem Stimmtraining, künstlerischer Sprech- und Stimmarbeit geschaffen, um in der therapeutischen und pädagogischen Arbeit mit Berufssängern und -Sprechern, Laiensprechern und -Sängern, Menschen, die Ihre Stimme persönlich oder beruflich weiterentwickeln möchten, eine resonanz- und schwingungsfähige, natürliche und gesunde Stimmgebung zu erarbeiten. Ich habe darin meine eigene Arbeitsweise entwickelt.

Neben einem klassischen Gesangsstudium sowie einer intensiven Bühnenausbildung bzw. Arbeit auf der Bühne, absolvierte ich eine Atem-, Sprech- und Stimpädagogische und -therapeutische Ausbildung an der Schule für Atmung und Stimme nach der Methode Schläffhorst und Andersen. Berufsbegleitende Fortbildungen in unterschiedlichen Bereichen unterstützten meine Arbeitsweise. Eingang fand zunächst das funktionale Stimmtraining u.a. bei Eugen Rabine, Peter Jacoby, Peter Bendt und Michael Heptner sowie die Atemarbeit nach Middendorf. Im Bereich der Körperarbeit folgten Aus- und Fortbildungen in Feldenkrais, Body MindCentering, die Arbeit mit den 5 Rhythmen nach Gabriele Roth, Ausdruckstanz im Rahmen einer Musicalausbildung sowie die Ausbildung und Arbeit als Esalen- Practitioner, einer kalifornischen Massageform. Letztere wurde u.a. in der stimmtherapeutischen Arbeit zur Basis für eine Vertiefungsarbeit der Körperwahrnehmung und Körperintegration, um stimmliche Muster, die zu Vermeidungstechniken führten, auf entspannende, neu zu ordnende Weise körperlich zurück zu erinnern. Hinzu kamen die Arbeitsweise der manuellen Stimmtherapie, die Arbeit mit Tiefengewebe sowie die Fascienarbeit.

In den letzten Jahren kamen weitere Wege mit obertonreichen, hochfrequenten Musikinstrumenten unterstützend zum Einsatz, um eine

vertiefende Verbindung zur Resonanzfähigkeit des Körpers stimmlich zu nutzen. In jedem Menschen sind unterbewusste, persönlichkeitsstärkende, integrierbare Anteile zur Verfügung, die auf unterschiedliche Weise in die Schwingungsfähigkeit der stimmlichen Ausdrucksfähigkeit zu aktivieren möglich sind. Der Einsatz von Saiten- und Klanginstrumenten kann eine stimmliche Schwingungsfähigkeit zusätzlich unterstützend beeinflussen. Diese Instrumente selbst zu bauen, ist ein entspannender Teil in meiner Freizeit geworden. Eine eigenständige Klang- Massage unter Einbezug der eigenen Stimmgebung ergibt sich durch die Arbeitsweise mit diesen obertonreichen Instrumenten, Klangschalen oder Stimmgabeln. Diese können unterstützend in die manuelle stimmtherapeutische Arbeit einbezogen werden, um den Körper mit resonanzreichen Schwingungen zu stimulieren und eine Übertragung zur eigenen Körperresonanz ermöglichen.

Die langjährige Arbeit mit Stimmklienten und Stimmpatienten hat gezeigt, dass durch die Integration verschiedener stimmtherapeutischer Ansätze Therapieerfolge und Stimmentwicklungen möglich sind, sowie Atem- und Stimmstörungen verschiedenster Genese zu verbessern, zu erweitern und aufzulösen sind. In jedem Fall ist es dabei sinnvoll, ein gemeinsames, auf den Klienten abgestimmtes Atmungs – und Körperkonzept zu entwickeln und damit einen bewussten Zugang zum eigenen Körper zu entwickeln und zu erfahren.

Vor allem für Menschen im Falle einer bevorstehenden oder bereits erfolgten Stimmlippenoperation sollte die Stimme in ihrer Schwingungsfunktion im gesamten Frequenzumfang regeneriert und neben einer freien Kopf- und Bruststimmfunktion wieder eine integrierbare Stimmfunktion erarbeitet werden.

Durch einen physiologisch-funktionalen Ansatz der Atem, Sprech- und Stimmtechnik ist es möglich, die natürliche Selbstregulation von Atmung und Stimme anzubahnen und damit die stimmlichen und sprachlichen Grundfunktionen leistungsfähig zu trainieren. Es handelt sich dabei um

eine ganzheitliche Methode, die vom Körper ausgehend in die Sprach-, Text- und Lied- Erarbeitung übergehen kann.

Auf der Grundlage meiner Ausbildung als Sängerin arbeite ich dabei auch häufig unter Einbezug eines Tönens oder der Singstimme. Durch diese Zusammenführung kann die Stimmgebung in beiden Funktionen (Singen und Sprechen) innerhalb kurzer Zeit resonanzreicher und tragfähiger werden. Auf der stimmlichen Ebene biete ich ein Repertoire von Übungen an, um einen größeren Stimmumfang sowohl im Singstimmfeld als auch im Sprechstimmfeld zu erreichen.

Dabei ist die natürliche Physiologie der Atemfunktion eine unverzichtbare Grundlage für eine gute Stimmqualität. Die automatische, reflektorische Einatmung, die ohne jede willentliche Beeinflussung geschieht, ist der Schlüssel zur Öffnung der Resonanzräume und dem Erlebnis einer den Körper durchdringenden Stimme, unabhängig vom zugehörigen Atemtypen, dem die entsprechend angeborene Konstitution zur Verfügung steht. Auch in diesem Zusammenhang ist eine mögliche Stabilisierung einer stimmlichen Resonanzfähigkeit für ein ausdauerndes Sprechen über lange Zeiträume erreichbar.

Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit Ihnen.