

Das Wissen

Die menschliche Stimme – Wann sie gut klingt und wie sie schöner wird

Von Mareike Gries

Sendung vom: Donnerstag, 13. Juni 2024, 8:30 Uhr

Redaktion: Jeanette Schindler

Regie: Autorenproduktion

Produktion: SWR 2024

Die menschliche Stimme ist einzigartig wie ein Fingerabdruck. Studien zufolge bewerten wir Personen schon aufgrund ihrer Stimme. Unwohl fühlen sich Menschen, wenn ihre Stimme nicht zum Geschlecht passt oder zu alt klingt. Wie kann ihnen geholfen werden?

Das Wissen können Sie auch im **Webradio** unter www.swrkultur.de und auf Mobilgeräten in der **SWR Kultur App** hören – oder als **Podcast** nachhören:

<https://www.swr.de/~podcast/swrkultur/programm/podcast-swr-das-wissen-102.xml>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Die SWR Kultur App für Android und iOS

Hören Sie das Programm von SWR Kultur, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR Kultur App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...

Kostenlos herunterladen: <https://www.swrkultur.de/app>

MANUSKRIFT

O-Ton 01 Katja Gaubatz, Logopädin und Lara Elferink, Patientin:

Katja Gaubatz: „Sie machen das noch mal mit dem Zählen.“

Patientin: „Ja.“

Katja Gaubatz: „Und kurz und knackig. Und dann diese weitere, fließendere Bewegung nach vorne. Einfach mit dem Zählen.“ „Okay.“

Patientin: „Okay. Eins, zwei, drei. Vier, fünf, sechs.“

Katja Gaubatz: „Führen.“

Patientin: „Mh – sieben, acht, neun“

O-Ton 02 Prof. Markus Hess, HNO-Arzt:

Gerade heute hat ein Patient wieder gesagt, wie wichtig ihm die Stimme ist und wie wichtig ihm das für seine Kommunikation und für sein Mensch-Sein ist. Bei der Kommunikation bringen wir uns als Individuen, als Identität mit ein. Und was ist identitätsstiftender als das Aussehen und die Stimme.

Autorin:

Die menschliche Stimme ist einzigartig wie ein Fingerabdruck. Studien belegen, dass wir durch ihren Klang Rückschlüsse auf Kompetenz oder Attraktivität einer Person ziehen. Gerade deshalb ist es vielen Menschen wichtig, mit ihrer Stimme einen guten Eindruck zu hinterlassen.

Ansage-Sprecher:

Die menschliche Stimme – wann sie gut klingt und wie sie schöner wird. Von Mareike Gries.

Atmo 01 Summen:

O-Ton 03 und 4, Undine Beck, Stimpfpädagogin und Studentinnen:

Lasst Euch ein auf diesen Widerstand. Da kriegt der Ton Orientierung. Kriegt der Ton vielleicht Kraft und Länge. Probiert.

O-Ton 04 Undine Beck, Stimpfpädagogin und Studentinnen:

Ja, und geht noch nicht in die Leistung. Wenn es anstrengend wird, löst Ihr den Ton wieder.

Atmo 02: Summen

Autorin:

Stimpfpädagogin Undine Beck leitet fünf Studentinnen des Studiengangs „Sprechkunst und Kommunikationspädagogik“ durch verschiedene Übungen.

O-Ton 05 Undine Beck und Studentinnen:

Schüttel, schüttel, schüttel

Autorin:

Die jungen Frauen schütteln Arme und Beine aus, klopfen gegenseitig ihre Oberkörper ab. Sie summen, brummen, murmeln, tönen. Mit den Übungen sollen die Studierenden ihre körpereigenen Resonanzräume kennen- und nutzen lernen. Die Atmung ist ein Schlüssel dafür, sagt Stimpädagogin Undine Beck.

O-Ton 06 Undine Beck:

Der Körper, in seiner Beweglichkeit, in seiner Durchlässigkeit, bietet dem Atem Raum. Also wenn ich meine Flanke weite und die öffne, die Rippenbögen, dann schaffe ich inneren Raum für den Atem. Und wenn der Atem ankommt, dann hab ich auch Raum für die Resonanz, für den Klang der Stimme. Und ob ich den jetzt schmal halte oder ob ich wirklich eine Weite im Körper ansteuere, das ist dann das Handwerk, was ich habe. Und das auch in Resonanz umsetzen kann.

