Die Bedeutung der Stimme in der Therapie und Pädagogik

Gemma Wagner

Zusammenfassung: *Es ist eine der großen Sehnsüchte des Menschen zu singen, denn Gesang kann uns heiter stimmen und geradezu mit Energie aufladen. Zudem ist Singen ein Mittel der Seelenhygiene, mit dem auch das „Unaussprechbare" in uns Ausdruck finden kann. Ein gesungener, gehauchter, geflüsterter oder geseufzter Ton ist getränkt mit emotionalen Inhalten, die unmittelbar erlebt werden. Deshalb ist Singen in der Therapie von unschätzbarem Wert. In diesem Bericht geht es um die möglichen Schritte einer Stimmentfaltung und darum, was uns auf diesem Weg sowohl als Pädagogin, Therapeutin, Stimmbildnerin, aber auch als selbst Betroffene begegnen kann. Ich betrachte Erläuterungen von bedeutenden Forschern aus der Stimmphysiologie, Medizin, Psychologie und Pädagogik. Nicht zuletzt sind es meine Erfahrungen von nahezu dreißig Jahren forschender Arbeit an der Stimme, mit Menschen aller Altersstufen und Nationalitäten. Sie haben dazu beigetragen, meine Erkenntnisse in eine erfüllende Pädagogik und Therapie einfließen zu lassen.*

Die emotionale Energie der Stimme

Haben sie schon einmal im Gespräch mit einer Person nur auf den Klang der Stimme gelauscht und vielleicht auch einmal dabei die Augen geschlossen? Es ist die emotionale Energie der Stimme mit ihrem Rhythmus, ihrer Sprachmelodie und Fluss, die uns in direkten Kontakt mit den Gefühlen bringt. Im therapeutischen Kontext wird das innere Ge-Stimmt-Sein unüberhörbar, wenn es darum geht, emotionale Inhalte zu beschreiben. Fritz Perls sagte dazu:

> „Ein Psychotherapeut kann ohne Augen, aber nicht ohne Ohren arbeiten. Konzentriere deine Energie in den Ohren, wenn du wissen willst, was geschieht. Worte lügen nur und dienen der Überredungskunst. Das Medium ist die Botschaft, die Stimme ist alles. Also, hört nicht auf die Worte, hört einfach auf das, was die Stimme euch sagt, was euch die Bewegungen sagen, die Haltung, was die Erscheinung vermittelt. Der Klang sagt euch alles" (Perls & Baumgardner, 1993, S. 61 f.).

„Der Mensch ist als Sänger geschaffen und darin normalerweise mehr oder weniger verhindert. Singen gehört einfach zur Gattung Mensch, er ist so beschaffen" (Husler & Rodd-Marling, 1965, S. 15 f.). Singen ist die direkteste menschliche Ausdrucksform, da sie Körper, Geist und Seele als Ganzes hörbar werden lässt. Aus diesem Grund kann eine Stimme uns so tief berühren und sogar erschüttern. Wie oft schon haben wir die Befindlichkeit eines Menschen an seiner Stimme erkannt und uns doch im Verlauf des Gesprächs von den Worten täuschen lassen?

Die Funktion der Singmuskeln

Aus welchem Grund hat die Natur uns mit solch einem differenzierten Kehlkopf bedacht, mit dem wir imstande sind einen Tonumfang von zweieinhalb bis drei Oktaven zu umfassen? (Die Obertonsänger der Mongolischen Tuva erklimmen sogar vier Oktaven.) Zudem ist er so ausgestattet, dass wir die Stimme stufenlos an- und abschwellen lassen können. Dies ist ein Vorzug der Natur, der nur dem Menschen gegeben ist. In unserem Kehlkopf befindet sich ein komplexes System aus feinsten Muskeln.

> „Der zur Mitte der Stimmlippe eingesetzte Vokalis Muskel (er ist der Stimmbandmuskel) regelt mit seiner Kontraktion oder Entspannung die Lautstärke und ist mit dem CT, der am äußeren Kehlkopf arbeitet, an der Tonhöhenregelung beteiligt. Die seitlichen Muskeln der Stimmlippen, zusammen M. Lateralis genannt, sind für die Annäherung und Schließung der Stimmlippen, also für die Ventilfunktion zuständig. Die momentane Schließkraft dieser Muskeln während der Phonation, regelt den Widerstand der Ventilöffnung gegen den von unten kommenden Luftdruck (subglottischer Luftdruck). Somit hängt die Qualität des Klanges von der Feinabstimmung dieser winzigen Muskeln ab" (Rohmert, 1991, S.22).

