

Zeitschrift: Schweizerische Lehrerzeitung
Herausgeber: Schweizerischer Lehrerverein
Band: 128 (1983)
Heft: 18

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 25.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Lehrerzeitung

**Verdrängte
Geschichte?**

**Pädagogische Profile:
Walter Guyer**

Alphabetisierung

Das brave Kind

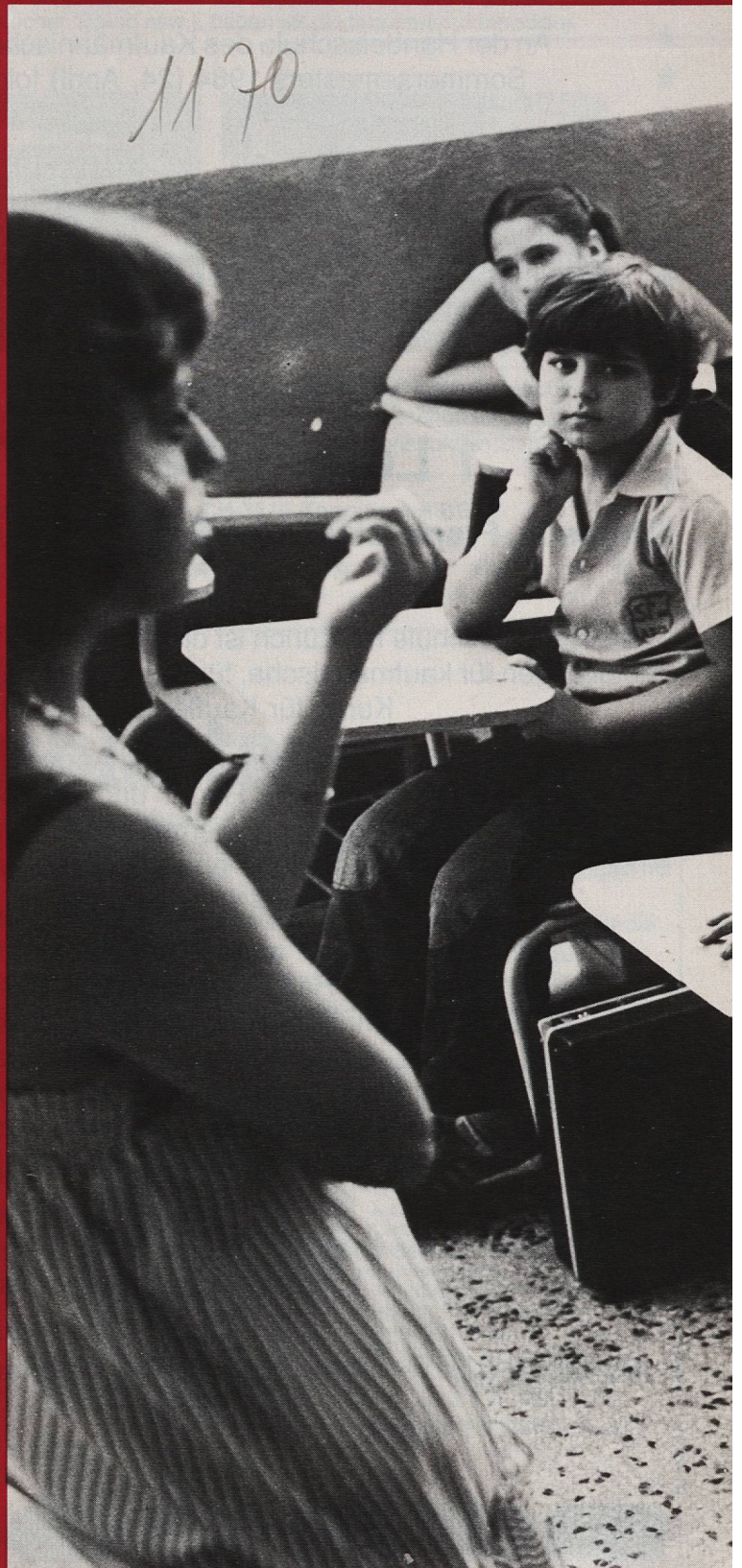
«während»