Atmo 03: Stimmübungen**Autorin:**

Und das kann man lernen. Zum Beispiel im Studiengang Sprechkunst an der Stuttgarter Musikhochschule. Er ist in dieser Form einzigartig. Die Absolventen und Absolventinnen können im Anschluss zum Beispiel als Sprecherzieher an Schauspielschulen oder als Sprecherinnen im Rundfunk arbeiten. In einer mehrtägigen Aufnahmeprüfung wird geschaut, wer sich für diesen Studiengang eignet und wer nicht, erklärt Annegret Müller, stellvertretende Leiterin des Instituts und Professorin für Sprechkunst. Im Zentrum der Prüfung: Der künstlerische Ausdruck und - die Stimme.

O-Ton 07 Annegret Müller, stellv. Leitung am Institut für Sprechkunst Stuttgart:

Also sie muss mal gar nicht unbedingt schön sein. Sie muss funktionieren. Wir wünschen uns ja auch gerne ein HNO-Gutachten, aber wenn die Person mit ihrer Stimme und mit ihrer künstlerischen Ausprägung so künstlerisch unterwegs ist, dann trauen wir uns das zu, so mit der Stimme zu arbeiten, dass die Stimme auch ausgebildet wird, während des Studiums. Es ist wirklich die Persönlichkeit mit ihrem künstlerischen Ansatz und auch mit ihrem rhetorischen Vermögen.

Autorin:

Die Stimme ist für viele Berufe wichtig. Lehrerinnen oder Schauspieler müssen sich auf ihre Stimme verlassen können. Und nicht nur das – sie müssen sich wohlfühlen mit ihrer Stimme und sie in unterschiedlichen Situationen flexibel einsetzen können. Neben dem Stimmklang ist auch die Sprechtechnik wichtig: Wie spreche ich, damit andere gerne zuhören? In welchem Tempo, mit welcher Betonung, in was für einer Lautstärke. Bei Profisprecherinnen und Sprechern ist dieses Handwerk entscheidend, sagt Institutsleiterin und Professorin für Rhetorik Kerstin Kipp.

O-Ton 08 Kerstin Kipp, Leiterin am Institut für Sprechkunst Stuttgart:

Wenn eine Person auf der Bühne steht und einen Text von Schiller oder wem auch immer spricht, dann hören wir ja nicht nur den Text. Und es geht nicht drum, nur diesen Text vorzutragen. Sondern es ist wirklich das in-Dialog-Treten mit dem Publikum. Etwas mitzugeben, Gedanken anzuregen und mit diesem Text etwas aussagen zu wollen. Das muss hörbar sein. Und das ist die Form der Kunst.

O-Ton 09 Michael Speer, Professor für Sprecherziehung und Sandro Balk, Student:

Sandro Balk: „Dieses zuckende Auf und Ab von Verlust und Gewinn dauerte pausenlos ungefähr eine Stunde.“

Michael Speer: „Stopp, stopp, stopp. Ganz kurz – ich würde dieses zuckende Auf und Ab, das kannst Du so als einen Bogen machen.“

Autorin:

Student Sandro Balk und Sprecherzieher Michael Speer arbeiten an einem Text von Stefan Zweig. Satz für Satz hauchen sie der knapp einhundert Jahre alten Geschichte Leben ein.

O-Ton 10 Sandro Balk/ Michael Speer:

Sandro Balk: „Und während dieser Stunde wandte ich nicht einen Atemzug lang meinen faszinierten Blick von diesem fortwährend verwandelten Gesicht.“

Michael Speer: „Okay, da kannst Du sparsamer sein.“

Autorin:

Sandro Balk studiert Sprechkunst im sechsten Semester. Er habe sich schon zu Schulzeiten besonders wohlgeföhlt mit seiner Stimme, sagt er.

O-Ton 11 Sandro Balk:

Ich war der eine in der Klasse, der sich immer gefreut hat, Präsentationen zu halten. Gleichzeitig gab es in der Schule ein paar Ereignisse jedes Jahr, wo es einen Moderator brauchte, wo ich mich auch immer brav gemeldet habe, weil ich großen Spaß daran hatte. Bis dann irgendwann ein Lehrer, den ich sehr schätze, zu mir kam und meinte: Sandro – wäre das nicht was für Dich? Und dann habe ich da mal gegoogelt und herausgefunden: oha, genau das kann man studieren. Oh mein Gott. Und dann hab ich es probiert und jetzt bin ich hier.

Atmo 04 Sprechunterricht:

Schon höre ich...Tod und Hölle... Was höre ich...

Autorin:

Er habe schon damals gerne seine Stimme aufgezeichnet und die Aufnahmen analysiert, erinnert sich Sandro Balk. Die meisten Menschen würden es anfangs befremdlich finden, die eigene Stimme aus einem Lautsprecher zu hören, weiß Professor für Sprecherziehung Michael Speer.