Die Frage drängt sich auf: Warum machen wir so wenig Gebrauch von diesem wunderbaren Stimmpotenzial?

Jeder Mensch kann singen

Für einen Therapeuten und Pädagogen geht es im ersten Schritt darum, ein Erfahrungsfeld zu ermöglichen, in dem die singende Person die Stimme als selbstverständliche Äußerung erleben kann. So wie ein Kind laut vor sich hin lallt und Freude am eigenen Echo hat. Jeder kennt die Verlockung, in Unterführungen oder großen Hallen zu rufen oder zu tönen und zu erschauern beim Echo der eigenen Stimme. Kinder tun dies lauthals und leidenschaftlich. Meine Erfahrung von über 25 Jahren Stimmarbeit mit Menschen aller Altersstufen zeigt immer wieder, dass jeder Mensch singen kann. Es ist jedoch die eigene Bewertung von „gut" oder „schlecht", die uns zuweilen daran hindern kann, überhaupt einen Ton herauszubringen und dabei zu riskieren, uns selbst zuzuhören. Selbst auf Menschen mit hörbar „schönen Stimmen" trifft dies zu. Ich erinnere mich, wie ich als Kind in den Keller geschickt wurde, um etwas zu holen. In meiner Angst vor unheimlichen Gesellen sang und rief ich meine Furcht heraus. So wirkt die Stimme auch als Mutmacher. Ähnliches berichten Menschen rund um den Erdball immer wieder, denn Gesang (in jeder Form) ist lauter als die Stimme der Angst im Kopf.

Die Pädagogik Heinrich Jacobys

Der geniale Musikpädagoge Heinrich Jacoby, der sich mit den sogenannten „musikalisch Unbegabten“ (Jacoby, 1921) befasste und bei achtzig Prozent seiner Schüler unvorstellbare Fähigkeiten hervorlockte, schrieb darüber:

> „Bei Menschen, die sich für unmusikalisch halten, handelt es sich sehr oft um nervöse, zerstreute, oft einseitig intellektuell entwickelte Kinder und Erwachsene. Der Grund für das Versagen ist in einem nicht bewussten Mangel an Bereitschaft gelassen zu hören, empfangen zu können, zu finden. War diese Bereitschaft wieder entstanden, so war auf einmal das „musikalische Ohr“ da. Das leuchtet ein, wenn man bedenkt, dass dieselben Menschen, die scheinbar nicht Dur von Moll zu unterscheiden vermögen, einen Bekannten spontan an der Stimme erkennen, oder sogar am Schritt! Sie erkennen an der Klangfarbe genau, ob Metall oder Holz zu Boden fällt. Sie erkennen an der Art des Geräusches, ob ein zerbrechlicher Gegenstand beim Hinfallen unversehrt geblieben oder zerbrochen ist. Sie unterscheiden täglich mit dem Gehör *unbewußt* so fein, dass dem gegenüber der Unterschied von kleiner und großer Terz geradezu grob erscheint“ (Jacoby, 1921, S. 15).

Ein Beispiel aus der Stimmtherapie

Frau L. fühlt sich in der tiefen Stimmlage sicher und vertraut und ihre Stimme klingt hier besonders kräftig. Wann immer es in der Gesangsstunde darum geht, höhere Töne zu erklimmen, gab sie Rückmeldungen, zum Beispiel: „Da fühl ich mich immer so schwächlich, kleinmädchenhaft und jammerig“. Ich schlage ihr vor, sich mit dem Bauch über ein großes Kissen zu legen und die Töne wie zufällig herausfallen zu lassen. Sie beginnt spielerisch lallend und findet Gefallen an diesem „Herumblödeln“, wie sie es nennt. Ich unterstütze sie mit meiner eigenen Stimme. Ihre Töne gewinnen von Mal zu Mal an Dringlichkeit, es entsteht eine Eigendynamik, der sie sich zunehmend überlässt. Im Laufe der Stunde entsteht eine Vielfalt an stimmlichen Äußerungen, mal laut mal leise, die Stimme wird ein bisschen chaotisch und damit sehr expressiv. Sie scheint nichts mehr zurückzuhalten, und die anfangs beschriebene Schwäche ist wie weggepustet. Später kann sie es kaum fassen: „Was da alles aus mir heraus kam!“