**Für Ihren Unterricht:
Stimmbildung**

Beilagen:
echo
Schulpraxis (separat)

SLZ 18

Schweizerische Lehrerzeitung
vom 1. September 1983
Ausgabe mit «Berner Schulblatt»



Handelsschule KV Zürich

An der Handelsschule des Kaufmännischen Verbandes Zürich sind auf Beginn des Sommersemesters 1984 (24. April) folgende Hauptlehrerstellen zu besetzen:

- 3 Lehrstellen für Wirtschaftsfächer**
- 2 Lehrstellen für Deutsch**
- 2 Lehrstellen für Französisch**
- 2 Lehrstellen für Englisch**
- 1 Lehrstelle für Turnen und Sport**

(Deutsch, Französisch und Englisch auch in Verbindung mit anderen Sprachen)

Die Handelsschule KV Zürich ist die gesetzlich anerkannte kaufmännische Berufsschule mit den Abteilungen für kaufmännische, für Büro- und für Buchhändlerlehrlinge, Berufsmittelschule, höhere Kurse für Kaufleute und kaufmännische Führungsschule.

Durch die Verbindung von Lehrlings- und Angestelltenschule (Vorbereitungskurse für höhere Fach- und Berufsdiploime) und von Haupt- und Nebenfächern kann den Lehrern ein anregendes und vielseitiges Unterrichtspensum übertragen werden. In einzelnen Fällen kommt auch die Übernahme eines Teilpensums an der Höheren Wirtschafts- und Verwaltungsschule Zürich (HWV) in Betracht.

Anforderungen:

- für Wirtschaftsfächer: abgeschlossenes wirtschaftswissenschaftliches Hochschulstudium mit Handelslehrerdiplom oder gleichwertiger Ausbildung
- für Sprachen: abgeschlossenes Hochschulstudium, vorzugsweise mit Diplom für das höhere Lehramt
- für Turnen und Sport: Turn- und Sportlehrerdiplom I oder II oder Sportlehrerdiplom Magglingen, dazu Ausweis für ein Schreibfach oder ein anderes Nebenfach
 - für alle Fächer: Unterrichtserfahrung

Anstellungsbedingungen:

Darüber sowie über die einzureichenden Unterlagen ist eine schriftliche Anfrage an den Verwaltungschef der Schule zu richten.

Bewerbungen:

Bis 30. September 1983 an den Rektor der Handelsschule KV Zürich, Postfach, 8037 Zürich.

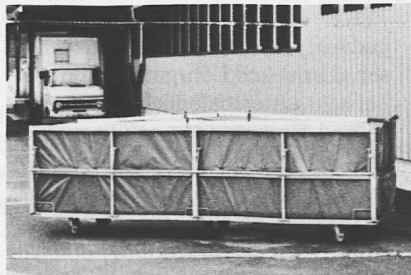
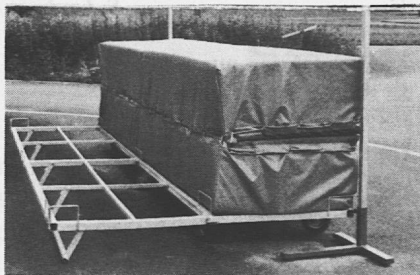
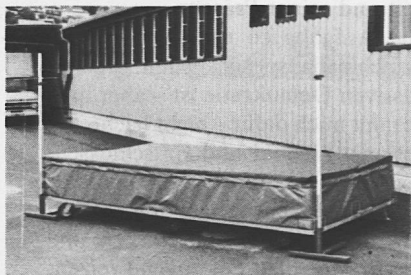
HOCO-Sprungmatten sind immer eine Nasenlänge voraus:

zum Beispiel **DOUBLONNE** die preisgünstigste, übliche Matte (spikesgeeignet), ist bei uns sogar beidseitig verwendbar und ist auch als Stabhochsprungmatte erhältlich. Preis kompl. mit Wetterschutz ab **Fr. 2150.-**

zum Beispiel **POP** die solideste, bewährteste Matte auf dem Markt, zu vorteilhaftem Preis! (Sie ist auch als Stabhochsprungmatte erhältlich.)