O-Ton 12 Michael Speer:

Das ist ein sehr weit verbreitetes Phänomen und das hat im Grunde anatomische Ursachen: Wenn ich selber spreche, höre ich mich über zwei Kanäle. Ich höre über den Schall, der aus meinem Mund rauskommt [und auf mein Trommelfell trifft.] Andererseits – die vibrierenden Stimmlippen übertragen auch Schwingungen über Muskel, Bänder und Knochen, [hin zum Ohr], zum Trommelfell. Wenn ich jetzt aber eine Mikrofonaufnahme höre, dann höre ich nur diesen Anteil der Stimme, die aus dem Mund rausgeht und auf mein Trommelfell trifft. Und diese Knochenleitung fällt weg. Ein Teil der tiefen Frequenzen wird aus der Stimme quasi rausgefiltert.

Musikakzent: „Farming Futures“

Autorin:

Aber was tun, wenn die eigene Stimme vor allem negative Gefühle auslöst, weil sie instabil ist oder nicht zur Persönlichkeit passt? Genauso, wie man sich im eigenen Körper nicht wohlfühlen kann, kann auch die Stimme als nicht stimmig empfunden werden.

O-Ton 13 Lara Elferink, Logopädie-Patientin, Katja Gaubatz, Logopädin:

Lara Elferink: „Schu, schu, schu.“

Katja Gaubatz: „Gut. Halten Sie das U etwas länger. Damit Sie es für sich hören. Schu

Lara Elferink: Schu.“ „Schu, schu, schu“

Autorin:

Patientin Lara Elferink und Logopädin Katja Gaubatz arbeiten in einer Wiesbadener Praxis an einem weiblicheren Stimmklang. Lara Elferink befindet sich mitten in der Transition, sie wurde mit männlichen Geschlechtsmerkmalen geboren.

Atmo 05 Stimmübungen:

Schi, schi, schi. Schu, schu, schu

O-Ton 14 Lara Elferink:

Dadurch, dass ich mich in der Transition befinde, möchte ich einfach meine Stimme meinem Äußeren mehr anpassen. Das heißt, dass sie weiblicher klingt. Und ja, weil ich mich einfach mit meiner Stimme vorher nicht wohlfühlt habe. Und es hilft schon beim Passing, auf jeden Fall. Das heißt, nicht mehr unbedingt in allen Situationen als männlich gelesen zu werden, sondern auch als weiblich wahrgenommen zu werden. Und ja – für mich selbst ist es auch wichtig, weil ich mich einfach mit der Stimme viel besser artikulieren kann. Ich hab das Gefühl, ich bin selbstbewusster mit dieser Stimme.

Autorin:

Lara Elferink ist eine von mehreren Trans-Frauen, die mit Hilfe von Logopädin Katja Gaubatz den Weg zur passenden Stimme finden wollen. Sie ist auf Stimmstörungen spezialisiert und arbeitet seit Jahren in diesem Bereich. Um den Fortschritt zu dokumentieren, bittet Katja Gaubatz die Patientinnen regelmäßig, ihre eigene Stimme aufzuzeichnen. Bei einer jungen Frau klang es anfangs noch so:

O-Ton 15 Stimmaufnahme Logopädie-Patientin:

Der Nordwind und die Sonne. Einst stritten sich Nordwind und die Sonne, wer von beiden wohl der stärkere wäre. Als ein Wanderer....

Autorin:

Die Veränderung nach mehreren Monaten ist bemerkenswert.

O-Ton 16 Stimmaufnahme Logopädie-Patientin:

Der Nordwind und die Sonne. Einst stritten sich Nordwind und die Sonne, wer von beiden wohl der stärkere wäre. Als ein Wanderer, des Weges kam..

O-Ton 17 Katja Gaubatz, Logopädin in Wiesbaden:

Es geht ja letztlich darum, wenn ich mit Transfrauen arbeite, nicht nur – in Führungszeichen – schauspielerisch eine Stimme zu manipulieren, sondern das auch in die persönliche Wahrnehmung und wenn man so will ins Unterbewusstsein zu integrieren. Also insofern ist das ein sehr, sehr umfassendes Paket auch von Stimm- und persönlicher, ja, wenn man so will auch von psychologischer Betreuung.

Atmo 06 Stimmübungen:

Schi, schi, schi. Skifahren...