Das Staubsaugerphänomen

Die Beziehung zwischen Mensch und Stimme wieder herzustellen und zu erlösen von allgemeinen Vorstellungen über ästhetische oder musikalische Ziele, ist die Voraussetzung für wahre Offenheit und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten der Klientin. Viele kennen das Phänomen, dass sie sich, sobald es um sie herum laut wird, zum Beispiel beim Staubsaugen, plötzlich trauen ungehemmt zu singen oder, wenn sie an einer starken Brandung am Meer stehen, zu schreien. Wenn es wieder still wird, schwindet der Mut, denn es bedeutet Überwindung, sich selbst nah und direkt zuzuhören. In der Singstunde ist es sehr hilfreich, wenn die Sängerin von der Therapeutin mit Instrumenten oder eigenem Tönen unterstützt wird. Dies geschieht so lange, bis sich das Vertrauen, es alleine zu können, einstellt und das Sich-Zuhören-Können zu etwas Selbstverständlichem geworden ist. Häufig ist dann auch die Bereitschaft entstanden, mit der Stimme in Dialog mit anderen zu gehen und sich herauslocken zu lassen aus vertrauten Bahnen. In der Einzel-, vor allem aber auch in der Gruppenarbeit, ist dies der Moment, wo Freude am Spiel und am Nachmachen ungeahnte Ausdrucks- und Schauspielerpotenziale aus den Teilnehmern herauskitzelt.

Ein Beispiel aus einer Gruppenstunde

Die Teilnehmerinnen kommen an diesem Tag mit tendenziell bedrückter Stimmung. Wir beginnen am Boden liegend mit sanften Körperübungen. Dazu spiele ich einen einfachen Rhythmus auf der Trommel und bitte die Sängerinnen, die Aufmerksamkeit auf die Lippen und die Zunge zu richten und diese langsam zu bewegen. Auch Gefühle, die spontan auftauchen, sollen einbezogen werden. Da an Singen oder Tönen noch nicht zu denken ist, beginnt eine Teilnehmerin mit Explosiv-Lauten und Konsonanten zu spielen und findet immer mehr Spaß daran, auf diese Weise ihrem Unmut Ausdruck zu verleihen. Ihre Mitsängerinnen werden davon angesteckt, es entstehen komische Dialoge und ihre Körpersprache wird immer lebendiger. Die Stimmung entspannt sich hin zu großer Heiterkeit und mündet irgendwann absichtslos im Tönen.

Die Verwandlung der Stimme

Singen hat in erster Linie nichts mit „Schöngesang“ zu tun. Es ist vielmehr die Lust am Klang, an der Lautäußerung an sich, die als Urbedürfnis des Sich-Ausdrücken-Wollens in uns schlummert. Hat die Klientin in der anfänglichen Zeit der Therapie gelernt sich dem anzuvertrauen, was sich äußern möchte, stellt sich meist eine expressiv-chaotische Phase ein. Es ist der Zeitpunkt, wo es darauf ankommt, das Grobe, Wackelige, Unkontrollierbare im Klang wie auch die hohe Energie, die deutlich hör- und fühlbar wird, in sich wirken zu lassen. Es erscheinen dann pfeifende, zischende Nebengeräusche, die oft als störend empfunden werden. Viele werten sie als „hässliche Töne“ ab, die sie schwer mit sich in Einklang bringen können. Eine typische Äußerung ist dann: „Ich kann eben doch nicht singen“. Doch auch eine Vielfalt an Obertönen wird hörbar – klirrend, pfeifend, wie Bienengesumm oder Grillengezirp – und das Entscheidende in dieser Phase ist, offen hinzuhören, sich selbst zuzuhören, ohne zu werten. Gelingt es schließlich, die Schönheit und Kraft dieser rauen und

turbulenten Töne zuzulassen und ihre Wirkung in sich entfalten zu lassen, verwandelt sich die Stimme hin zu ihrer Einzigartigkeit. Bis zu diesem Zeitpunkt ist sie andauernden Wandlungen unterworfen, mit einigen Fluktuationen aber auch Überraschungen, die immer wieder einen neuen Aspekt des Innenlebens offenbaren. Irgendwann nimmt sie ganz selbstverständlich ihren Platz in uns ein und wird zu unserem ureigenen Instrument.

