

**BERLIN/KIEL** (kna) Bei der Bundestagswahl im kommenden Februar soll möglichst jeder seine Stimme abgeben. Doch geht es nach den Landesmusikrätin in der Bundesrepublik, sollte jeder Deutsche im Jahr 2025 seine Stimme besonders aufmerksam hegen, pflegen und benutzen. Denn sie haben jetzt „das älteste Instrument der Welt“ zum Musikinstrument des Jahres 2025 gekürt, wie der Landesmusikrat Schleswig-Holstein als Vertreter von 14 Landesmusikverbänden in Kiel mitteilte.

Sprechen, singen, brüllen, weinen, Blästern. In einem spannenden Zusammenspiel aus Muskeln, Stimmrippen und Knorpel im Kehlkopf entsteht die für jeden Menschen einzigartige Stimme“, erklären die Organisatoren der seit 2008 durchgeführten Aktion. Die Stimme sei Ausdruck der individuellen Persönlichkeit. Sie verbinde aber zugleich Menschen auf der ganzen Welt, überwinde kulturelle, sprachliche und geografische Grenzen und schaffe eine gemeinsame Basis für gegenseitiges Verständnis. Singen – ob unter der Dusche oder im Chorraum – mache glücklich und stärke das Gemeinschaftsgefühl.

Lunge, Kehlkopf, Stimmrippen, Mund- und Nasenhöhle, Bauchmuskeln, Zwerchfell, Brustmuskeln, Brust- und Rückenmuskeln: Zum Glück muss man beim Sprechen und Singen nicht ständig darüber nachdenken, welche Körperstelle zusammenspielen müssen.

Soll ein Ton entstehen, muss zunächst Luft einströmen und dann wieder über den Kehlkopf herausgepresst werden. Dort geraten die Stimmrippen in Schwingung und erzeugen den (Primär-)Ton. Damit er Volumen bekommt, muss er im Körper verstärkt werden. Die Funktion des Lautsprechers erfüllen die Resonanzräume des Kopfes, also Mund- und Nasenhöhle sowie der Rachenraum. Johannes Zenk, Professor für Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde in Augsburg, hat diesen Ablauf einmal mit einem Kochtopf und Deckel verglichen. „Sie machen das Wasser heiß, der Dampfdruck wird stärker und hebt den Deckel irgendwann hoch, er klappert.“

Die menschliche Stimme ist ein wandel- und trainierbares Instrument. Im Jugendalter treten signifikante Veränderungen auf, da der



Besonders zur Gehung kommt die menschliche Stimme beim Singen. (kna)

# Das älteste Instrument der Welt

Die Stimme des Menschen ist einzigartig und unverwechselbar. Um sie zu bilden, laufen im Körper komplizierte Prozesse ab. Deutsche Musikverbände würdigen dies mit einer besonderen Auszeichnung.

Kehlkopf und die Stimmblätter wachsen und sich entwickeln. Im Erwachsenenalter bleibt die Stimme in der Regel relativ stabil, es sei denn, sie wird durch äußere Faktoren wie Rauchen oder Alkoholkonsum beeinträchtigt. Auch Alterserscheinungen wie Veränderungen der Muskulatur und

Elastizität verändern den Klang der Stimme leicht.

Stimmen sind unterschiedlich hoch oder tief und können sich über mehrere Oktaven erstrecken. Darüber entscheidet die Anatomie des Kehlkopfes und der Stimmrippen. Grundsätzlich gilt: Je kürzer die Stimmrippen und je schmaler, desto

höher die Stimme und umgekehrt. So sind zum Beispiel die Stimmrippen eines Neugeborenen nur etwa sechs Millimeter lang. Bei einer erwachsenen Frau mit einer Sopranstimme haben die Stimmrippen eine Länge von rund 15 Millimetern. Bei einem erwachsenen Mann, der eine sehr tiefe Bassstimme hat, kann man rund 25 Millimeter messen.

Hobe und tiefe Stimmstimmen werden in der westlichen Musik insgesamt sechs Hauptkategorien unterteilt. Bei den Frauenstimmen sind das Sopran, der als höchste Tenlage oft als die „Königin der Stimmen“ bezeichnet wird, Alt, Tenor und Bass aufgeführt. Hierzu kommen mittlere Stimmlagen wie Mezzosopran (Frauen) und Bariton (Männer).

Die menschliche Stimme ist einzigartig wie ein Fingerabdruck. Sie gilt zugleich als Ausdruck der Seele. Denn in jeder Stimme stecken auch nicht-sprachliche Informationen: So kann man erkennen, ob Menschen fröhlich, depressiv, wütend, beleidigt oder euphorisch sind. In depressiven Momenten klingt die Stimme möglicherweise langsam, schwach und ohne großen Elan. Dem Körper fehlt die Spannkraft.

Halben Menschen hingegen gute Laune oder sind voller Tatendrang. Ist der Körper angespannt, der Atem

## INFO

### Kaum jemand erreicht drei Oktaven

Stimmlagen in der Musik werden die Singstimmen in Werken nach der Tonhöhe grob in die vier Stimmlagen Sopran, Alt, Tenor und Bass aufgeteilt. Hierzu kommen mittlere Stimmlagen wie Mezzosopran (Frauen) und Bariton (Männer).

Umfang Eine nicht ausgebildete Stimme erreicht einen Umfang von gut einer Oktave. Eine ausgebildete ungefähr zweieinhalb bis selten drei Oktaven. (kna)

reicht tiefer und es entsteht viel Druck auf den Stimmrippen. Das führt zu einer höheren, deutlicheren, klareren und lautereren Stimme. Studien belegen, dass Menschen durch den Klang der Stimme Rückschlüsse auf Kompetenz, Attraktivität und Alter ihres Gegenübers ziehen. Wissenschaftler der Uni Göttingen haben 2021 etwa festgestellt, dass eine tiefere Stimmlage mit Personen in Verbindung gebracht wird, die dominanter und extrovertierter sind sowie mehr Interesse an Beziehungen haben.