Autorin:

Die Stimme des Menschen ist das Ergebnis des Körpers, der sie formt. Stimmbänder, Hals, Zunge, Mund, Hormone, Körperbau – all das hat einen Einfluss. Diese Einflüsse - etwa als Transfrau - auszuhebeln, erfordert regelmäßige, logopädische Übung.

O-Ton 18 Katja Gaubatz, Logopädin:

Das Unterbewusstsein einer Transfrau ist unter Umständen Jahrzehnte lang stimmsozialisiert männlich geprägt. Das heißt, alles was diese Person erstmal im Bewusstsein an der Stimme manipuliert, stößt erstmal im Unterbewusstsein auf Alarm. So nach dem Motto: Das bist Du nicht, das ist künstlich, das ist komisch. Und da gilt es eben auch, das Unterbewusstsein mitzunehmen. Und bei manchen geht das deutlich leichter. Manchen steht das regelrecht im Weg. Die sich dann selbst lächerlich fühlen.

Musikakzent

Autorin:

Die menschliche Stimme ist mehr als ein Instrument zur Kommunikation. Sie ist Zeichen unserer Persönlichkeit. Mehrere Studien belegen, dass wir uns auf Grund der Stimme eines Menschen ein Urteil über ihn bilden. Wie dieses Urteil ausfällt, ist unterschiedlich. Es hängt vom Kulturraum, der Zeit und gesellschaftlichen Normen ab, erklärt Professor Michael Fuchs, Leiter der Sektion Phoniatrie und Audiologie an der Universität Leipzig. Er forscht seit Jahren zur Stimme und deren Wirkung.

O-Ton 19 Michael Fuchs, HNO-Arzt- an der Universität Leipzig:

Wir wissen beispielsweise, dass in Asien, in Japan zum Beispiel, eine hohe Frauenstimme ein Schönheitsideal ist. Die tiefsten Frauenstimmlagen finden wir im weltweiten Vergleich etwa in Skandinavien.

Autorin:

Eine groß angelegte Langzeitstudie der Uni Leipzig unter 2500 Männern und Frauen aus Mitteldeutschland hat gerade gezeigt, wie sehr sich das Stimmbild der Sprechstimme einer ganzen Gesellschaft mit den Jahren verändern kann. (1)

O-Ton 20 Michael Fuchs:

Da gibt es seit vielen Jahren schon Normwerte, die auch in den Lehrbüchern so abgedruckt sind, nämlich, dass eine Männerstimme [so etwa zwischen dem großen a, musikalisch gesprochen, und dem kleinen c] – also round about so zwischen 100 und 110 Hertz liegt – bei den Frauenstimmen finden wir in den Lehrbüchern als Normwerte genau die Oktave darüber. Und bei unseren untersuchten Personen war das bei den Männern genau eine Punktlandung. Nicht aber die Frauenstimmen. Die liegen etwa nur noch eine Quinte über der Männerstimme. Und das hat uns sehr überrascht, denn damit wäre der Abstand ja halbiert worden. Die Frauen sprachen tiefer als das eigentlich hätte laut Lehrbüchern sein sollen.

Autorin:

Wie diese Veränderung genau zustande gekommen ist, das ist noch nicht ganz klar. Michael Fuchs und seine Kollegen und Kolleginnen konnten verschiedene Hypothesen allerdings ausschließen.

O-Ton 21 Michael Fuchs:

Eine war, dass wir ja alle größer und schwerer und auch älter werden und in diesem Rahmen Stimmen vielleicht auch tiefer werden könnten. Aber erstens hätten dann ja auch die Männerstimmen tiefer sein müssen und solche Veränderungen, die vollziehen sich nicht in 20, 30 Jahren, sondern über Jahrhunderte zum Teil. Dann hatten wir den Verdacht, dass vielleicht hormonelle Gründe bei den Frauenstimmen vorliegen könnten. Und das tolle an unserer Life-Studie ist ja, dass wir von allen untersuchten Personen eben auch einen kompletten Hormonstatus haben, und der ließ uns ausschließen, dass Hormone die Ursache bei den tieferen Stimmen bei den Frauen waren. Das, was eigentlich übrig blieb, war die Hypothese, dass wir hier wahrscheinlich so etwas wie Emanzipation der Frau, also ein verändertes Rollenbild gemessen haben.

Autorin:

Frauen in Führungspositionen, Gleichberechtigung, Feminismus – diese Fortschritte können sich durchaus in der Stimme bemerkbar machen, ist sich Michael Fuchs sicher.

