

„In a nutshell“ – Stimmbildung für Jugendliche (2)

Was ist Stimmbildung und wofür ist sie gut?



Uta Minzberg

Foto: Unavailable Light Photography

Diplom-Gesangspädagogin Uta Minzberg erklärt in dieser Reihe, wie eure Stimme als euer musikalisches „Instrument“ arbeitet und funktioniert und was ihr als solches hilft und guttut. Der Begriff „in a nutshell“ bedeutet auf deutsch soviel wie: in der Nusschale. Also kurz und knapp und möglichst einfach zusammengefasst.

Der Begriff „Stimmbildung“ sagt eigentlich schon, worum es geht: um das (Aus-)Bilden der Stimme. Bestimmt kennt ihr das: Bevor ihr in der Chorprobe anfangt, die eigentlichen Stücke zu singen, gibt es für die Stimme erst einmal ein kleines Aufwärmtraining. Das ist sehr sinnvoll, denn unsere Stimme ist unser Instrument. Nur eben mit dem Unterschied, dass es sich nicht ausserhalb des Körpers, wie jedes andere Instrument befindet, sondern innerhalb.

Die Stimmbildung soll dafür sorgen, dass man bestens auf das Singen der Stücke vorbereitet ist. So wie ein Pianist oder ein Geiger mit Übungen seine Technik verfeinert, so wird auch eure Stimme im Laufe der Zeit und mit Hilfe von Stimmbildung immer besser und besser: Mit den richtigen Übungen „versteh“ die Stimme immer mehr, was sie zu tun hat, um bestimmte Töne zu erreichen, lauter oder besonders leise singen zu können oder auch Beweglichkeit für schnelle Tonfolgen zu erlernen.

Ist die Stimme ein Instrument wie jedes andere?

Es gibt im Gegensatz zu anderen Instrumenten einen großen Unterschied: Das Instrument Stimme ist untrennbar von eurem Körper – mehr noch: Er formt euer Instrument. Allein die Muskelpaare, die nur an der Tonerzeugung beteiligt sind, sind mehr als fünfzig! Dazu kommen noch viele andere Muskeln, zum Beispiel diejenigen, die die Atmung steuern. Ohne sie wäre das Singen und Sprechen nicht möglich, denn unsere Stimme funktioniert ähnlich wie ein Blasinstrument: Nur mit Luftzufuhr können die Stimmbänder, die eigentlich in der Fachsprache „Stimmlippen“ heißen, schwingen und Töne erzeugen.

Das bedeutet, Stimmbildung ist nicht nur unter dem musikalischen Aspekt zu sehen. Stimmbildung

wirkt, als ob man der Stimme einen kleinen sportlichen Workout verpasst, bei dem sich die vielen Muskeln mit der Zeit immer feiner aufeinander einspielen können und tatsächlich auch genau wie beim Sport wachsen und stärker werden. Vergleicht man also das Singen mit einer sportlichen Disziplin, wird es eigentlich noch logischer, dass die Stimme aufgewärmt werden will, bevor es richtig mit dem Stück losgeht – kein Tänzer würde jemals direkt mit seiner Choreographie beginnen, ohne sich vorher aufzuwärmen und seinen Muskeln einen ordentlichen Stretch zu verschaffen.

Übungen in der Stimmbildung

Es gibt unterschiedliche Übungen für die Stimme, jede verfolgt einen bestimmten Zweck. Da gibt es beispielsweise die sogenannten „Vokalisieren“. Wie der Name schon sagt, werden in diesen Übungen nur Vokale gesungen. Sie sind besonders gut geeignet, die sogenannten Register-, die Kopf- und die Bruststimme zu schulen und ihre jeweiligen Klangqualitäten herauszukitzeln. Dann gibt es noch eine riesengroße Palette an Übungen, die die Atmung und das Sprechen mit einbeziehen, um die Stimme unter anderem für Verständlichkeit des Textes fit zu machen und euch zu ermöglichen, längere Phrasen durchzusingen, ein schönes Legato möglich zu machen, und, und, und.

Fazit

Stimmbildung lohnt sich. Zwar lernt eure Stimme natürlich auch, wenn ihr einfach eure Stücke in der Chorprobe singt, aber eure Stimmuskulatur liebt es, auch einmal an und über ihre Grenzen hinaus zu singen. So werden die Herausforderungen in der Literatur viel besser gemeistert!

Chor-Coachings für Kinder- und Jugendchöre

Chor-Coachings sind Beratungen, in denen unsere Chorleiterinnen und Chorleiter gezielt Fragen zu ihrem eigenen Chor in Theorie und Praxis stellen und in ihrer Probenarbeit mit Unterstützung eines Coaches bear-

beiten können. Die Mitglieder des Jugendmusikbeirates, unter der Federführung des Landeschorleiters Martin te Laak, besuchen gern auf Anfrage eine Probe, um Chor und Chorleitung in diesen Fragen zu unterstützen. Auf kol-

legialer Ebene arbeiten die Coaches gemeinsam mit den Chorleitern an den gewünschten Themenfeldern. Termine für Chor-Coachings können über die Geschäftsstelle der Sängerejugend angefragt werden.