

Wie entsteht unsere Stimme?

„Die Stimme eines Menschen ist sein zweites Gesicht!“



Die Stimme ist das Spiegelbild unserer Seele. Mit ihr kann man z.B. Freude, Glück, Angst und Trauer zum Ausdruck bringen. Sie ist so individuell wie ein Fingerabdruck. Was so einfach und natürlich klingt, ist ein hoch komplizierter Vorgang, der unserem Körper Hochleistung abverlangt. Stellen Sie sich Ihre Stimme als Geige vor. Sie besteht aus dem Korpus, der für die Resonanz sorgt und mit seiner Größe bestimmt, ob der spätere Klang hoch oder tief klingt, und aus den Saiten, die durch den Bogen zum Klingen gebracht werden. Keine Geige klingt gut, wenn die Saiten nicht korrekt gespannt sind. Niemand kann einer noch so vollkommenen Geige einen schönen Ton entlocken, wenn er den Bogen nicht sicher führen kann.

Wenn wir die Komponenten der Geige auf die menschliche Stimme übertragen, so ist der Korpus unser Resonanzraum, der vom Bereich oberhalb des Kehlkopfes bis in unseren Nasenraum und über den gesamten Mundraum bis zum Innenrand unserer Lippen reicht. Unsere Stimmlippen sind mit den

Saiten der Geige gleichzusetzen. Die angrenzenden Schleimhäute können wir mit dem Bogen der Geige vergleichen. Durch unsere Atemführung werden die Stimmlippen in Schwingung versetzt – ein Ton entsteht.

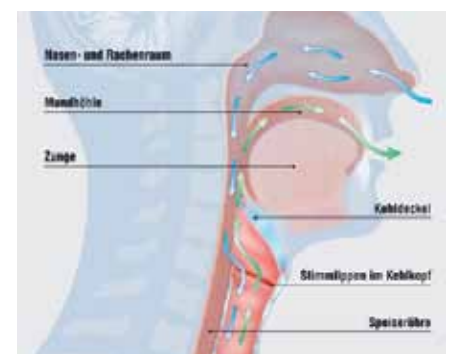
Anatomisch ist dieser Vorgang so zu erklären:

Der obere Teil unserer Luftröhre ist der Kehlkopf. Er besteht aus Knorpeln und ist ein Hohlkörper, durch den die Atemluft strömen kann. Im Inneren des Kehlkopfes sind zwei Stimmbänder gespannt: schmale Bändchen aus Haut, die durch feine Muskeln sehr beweglich sind. Sie verschließen die Luftröhre bis auf einen kleinen Spalt – die Stimmritze.

Die Stimmbänder sind beim normalen Atmen entspannt und die Stimmritze ist breit, damit die Luft ungehindert ein- und ausströmen kann. Um Töne zu erzeugen, werden die Stimmbänder angespannt. Die Stimmritze ist dann bis auf einen kleinen Spalt verengt. Kommt die Luft nun aus der

Lunge, werden die gespannten Stimmbänder in Schwingung versetzt – wie die Saiten einer Geige. Ein Ton entsteht.

Je entspannter die Stimmbänder sind, umso tiefer ist der Ton. Je mehr man sie anspannt, desto höher wird er. Die Tonhöhe hängt zusätzlich noch von der Länge und Dicke der Stimmbänder ab. Je länger sie sind, desto tiefer ist die Stimme. Männer besitzen in der Regel längere Stimmbänder als Frauen, weil ihr Kehlkopf größer ist. Kinder, ob Junge oder Mädchen, haben immer hohe Stimmen, da ihre Stimmbänder noch gleich kurz sind. Erst mit der Pubertät werden die Stimmbänder bei Jungen länger und dicker. In dieser Zeit, dem Stimmbruch, kann der Junge seine Stimme kaum bis gar nicht kontrollieren. Die Stimmbänder sind nur für die Tonhöhe und -stärke verantwortlich. Sie liefern die Grundtöne. Die Lautbildung, also die Artikulation, entsteht im Mundraum. Hier agieren Mund- und Rachenhöhle, Zunge, Lippen und Zähne. Eine perfekte Stimme ist vergleichbar mit dem Spielen eines Instruments. Manche Menschen sind Naturtalente und bringen alle Voraussetzungen mit. Viele müssen dieses Handwerk mit Übung und Fleiß erlernen. Aber alle Spieler sollten sorgsam mit ihrem wertvollen Instrument – Stimme oder Geige – umgehen. ■



Praxis für Logopädie - Angelika Barasch

Therapie von Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen

Polyklinik am Südpark / Melchendorfer Str. 1 und Häblerstr. 6 - 99096 Erfurt

Telefon 03 61 / 6 53 86 79

E-Mail: angelika.barasch@logopaedie-erfurt.de • Internet: www.logopaedie-erfurt.de