O-Ton 22 Michael Fuchs:

Wir wissen, dass wir psychoemotional so getriggert sind, durch unsere Menschheitsgeschichte, dass wir tiefen Stimmen mehr Vertrauen schenken als hohen Stimmen. Und insofern könnte es eben so sein, dass Frauen, deren Rollenbild sich in der Gesellschaft gerade in den letzten Jahrzehnten deutlich geändert hat, ihre Stimmen auch deswegen tiefer verwenden. Das ist alles in Bereich, wo eine Stimme deswegen nicht krank wird, weil ich tiefer spreche. Und das haben die allermeisten unserer untersuchten Personen, also der Frauen, auch nicht bewusst gemacht. Die haben das ja nicht irgendwie trainiert. Aber es ist ein Effekt, den wir gesehen haben.

O-Ton 23 Katja Gaubatz und Lara Elferink:

„Machen wir grad mal so mit a.“ „Ja.“

Autorin:

Während die Probandinnen von Michael Fuchs ihre Stimme also unbewusst tiefer einsetzen, geht es bei Logopädie-Patientin Lara Elferink darum, die Stimme höher klingen zu lassen.

O-Ton 24 Katja Gaubatz und Lara Elferink:

„Das S C H erstmal vorne bilden, also relativ dumpf.“ „Sch sch.“ „Und jetzt hell.“ „Sch sch.“ „Genau, und jetzt machen Sie es mal im direkten Wechsel.“ „Sch sch sch.“

O-Ton 25 Katja Gaubatz:

Stimme ist was ganz essentiell Persönliches. Das kann man schon alleine daran ablesen, dass wir ja von Menschen von Personen sprechen und personare auf lateinisch durchklingen, durchtönen heißt. Das heißt also, wir bezeichnen die Individuen eigentlich als Klingende oder als Durchtönende. Über Stimme erfahren wir ganz viel über die Person. Also Menschen, die Sie gut kennen, können Sie am Telefon gleich sagen: wie hörst Du Dich denn an, was ist denn los. Und wir lesen ganz viel aus den Stimmen. Und das ist eben etwas, was unsere Persönlichkeit sehr stark ausmacht. Und dadurch, dass wir darüber auch – in Anführungszeichen – unbewusst gelesen werden, ist es wichtig, dass das eine Einheit bildet mit dem, wie wir uns auch fühlen. Die Stimme soll das transportieren, wer und was wir sind.

Autorin:

Die menschliche Stimme soll unsere Gefühle ausdrücken und sie manchmal auch verbergen. Mit genug Übung kann jeder Mensch seine Stimme manipulieren, um zum Beispiel besonders autoritär oder auch kindlich zu wirken. Logopädin Katja Gaubatz kann diese Fähigkeit inzwischen auf die Spitze treiben.

O-Ton 26 Katja Gaubatz (mit verstellter Stimme):

Ja, ich sag jetzt mal, ich kann jetzt sehr hoch sprechen. Das ist zwar hoch, aber es klingt ja eher so wie: eine schrille Operettensängerin ist von der Bühne gesprungen. Lala – das können auch Männer. Das ist nicht das Besondere. Es geht dann darum zu sagen: na gut, die Stimmfunktion ist jetzt auf hoch, was ist mit dem Raum? [Die hohe Stimme kommt in einen weiten Resonanzraum]. Wenn ich aber die gleiche Höhe der Stimme zum Beispiel jetzt so spreche, dass ich den Raum auch muskulär – zum Beispiel von der Zungengrundlage und der Kehlkopfhöhe – [den Soundraum, in dem die Stimme schallt,] verändere, dann klingt das plötzlich so. Das ist die gleiche Stimmlage, von der Höhe, klingt aber dennoch sprecherisch, ne. Also wenn ich das weitermachen würde, dann kann ich das auch weiter eher so ins kindliche machen.

Autorin:

Die Stimme kann uns entlarven und wir können uns hinter ihr verstecken. **(2)** Im Normalfall ist sie der akustische Spiegel unserer Stimmung, sagt auch HNO-Arzt und Phoniater Michael Fuchs. Und: Mit der Stimme haben wir das älteste Musikinstrument der Menschheit immer bei uns.

O-Ton 27 Gesang Thomanerchor:

Jauchzet, ihr Himmel, frohlocket, ihr Engel, in Chören

O-Ton 28 Michael Fuchs:

Die Stimme ist zugleich auch ein Instrument, mit dem ich wunderbare Musik machen kann, auch mit anderen gemeinsam singen kann.

Autorin:

Neun Jahre lang hat Michael Fuchs als Kind und Jugendlicher selbst im legendären Leipziger Thomanerchor gesungen.

