



Tragfähigkeit für LehrerInnenstimmen

Olaf Nollmeyer

Stimmliche Förderziele: Entwicklung von Tragfähigkeit

Zielgruppe: Logopäden und Stimmtherapeuten, die präventiv mit Lehrern in Einzelarbeit oder in Gruppen arbeiten

Zu den typischen Anforderungen an die Stimmen von Lehrern gehören stimmliches Durchsetzungsvermögen gegen Lärm bzw. Sprechen in akustisch ungünstigen Räumen und lange Sprechphasen. Der sprecherische Alltag der Pädagoginnen und Pädagogen erlaubt kaum Verschnaufpausen. Lehrer wechseln zudem oft, und meist ungeplant die Gesprächsebenen zwischen Lehrervortrag, Aufgabenstellung und Konfliktmanagement. Für diese anspruchsvollen Leistungsanforderungen erhalten sie kaum Vorbereitung oder Begleitung. Gleichzeitig ist bekannt, dass es viele Ebenen gibt, auf denen man Person und Stimme hinsichtlich dieser Anforderungen entwickeln kann. Zentral für die stimmliche Effizienz ist, unabhängig vom gewählten Zugriff, der akustische Aspekt der Tragfähigkeit. Dieser wird im Folgenden dargestellt. Theoretisch ist dieser gut eingeführt; in der Praxis zeigt sich aber, dass es oft besonders an zuverlässiger Wahrnehmung und adäquater Einordnung dieses Phänomens in Stimmtherapie und -pädagogik mangelt. Abschließend stelle ich ein wahrnehmungsorientiertes Übungsformat für den Gruppen- und Einzelunterricht mitsamt zwei bewährter Stimmspiele (Übungen) vor, die diesem Mangel abhelfen, und den Stimmen von Lehrern direkt zugutekommen können.

Tragfähigkeit

Unter Tragfähigkeit verstehe ich das Vorhandensein von relativ viel Energie an den Teiltönen im Bereich des Sänger- bzw. Sprecherformanten, also unter anderem im Frequenzbereich 3000 Hz – 4000 Hz. „Relativ viel“ bedeutet dabei

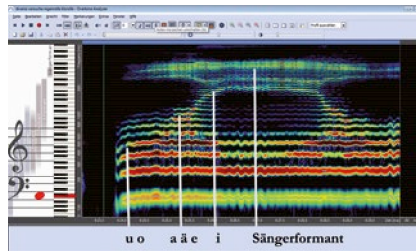


Abb. 1: Die Abbildung zeigt einige Vokalformantbereiche und den darüberliegenden Sänger- bzw. Sprecherformantbereich.

„relativ zu seiner Umgebung im Spektrum“ (Landzettel & Rohmert 2015).

In Abbildung 1 ist dieses Band relativ stark zu umliegenden Bereichen, die dunkel sind. In dem Moment, wo der Sänger in seiner fließenden Vokalbewegung bei /i:/ angelangt ist, treten an diesem unteren Rand des Sängerformantbereichs natürlich (bedingt durch den hohen Vokalanteil des /i:/ in dieser Region) ebenfalls Teiltöne auf. Das Frequenzband um 3000 Hz läuft aber in diesem Beispiel durch alle Vokalfarben hindurch mit; es ist vokalunabhängig.

Drei Gründe für die Entwicklung des Sprecherformanten für Lehrerstimmen

Kennzeichnend für klassischen Gesang ist unter anderem, dass die Stimme „unplugged“ in unverstärkten Situationen, in denen zugleich andere Schallerzeuger aktiv sind, gehört werden soll. Auf akustischer Ebene bedeutet das, den bevorzugt gehörten Frequenzbereich mit der eigenen Stimme besser zu bedienen. Diesen sensiblen Hörbereich zeigt die Abbildung 2.

Wenn Sie mit dem Finger einer der roten Linien von links nach rechts folgen, sehen Sie, dass im tiefen Bereich des Spektrums viel Schalldruck nötig ist, um dieselbe Lautheit zu erzeugen als weiter rechts, also höher im Spektrum. Im Bereich des Sprecherformants – in der Ab-

bildung zwischen „2k“ und „5k“ gelegen, ist das Hören offenbar besonders sensibel. Der für gleiche Lautheit nötige Schalldruck liegt hier um ein Vielfaches geringer als im tieferen Bereich. Die Bevorzugung dieses Bereichs lässt sich unter anderem auf die akustischen Eigenschaften des Außenohres zurückführen, die diesen Bereich besser weiterleiten als andere.

Wenn die Stimme aber besser gehört wird, kann der Aufwand für die Stimmerzeugung reduziert werden. Dieser Punkt wird bei der Entwicklung von Tragfähigkeit leicht übersehen. Eine Studie zur Wirkung von verbesserter Reflexion höherer Teiltöne während der Phonation konnte nachweisen, dass diese allgemein eine entspannende Wirkung auf die Stimme haben kann (Laukanen et al. 2004). Die Reduktion des phonatorischen Aufwands ist aber kein Automatismus. Im klassischen Gesang etwa steht das Erreichen des Ziels (Sängerformant) durchaus im Vordergrund, Gesangsstudenten und ausgebildete Sänger erleben ihre Stimmen aber deshalb nicht von allein als mühelos, und sie sind es oft auch nicht. Das Vorhandensein des Sängerformants ist also noch kein Garant für eine anstrengungslose oder gesunde Stimme.

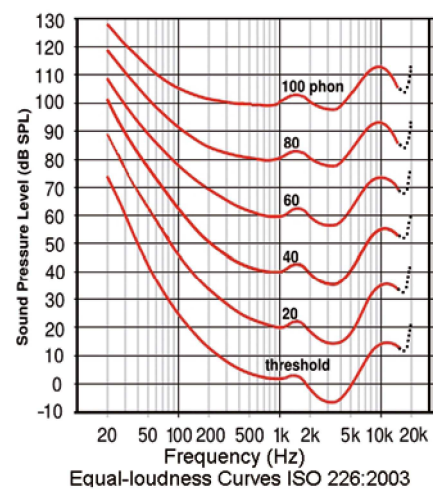


Abb. 2: Kurven gleicher Lautheit in Abhängigkeit zur Frequenz