Die Stimme enthält nur Frequenzen, die das Ohr hört

Dies ist eines der drei Tomatis-Gesetze (A. Tomatis, 1987, S. 97), das 1957 offiziell von der Akademie der Wissenschaften anerkannt und eingetragen wurde. Mittlerweile wissen wir, dass unser Ohr bereits nach viereinhalb Monaten im Mutterleib ausgebildet ist und der Fetus vor allem die hohen Frequenzen hört.

> „Denn in der Schnecke, dem Hörorgan des Innenohres, befinden sich im Bereich der Wahrnehmung hoher Frequenzen viel mehr Sinneszellen als im Bereich der tiefen. Hohe Frequenzen setzen sich somit in eine unverhältnismäßig größere Zahl von Impulsen um, die eine wahre Aufladung, eine Belebung der kortikalen Tätigkeit bewirken (im EEG sichtbar). Das bedeutet geistige Wachheit, aber auch Vitalität und Kreativität". (Tomatis, 1990, S.17)

So lässt sich also sagen, dass sich Ohr und Stimme gegenseitig befruchten und mit Energie versorgen. Denn durch die Entfaltung unserer Stimmkapazität reichern sich in der Stimme im Laufe der Zeit eine Vielzahl an hohen Frequenzen an, und es sind genau jene Obertöne, durch die über das Ohr unser Gehirn aufgeladen wird, so wie ein Dynamo die Batterie eines Autos auflädt. Die Klientinnen sind auffallend oft am Ende einer Singstunde „in besserer Stimmung" als zuvor. Und so gehen wir im Prozess der Stimmentfaltung zum nächsten Schritt. Eine neue „Ordnung" stellt sich von selbst ein, wenn nach dem beschriebenen Zyklus möglichst viele Aspekte der Stimme und des Inneren zum Ausdruck gekommen sind. Jetzt kommt es darauf an, die Freude am spielerischen Umgang mit ihr zu erhalten und auch Sprache und Schauspiel mit einzubeziehen, denn die Stimme lebt von unserer Lebendigkeit und will sich uneingeschränkt ausdrücken.

Das Vibrato ist der Herzschlag der Stimme

Nun kann es geschehen, dass sich wie von selbst das „Vibrato" einstellt. Es ist die Pulsation in der Stimme und wird am Anfang wie ein Schütteln oder eine Welle wahrgenommen. Zunächst noch unregelmäßig, braucht es Zeit der Integration, damit es sich als konstanter Puls in der Stimme etabliert. Hier wird äußerste Achtsamkeit benötigt, denn jedes „zu viel" an Druck stört die Selbstregulation des Vibratos, dessen optimaler Rhythmus bei 5 bis 7 Hz (5 bis 7 Schläge pro Sekunde) liegt. Ein schnelleres Pulsieren wird als Tremolo bezeichnet und überträgt sich auf die Zuhörer als Empfindung der Unruhe oder Nervosität. Ein zu langsames Vibrato bezeichnet man als „Wobble". Es kann durch eine gewisse Unterspannung auftauchen, oder bei Stimmen, die zu stark beansprucht wurden. Für die Pädagogin oder Therapeutin ist es ein hörbarer Indikator für die psychische Verfassung der Klientin.

Die Aspekte von „Männlich" und „Weiblich" der Stimme

Es sollte dies unser wichtigstes Anliegen in der Stimmarbeit sein: die Lust am Ton zu wecken. Wenn das ganze System sanft in Schwingung gerät, kann allein schon dadurch der Mut zum Dialog mit sich selbst und eine tiefe seelische Balance angeregt werden. Dabei haben wir als Mann und als Frau das Potenzial, hohe und tiefe Töne, also in zwei sehr unterschiedlichen Stimmlagen zu singen, die jeweils geschlechtsspezifisch sind. Wir sprechen hier von Kopf- oder Brustregister. Beide Geschlechter haben die physiologische Anlage, in der jeweils entgegengesetzten Lage zu singen, und können auf diese Weise in sich ihre männlichen und weiblichen Aspekte erweitern. Das Brustregister vermittelt Kraft und eine angenehme Körperfülle, denn hier schwingen die Stimmbänder mit langsamer Amplitude, der ganze Körper gerät spürbar in Vibration. In der Therapie kann dies für einen Mann ein unmittelbares Erleben seines männlichen Aspektes ermöglichen, auf der körperlichen und auf der Gefühlsebene. Die Bruststimme kann ihm Kraft und eine geerdete Männlichkeit vermitteln.