O-Ton 29 Michael Fuchs:

Und das ist eine solche Vielfalt. Und auch dieses Instrument der Stimme, was ja in uns wohnt, also in unserem Körper steckt und nicht einfach ausgewechselt werden kann, wenn es krank ist – das alles sind Dinge, die mich ungeheuer faszinieren.

Autorin:

Mittlerweile betreut Michael Fuchs als Musikermediziner auch die Studierenden der Leipziger Musikhochschule. Er habe früh gemerkt, wozu die menschliche Stimme fähig ist. Ein besonderer Einschnitt – der Stimmbruch oder Stimmwechsel, wie es der Arzt selbst lieber nennt.

O-Ton 30 Michael Fuchs:

Das Klassische, was eben im Thomanerchor passiert ist, dass in dem Moment, wo die Stimme wächst – der Kehlkopf wächst, der Stimmapparat wächst – und die Stimme auch tiefer wird, dann wird sie vorübergehend instabil. Das führt dazu, dass man die künstlerischen Aufgaben, die man als Thomaner eigentlich zu singen hat mit dieser Stimme in der Regel nicht mehr bewältigt, vorübergehend. Am Anfang freute man sich auf die Zeit, sie war nämlich damit verbunden, dass man die Proben und die Konzerte nicht mitsingen musste, etwas mehr Freizeit hatte. Aber recht bald war dann doch der Wunsch da nach dem Ende des Stimmwechsels, damit man endlich wieder mitsingen kann.

Autorin:

Singen tut der Stimme gut, besonders bei Kindern und Jugendlichen. Wird eine Stimme zu wenig gefordert oder gibt es beim Aufwachsen zu wenige unterschiedliche Sprechvorbilder, kann das negative Folgen haben. Das legt eine weitere von ihm durchgeführte Langzeitstudie unter jüngeren Menschen nahe, sagt Michael Fuchs.

O-Ton 31 Michael Fuchs:

Es ist ja auch die Frage, welche Kommunikationskultur umgibt diese Kinder im häuslichen Umfeld, aber auch im pädagogischen Umfeld einer Kindertageseinrichtung oder einer Schule. Und je vielfältiger die stimmlichen Angebote, desto vielfältiger wird ein Kind natürlich auch mit seiner eigenen Stimme umgehen. Das heißt, das Abparken eines Kindes vor dem Handy, ist wenig vorbildhaft. Zunächst mal ist als Hypothese zu vermuten, dass die Kinder in ihrer sprachlichen und stimmlichen Ausdrucksfähigkeit verarmen.

Autorin:Die Folge:

Kinder können ihre Stimme nicht so gut modulieren und weniger vielfältig einsetzen.

(3)

Musikakzent**Autorin:**

Die menschliche Stimme verändert sich nicht nur, wenn wir erwachsen werden, sondern auch danach - beeinflusst zum Beispiel durch Rauchen, Erkrankungen oder Sprechgewohnheiten. Wenn sich die Stimme im Erwachsenenalter extrem verändert, brüchig wird oder stark an Kraft verliert, dann sprechen Mediziner von einer Stimmstörung.

Atmo 07: Möwen**Autorin:**

Über den Dächern von Hamburg Eppendorf liegt die Privatpraxis von Professor Markus Hess. Er ist auf Stimmstörungen spezialisiert. Patienten und Patientinnen aus aller Welt kommen zu ihm und seinem Team.

O-Ton 32 Markus Hess, HNO-Arzt in Hamburg:

Das ist der Untersuchungsraum. Also da haben wir die flexible Endoskopie, durch die Nase kann man den Kehlkopf sehen und die starre Endoskopie, da kann man durch den Mund gucken

Autorin:

Markus Hess ist auf möglichst kurze, schnelle und schonende Eingriffe spezialisiert. Viele Stimmstörungen kann er ambulant behandeln, unter lokaler Anästhesie. Die Patienten und Patientinnen müssen also nicht im Krankenhaus bleiben, brauchen keine Vollnarkose. Weshalb sich die Menschen von Markus Hess behandeln lassen, ist sehr unterschiedlich.

O-Ton 33 Lothar Rafalsky, Patient:

Mein Name ist Lothar Rafalsky.

Autorin:

Seit einer Infektion hat Lothar Rafalsky Probleme mit seiner Stimme.

O-Ton 34 Lothar Rafalsky:

Wie man ja unschwer hört, ist die also recht heiser und gebrochen. Mir wurde gesagt, dass wahrscheinlich eine Herpesinfektion daran Schuld sein könnte und dadurch bewegt sich meine rechte Stimmlippe nicht mehr. Und insofern bin ich jetzt interessiert, die Stimme möglichst operativ verbessern zu lassen. Weil ich da drunter doch Schwierigkeiten habe, mich in der Gemeinschaft zu verständigen.

