

# ***Inhaltsverzeichnis von Cello Üben:***

Vorwort	9
<b>A. Psychologische Aspekte des Übens</b>	<b>11</b>
<b>I. Zur Persönlichkeit des Übenden</b>	<b>13</b>
Änderungsbereitschaft	13
Bereitschaft zum Einsatz der gesamten Vitalität	15
Bereitschaft zu geistiger Anstrengung	16
Ausdauer, Geduld	17
Ehrgeiz	17
Der Umgang mit Fehlern	18
<b>II. Motivation</b>	<b>19</b>
<b>III Lernen</b>	<b>21</b>
Verknüpfung von Elementen des Lerninhalts	22
Emotionale Aufladung	23
Motorisches Lernen	24
Mentales Üben	28
<b>IV. Die Unterscheidungsfähigkeit bei der Wahrnehmung des eigenen Spiels</b>	<b>30</b>
1. Intonation	31
2. Dynamik (Lautstärke und ihre Veränderung)	34
3. Rhythmus	35
4. Artikulation	37
5. Impulse	38
6. Klangfarben	39
7. Vibrato	39
8. Proportionen zeitlicher Einheiten	41
9. Tempoverhältnisse	42
<b>B: Klang und Bewegung</b>	<b>43</b>
<b>V. Klangverhältnisse auf der Saite</b>	<b>45</b>
<b>VI Die Bogeneinteilung</b>	<b>46</b>
1. Problemstellung, Widerstände	46
2. <b>Mathematische</b> Bogeneinteilungsarten (Bogenlänge entspricht Tondauer)	47
3. <b>Unsymmetrische</b> Bogeneinteilungsarten	50
4. Dynamische Bogeneinteilung	57
<b>VII. Der schiefe Bogen</b>	<b>59</b>
<b>VIII. Die Bogenverkantung</b>	<b>74</b>
1. Zwirbeln	74
2. Rollung	76
3. Die Kombination von Zwirbeln und Rollung	77

4. Die Schraubstrich	79
IX. Bogenvibrato	84
X. Teilbewegungen und Ganzheit	86
1. Prinzipien der Körperbewegung	86
2. Teilbewegungen rechts	91
3. Teilbewegungen links	100
XI. Rechts-links-Beziehungen	104
1. Physikalische Rechts-links-Beziehungen	104
2. Physiologische Rechts-links-Beziehungen	110
3. Psychisch bedingte Rechts-links-Beziehungen	111
XII. Körperbewegung und Bogendynamik	115
1. Die dynamische Verlaufskurve eines Tons	115
2. Der Ganzbogenstrich als flache dynamische Kurve	116
3. Der Einsatz der Körpermasse	119
4. Dynamik und Fingerbewegung	122
5. Ausdrucksbewegungen	124
XIII Haltung	124
C. Systematisches Üben	127
XIV. Der Umgang mit technischem Übematerial	129
1. Was ist Technik?	129
2. Was muß das Üben von Technik leiste?	129
3. Fingerpermutation	130
4. Tonleitern und ähnliche Spielfiguren	132
5. Etüden	134
XV. Die Organisation des Übens	135
1. Einrichten einer Stimme	135
a) Der Fingersatz	136
b) Bogenstriche	141
c) Artikulation, Dynamik, Agogik	143
2. Die optimale Ausnutzung der Übezeit	144
a) Üben in Abschnitten	
b) Variieren des Stoffes	146
c) Einspielen	146
d) Äussere Bedingungen	147
e) Pausen	147
XVI. Problemlösung je nach Art der Schwierigkeit	148
1. Problemlösung durch Anstrengung	148
2. Lösung durch Koordination der Teilbewegungen	152
3. Lösung durch Aneignen von Gewohnheiten	153
4. Lösung durch Aufbau und Einschleifen neuer Bewegungsmuster	156

<b>XVII. Das Üben der technischen Grundfunktionen</b>	<b>156</b>
1. Der Teilbogenstrich (Détaché)	156
2. Der Bogenwechsel	157
3. Der Saitenübergang	158
4. Das Martellato	160
5. Das Staccato	161
6. Das Spiccato	162
7. Der Schwerpunktstrich	162
8. Gesprungene Arpeggien über mehrere Saiten	163
9. Der Lagewechsel	163
10. Das Portamento	164
11. Fingertechnik	165
12. Das Pizzicato	168
<b>XVIII. Üben mit rotierender Aufmerksamkeit</b>	<b>171</b>
1. Grenzen der Aufmerksamkeit	172
2. Parameter der Aufmerksamkeit	172
3. Bewertung	172
<b>XIX. Das Erarbeiten schwerer Stellen</b>	<b>174</b>
1. Die Grenzen zahlenmässigen Erfassens	174
2. Überstrategien für schwere Stellen	176
3. Analogie	178
4. Die Aufteilung schwerer Stellen in technische Parameter	180
5. Vergleich von je zwei Parametern	182
6. Üben <i>„hinter“</i> einer Störung	186
7. Zusammenfassung	187
<b>XX. Verknüpfungen</b>	<b>188</b>
1. Verknüpfungen in der Zeit	188
2. Räumliche Verknüpfungen auf dem Griffbrett	192
3. Innerkörperliche Verknüpfungen	194
<b>XXI. Der Aufbau eines künstlerischen Vorstellungsbildes</b>	<b>197</b>
1. Kenntnis der Form	197
2. Übergänge	199
3. Emotionaler Zustand	199
4. Assoziationen	200
5. Übertreibungen, Karikatur	202
6. Das Üben von Varianten	203
7. Gestik, Mimik, Dirigieren	206
8. Singen	207
Literatur	211
Register	213