



Autorin Uta Minzberg, Dipl. Gesangspädagogin und Mitglied im Jugendmusikbeirat der Sängerejugend NRW beschäftigt sich als Gesangslehrerin, Stimmbildnerin und Chorleiterin intensiv mit der Funktionsweise der Stimme und den praktischen Konsequenzen für den Gesang.

„In a Nutshell – Stimmbildung für Jugendliche (1):

Die Stimme – mein Instrument

Diese Reihe will erklären, 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.

Wir nutzen sie jeden Tag, nicht nur zum Singen – auch um zu sprechen, zu seufzen, zu lachen, zu weinen – also um uns auszudrücken: unsere Stimme. Sie transportiert unsere Persönlichkeit.

Wie sieht das Instrument Stimme aus? Ganz kurz zusammengefasst: Die eigentliche Klangerzeugung findet im Kehlkopf statt, ihr könnt ihn am Hals ertasten, er liegt etwa in der Mitte der Kehle und steht ein wenig hervor. In ihm liegen die sogenannten Stimmlippen, die umgangssprachlich meistens Stimmbänder genannt werden. Sie sehen beim Singen und Sprechen tatsächlich ein wenig aus wie Lippen, die sich bewegen.

Auch die Luftröhre, die unterhalb vom Kehlkopf sitzt, gehört unmittelbar zu unserem Instrument. Denn unsere Stimme funktioniert wie ein Blasinstrument. Sie braucht Luft, um Töne zu erzeugen.

Die Beschaffenheit eures Stimmapparates bestimmt außerdem, wie eure Stimme klingt. Die unterschiedliche Länge und Dicke der Stimmbänder sowie die Länge und der Durchmesser eurer Luftröhre sind dabei ausschlaggebend.

Sehen kann man die Stimme nur mit dem Laryngoskop, einer Kamera, die die Bewegung der Stimme durch ein Rohr auf sichtbar machen kann, das von einem Stimmarzt durch den Hals oder die Nase in die Kehle eingeführt wird. Er kann beobachten, ob die Stimme gesund aussieht oder ob ihr etwas fehlt.

Exkurs: Stimm-„biologie“

Wenn ihr singt oder spricht, sind sage und schreibe allein über fünfzig Muskelpaare im und am Kehlkopf in Aktion. Diese Muskeln sind eigentlich für ganz andere, lebenswichtige Tätigkeiten ausgelegt worden: für das Schlucken und das Atmen. Dass es uns möglich ist, diese vielen Muskeln koordiniert dazu zu bewegen, Töne hervorzubringen, die dann im Idealfall auch noch richtig schön klingen und Musik erzeugen, ist eigentlich ein kleines Wunder. Denn dass diese Muskeln eigentlich nicht gern miteinander agieren, erfährt man zum Beispiel dann, wenn man sich einmal ordentlich verschluckt hat und die Aufgabenbereiche der Muskulaturen sozusagen verwechselt worden sind.

Für die, die es genau wissen wollen: Gesteuert werden diese Muskeln vor allem vom „Nervus vagus“ und dem „Nervus laryngeus“, sie bestimmen die Beweglichkeit der Stimmuskulatur. Das ist längst nicht alles, was dazu gehört, um unsere Stimme erklingen zu lassen, auch Kiefer, Zähne, Zunge, Lippen etc. spielen natürlich mit!

Wie erzeuge ich mit der Stimme

Töne? Die Stimmlippen brauchen Luft, um in Bewegung versetzt zu werden. Die Luft bewegt sie, der Strom, der durch sie hindurchfließt, sorgt für das Öffnen und Schließen der Stimmlippen, was dann die Töne erzeugt. Wie hoch oder tief ein Ton ist, wie laut oder wie leise, liegt daran, in welcher Stellung sich die Muskulatur, die für die Tonerzeugung (Phonation) zuständig ist, befindet.

Was ist anders als beim Instrument?

Vieles. Wir machen mit der Singstimme zwar Musik, aber vieles ist trotzdem anders. Allein die Tatsache, dass es uns

nicht möglich ist, die Stimme beim Singen zu beobachten, erfordert eine andere Umgangsweise als mit allen anderen Instrumenten. Sowohl Sänger als auch Gesangslehrer müssen deswegen ganz besonders gut hinhören, um aus den Klangqualitäten ihre Rückschlüsse zu ziehen und zu korrigieren.

Ein weiterer großer Unterschied ist, dass die Stimme als einziges Instrument nicht nur Musik, sondern auch Text transportieren muss. Das erfordert einen anderen Umgang mit der Musik – neben klarer Aussprache will auch das Gefühl des Komponisten oder Dichters mit transportiert werden. Nur wenn die Emotion richtig transportiert wird, springt der Funke beim Musizieren auf den Zuhörer über.

Forscher haben festgestellt, dass beim Singen im Gehirn unglaublich viel Aktivität messbar ist. Wenn man mal kurz darüber nachdenkt, ist das eigentlich logisch, denn eine ganze Reihe von Tätigkeiten werden koordiniert: Tonhöhen und Melodieabläufe, Lautstärke, Text und Aussprache, Muskeltätigkeiten des Atem- und Stimmapparates, das Hören und die dazugehörige Abstimmung auf akustische Gegebenheiten – wie klinge ich selbst, wie klingt meine Stimmgruppe, wie klingt der Raum usw. Das Gehirn arbeitet also auf Hochtouren, noch mehr als es bei Instrumentalisten der Fall ist!

Außerdem: Euer Körper und eure Stimme sind untrennbar. Ein zweites Instrument könnt ihr nicht kaufen. Wie ihr eure Stimme pflegt und schützt erfährt ihr im Verlauf dieser Reihe. Und das allerwichtigste und allerschönste: Es gibt euer „Instrument“ nur ein einziges Mal auf dieser Welt, so wie Euer Gesicht nicht ein zweites Mal existiert. Niemand anders klingt wie ihr. Wenn das kein Wunder ist...