O-Ton 35 Markus Hess:

Also bei Patienten, die eine Störung haben im Kehlkopf, muss man immer schauen – wo ist die Störung, ist die auf der Stimmlippe. Ist da irgendwas drauf, wie zum Beispiel ein Knötchen oder haben die Patienten Probleme mit der Nervenversorgung. Nehmen wir als Beispiel die Stimmbandlähmung, dann sprechen die Patienten ein bisschen so behaucht. In solchen Fällen kann man helfen, indem man das weniger bewegliche Stimmband in die Mitte stellt. Das kann man dadurch erzielen, indem man etwas reinspritzt, seitlich von dem Stimmband und dann drängt das die Stimmlippe in die Mitte und die andere Seite kann dann zum Stimmritzenschluss führen und das ist für die Tongebung nötig.

Musikakzent**Autorin:**

So unterschiedlich die Stimmstörungen, so vielfältig sind auch die Behandlungsmethoden. Nicht immer sei eine Operation nötig, sagt Markus Hess. Und manchmal würde eine OP nicht ausreichen. Deshalb gehören zu seinem Team auch Logopädinnen, eine Gesangspädagogin und ein Psychotherapeut. Behandelt werden nicht nur krankhafte Stimmstörungen, sondern auch Patienten und Patientinnen, deren Stimme zwar gesund ist, die aber unter dem Klang ihrer Stimme leiden.

O-Ton 36 Markus Hess:

Wir alle kennen Beispiele, wo wir sagen: sehr angenehme Person, aber diese Stimme, die passt nicht. Und auch das Wort Stimmigkeit ist ja etwas, was aus der Stimme kommt. Die Änderung der Stimme, die wollen wir manchmal. Wir gehen auch deswegen gerne in die Oper oder in ein Konzert, weil wir fasziniert sind. Oder wenn man eine Person liebt, dann braucht man nur ein Wort am Telefon hören und schon sagt man, das tut mir so gut. Also da schwingt so viel mit.

O-Ton 37 Carina, Patientin:

Einst stritten sich Nordwind und Sonne, wer von ihnen beiden wohl der stärkere wäre.

Autorin:

Auch Carina, eine Transfrau, ist Patientin in der Hamburger Praxis. Durch eine Operation wurde ihre Stimme höher und damit weiblicher.

O-Ton 38 Carina:

Als ein Wanderer, der in einen warmen Mantel gehüllt war, des Weges daherkam.

Autorin:

Die so genannte Stimmfeminisierung ist für Markus Hess längst Routine. Bei einer OP unter Vollnarkose werden die Stimmbänder verkürzt, die Stimme wird dadurch angehoben. Transmänner brauchen solch eine Operation nicht. Hormone sorgen bei ihnen in der Regel dafür, dass die Stimme tiefer wird. Allerdings, sagt Markus Hess, kommen zu ihm auch immer mal cis-Männer, also Männer, die mit männlichen Genitalien geboren wurden und sich mit dem männlichen Geschlecht identifizieren.

Sie wünschen sich eine tiefere Stimme von dem Arzt. Wegen ihrer hohen Stimme empfinden sie sich als nicht maskulin genug.

O-Ton 39 Markus Hess:

Es geht in der Medizin heutzutage nicht nur darum, aus krank gesund zu machen, sondern der Gesundheitsbegriff hat auch was damit zu tun, mit Wohlbefinden. Und wenn ein Mensch sagt, ich leide darunter, dass meine Stimme zu hoch ist, auch wenn ich sagen kann, funktionstechnisch schwingen die Stimmbänder. Aber wenn ein Mensch leidet und sagt, ich brauche eine tiefere Stimme und wenn ich, wenn wir überzeugt sind, dass das dem Menschen helfen könnte, dann wollen wir denen auch helfen.

Autorin:

Ähnlich ist es bei der so genannten Altersstimme. Mit dem Alter verändern sich die Stimmlippen. Frauenstimmen werden häufig tiefer, Männerstimmen hingegen höher. Wer darunter leidet, kann sich medizinisch helfen lassen, so wie dieser 90jährige Patient. Dessen Stimme klang vor dem Eingriff so:

O-Ton 40 Patient:

Einst stritten sich Nordwind und Sonne, wer von ihnen beiden wohl der stärkere wäre.