In der Kopfstimme schwingen die Ränder der Stimmbänder und die Schleimhaut, mit der sie ausgekleidet sind, schneller, was die Körperempfindungen in der Kopfregion anregt. Wenn eine Frau Zugang zu ihrer Kopfstimme erhält, so ist es, als käme sie nach Hause. Es sind Erfahrungen von Losgelöst-Sein, Leichtigkeit und einer Weite, die im Laufe der Zeit immer höher strebt. Es zieht sie geradezu magisch in die Höhe, und nur körperliche Bedingungen können dem eine Grenze setzen. Es ist die Stimmlage, die ihre Kraft aus der Dichte an Obertönen, die sich in ihr anreichern, bezieht. Gleichzeitig erfordert sie ein hohes Maß an Gelöstheit, also Entspannung, ohne schlaff zu sein. Wenn die Frau am Anfang der Stimmarbeit oder Therapie Kontakt zu ihrer Kopfstimme erhält, wird deren Magie sehr bald spürbar und kann zu einem Quell der Kraft und der Anbindung nach innen werden.

Primäre und sekundäre Funktion des Kehlkopfs

> „Die Primärfunktion des Kehlkopfs ist Nahrungsaufnahme und Atmung. Beim Schlucken wird der Kehlkopfeingang durch den Kehldeckel geschlossen und außerdem schließen sich die Stimmlippen und schützen damit die Luftröhre vor Fremdkörpern. Diese entwicklungsgeschichtlich vorrangige Funktion unseres Rachenraumes garantiert seit jeher unser Überleben. Die sekundäre Funktion ist die eines Resonators

und Artikulationsinstruments, also der Stimme in Form von Laut-Geben, Gesang oder Sprache. Sie hat sich erst mit der Aufrichtung der Primaten entwickelt. Unser Körper kennt beide Funktionen des Vokaltraktes seit Jahrmillionen." (Rohmert, 1989, S.34)

Im Prozess der Stimmentfaltung haben wir mit den Parametern von Öffnen und Schließen ständig zu tun. Geht es doch im Singen um ein Öffnen und Durchlässig-Werden für die Klangschwingungen, die jeden Winkel des Körpers erreichen wollen. Immer wieder gibt es unerwartete Körper- und psychische Reaktionen, die dies erschweren. Dabei trifft unser Stimmklang auf Verspannungen und Stauungen auf der Ebene der Atmung, des Vokaltraktes, des Zwerchfells oder Beckens. Doch dürfen wir uns von diesen scheinbaren Hindernissen auf der körperlichen Ebene nicht einschüchtern lassen. Mithilfe sanfter Körperarbeit kann es gelingen, Blockaden zu erlösen. Die freigewordene Energie bereichert dann hörbar die Stimme.

Auch für Menschen, die körperlich eingeschränkt oder gar behindert sind, kann die Arbeit mit der Stimme eine befreiende Wirkung zeigen, dringt ihre subtile Schwingung doch in jede Zelle des Körpers und weit darüber hinaus, wenn wir nur empfänglich bleiben. Mag sein, dass die Stimme dann nicht vorrangig laut klingt, jedoch kann sie jede Faser unseres Seins berühren und damit auch die feinstofflichen Aspekte unseres gesamten Wesens. Es ist jener Bereich, der schwer zu beschreiben und doch immer deutlicher hervortritt. Viele Klienten berichten am Schluss einer Stunde von einer erfüllenden Weite, die sie umgibt, einer Erfahrung von Grenzenlosigkeit und heiterer Gegenwärtigkeit.