Autorin:

Nachdem eine geringe Dosis Botulinumtoxin, kurz Botox, in seinen Kehlkopf injiziert wurde, klingt seine Stimme hingegen so:

O-Ton 41 Patient:

Einst stritten sich Nordwind und Sonne, wer von ihnen beiden wohl der stärkere wäre.

Musikakzent

Autorin:

Das Alter wirkt sich grundsätzlich auf die Stimme aus, genauso kann es durch psychische oder physische Erkrankungen oder Unfälle passieren. Und umgekehrt können Veränderungen der Stimme sogar Hinweise auf Erkrankungen geben. In der Folge „Hoffnung bei Alzheimer“ berichtet Das Wissen von einem Forschungsprojekt, bei dem erste Veränderungen im Sprechtempo von einer KI als Hinweis auf Alzheimer erkannt werden. Stimmstörungen sind besonders problematisch für Menschen, die mit ihrer Stimme ihr Geld verdienen. (4)

O-Ton 42 Margrit von Ketelhodt, Patientin:

Ich hab es einfach gemerkt, als ich in meinem Berufsleben als Hörfunkjournalistin bei Livesendungen plötzlich nicht mehr souverän genug war, um am Mikrofon zu bestehen. Ich habe alles versucht, über Homöopathie und Logopädie und diverse – eigentlich alles, was es gibt an Möglichkeiten, an Stimmheilkuren und und und. Und es hat lange gedauert, bis ich die Diagnose hatte, dass es eine spastische Erkrankung ist. Das heißt, das ist vom Gehirn gesteuert und nicht über den Willen

oder die Disziplin oder die Technik. Ja, und da hilft nur eine Botoxspritze in die Stimmlippen.

Autorin:

Vor ihrer Erkrankung hat Margrit von Ketelhodt als Radiomoderatorin gearbeitet. Die Zeit am Mikrophon hat sie genossen, sagt sie. Bis die Stimme nicht mehr mitgemacht hat. Mittlerweile ist sie Rentnerin und fährt regelmäßig vom Rhein-Main-Gebiet nach Hamburg, um sich ihre Botox-Spritze abzuholen.

O-Ton 43 Margrit von Ketelhodt:

Wenn ich merke, dass mein Mann auf alles, was ich sage, gereizt reagiert, weil ich so gereizt klinge, das ist immer so nach drei, vier Monaten. Wenn eben dieses öh, öh, öh, dieses – erstmal Stimme sammeln, um es dann rauszupressen, wenn das wieder anfängt, dann weiß ich – jetzt wird es wieder Zeit.

Autorin:

Es dauert ein paar Tage, bis das Botox seine volle Wirkung entfaltet. Als es so weit ist, schickt Margrit von Ketelhodt eine Sprachnachricht.

O-Ton 44 Margrit von Ketelhodt:

Hallo Frau Gries, Ketelhodt hier. Mir geht es ganz gut, so wie ich jetzt sprechen kann und ich genieße es sehr, eben nicht mehr diese Spasmen zu haben. Ja, herzliche Grüße, ciao.

Musikakzent

Autorin:

Unsere Stimme verrät, wer wir sind und wie wir uns fühlen. Wenn die Stimme versagt oder als unpassend empfunden wird, gibt es vielschichtige Hilfsangebote – durch Medikamente, Logopädie oder Operationen. Damit es endlich wieder stimmt.

Absage Das Wissen über Bett:

Die menschliche Stimme – wann sie gut klingt und wie sie schöner wird. Autorin und Sprecherin: Mareike Gries. Redaktion: Jeanette Schindler.

* * * * *

Quellen:

1.)https:

[//www.uniklinikum-leipzig.de/einrichtungen/life/life-erwachsenekohorten/life-adult-studie](http://www.uniklinikum-leipzig.de/einrichtungen/life/life-erwachsenekohorten/life-adult-studie)

2.)https:

[//uol.de/aktuelles/artikel/was-die-stimme-verraet-2228](http://uol.de/aktuelles/artikel/was-die-stimme-verraet-2228)

3.) https:

[//www.uniklinikum-leipzig.de/einrichtungen/kinderstimme/publikationen](http://www.uniklinikum-leipzig.de/einrichtungen/kinderstimme/publikationen)

4.)https:

[//www.uni-regensburg.de/assets/zentrum-sprache-kommunikation/dokumente/mkuse/Masterarbeit_Jessica_Hofmann_-_Angenehme_Stimmen_im_Radio.pdf](http://www.uni-regensburg.de/assets/zentrum-sprache-kommunikation/dokumente/mkuse/Masterarbeit_Jessica_Hofmann_-_Angenehme_Stimmen_im_Radio.pdf)