Erkenntnisse der Auswirkung von Klang in unserer Zeit

Zum Abschluss möchte ich den großen Weisen und Musiker Murshid Innayat Khan (1882– 1927) zitieren, denn er beschreibt auf so einfache Weise, was Worte schwer auszudrücken vermögen. Innayat Khan und die großen Sänger-Yogis Jahrhunderte vor ihm, haben erstaunliches über die Auswirkung der Stimme berichtet:

„Sie (die Sänger-Yogis, Anm. d. Verf.) sangen gewöhnlich einen Ton eine halbe Stunde lang und studierten die Wirkung desselben Tones auf all ihre verschieden Körperzentren: welchen Energiestrom er produziert, wie er die intuitiven Fähigkeiten weckt, wie er Begeisterung schafft, wie er besänftigt, wie er heilt. Für sie war es keine Theorie, es war eine Erfahrung. Mit jedem Üben lädt sich der Singende mit neuem Magnetismus auf" (Murshid Innayat Khan, 1996, S.43).

Mittlerweile ist dieses Wissen anhand vielfacher Messungen auch wissenschaftlich erforscht worden. Zusammen mit dem Chronomediziner Prof. Dr. Maximilian Moser untersuchte Wolfgang Bossinger die Synchronisierung von Körperrhythmen und Gesang. Beide fanden heraus, dass besondere Formen des Singens (Mantras und spezielle Formen des Tönens) den Parasympathikus aktivieren und die sogenannte Herzkohärenz induzieren. Dies ist ein äußerst gesundheitsfördernder Erholungszustand. Dass Singen glücklich machen kann, zeigt die Zunahme der „Glücksindikatoren" Serotonin, Noradrenalin und der Beta-Endorphine beim Singen von Lieblingsliedern in einer Studie des Musikpsychologen Gerold Baier (2001).

Abschließende Worte

Auf meinem persönlichen Weg mit der Stimme durfte ich die beschriebenen Schritte der Stimmentwicklung, mit all ihren Höhen und Tiefen durch und durch erfahren. Abschließend möchte ich sagen, dass sie permanenten Wandlungen unterworfen ist und immer wieder wie ein Spiegel unsere eigene Befindlichkeit preisgibt. Diese Wandlungen sind nicht vorhersehbar, genauso wie auf unserem Lebensweg erst ein Schritt getan werden muss, um den nächsten begreifen zu können. Genau das ist es, was uns in Atem hält. Und Atem ist Leben. Also, egal ob in der Therapie, Pädagogik oder als ganz normaler Mensch: Singe!

Literatur

Baier, G. (2001). *Rhythmus. Tanz in Körper und Gehirn*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuchverlag.

Husler, F. / Rodd-Marling, Y. (1965). *Singen, Die Physische Natur des Stimmorgans*.

Jacoby, H. (1921).*Grundlagen einer schöpferischen Musikerziehung*. In Ludwig. S. (Hrsg) (1984). *Jenseits von „Musikalisch" und „Unmusikalisch"* (S.10-27). Hamburg: Hans Christians Verlag.

Khan, M. I. (1996). *Musik*. Weinstadt: Aeoliah-Musikverlag.

Perls, F. & Baumgardner. P. (1990). *Das Vermächtnis der Gestalttherapie.* Stuttgart: Klett-Cotta.

Rabine, E. & Jacoby, H. (1985). *Die drei Teilfunktionen der Stimmfunktion*. Köln: Dr. Otto Schmidt Verlag.

Rohmert, G. (1989). *Grundzüge des funktionalen Stimmtrainings. Dokumentation Arbeitswissenschaft*. Köln: Verlag Dr. Otto Schmidt KG.

Rohmert, G. (1991). *Der Sänger auf dem Weg zum Klang. Dokumentation Arbeitswissenschaft*. Köln: Verlag Dr. Otto Schmidt KG

Tomatis, A. (1987). *Der Klang des Lebens*. Reinbek: Rowohlt.

Gemma Wagner, Sängerin und Musiktherapeutin, seit fast dreißig Jahren Arbeit im stimmpädagogischen- und therapeutischen Bereich mit Menschen aller Altersstufen und Nationalitäten, Ausbildung am Frankfurter Konservatorium und am Lichtenberger Institut für angewandte Stimmphysiologie und bei wichtigen Lehrern in Indien und Afrika, fünf Jahre Mitarbeiterin am Core Dynamik Institut für Persönlichkeitsentwicklung, heute Seminarleiterin für Stimmentfaltung in Deutschland und in der Schweiz sowie in eigener Praxis in Freiburg tätig.