z.B. **HOCO-MOBIL – die Weltneuheit!** die genialste Lösung eines alten Problems

Weil Hochsprungmatten, die unbeaufsichtigt im Freien stehen, oft beschädigt werden (Vandalen, Unvorsichtigkeit, Gedankenlosigkeit usw. – Schnitte, Zigarettenlöcher, Spikeslöcher, Brand usw.), haben wir die **zusammenklappbare, wegfuhrbare Hochsprungmatte «HOCO-MOBIL»** entwickelt:



Sie ist **sehr praktisch, in Sekunden bereit, der Holzrost ist überflüssig, und Sie können Hochsprung machen, wann und wo Sie nur wollen! Nachher einfach zusammenklappen und wegfahren!** (An einen geschützten Ort, dem Zugriff von Vandalen entzogen.) Robustes Metallfahrwerk, solideste, aufwendige Mattenklappkonstruktion, daher günstigster Unterhalt. Auskünfte: Telefon 031 99 23 23

Prospektunterlagen direkt von: **HOCO-Schaumstoffe, Emmentalstrasse 77, CH-3510 Konolfingen BE**

Kennen Sie diese Reihe?

Stundenblätter

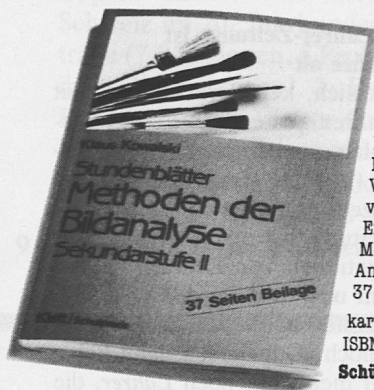
Stundenblätter sind nicht mit den üblichen Hilfsmitteln für die Unterrichtsvorbereitung zu vergleichen. Sie bieten Ihnen über die Sachinformation hinaus alle Angaben, die Sie zur Gestaltung einzelner Unterrichtsstunden oder ganzer Unterrichtssequenzen brauchen.

Stundenblätter ermöglichen es Ihnen, gezielt Schwerpunkte zu setzen. Sie geben Ihnen rasch und systematisch Überblick über die Auswahl der Lerninhalte und die Gliederung des Stoffes.

Stundenblätter machen konkrete Vorschläge und zeigen Alternativen auf zur Erweiterung des Unterrichtsthemas. Sie geben Hinweise auf Unterrichtsmaterialien. Sie bieten ausführliche, in Lernschritte gegliederte Verlaufsbeschreibungen. Sie machen Hausaufgabenvorschläge und geben Hinweise für die Lernzielkontrolle.

Die Reihe **Stundenblätter** umfasst über 60 Titel aus allen Fachgebieten und für alle Stufen. Sie werden ergänzt durch Lesehefte und Schülerarbeitshefte.

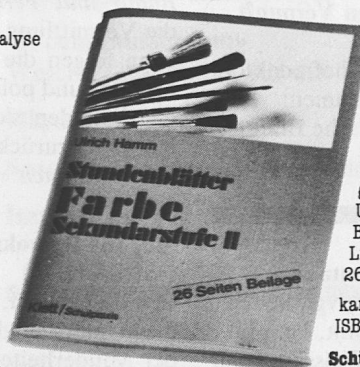
Verlangen Sie unseren Prospekt «Übersicht Stundenblätter».



Stundenblätter Methoden der Bildanalyse

Inhalt:
Didaktischer Kommentar zum Thema
Einführung und Problemstellung
Voraussetzungen zum Interpretieren von Bildwerken
Einführung in unterschiedliche Methodenansätze
Anwendungsgebiete der Bildanalyse
37 Seiten Beilage

kartoniert, 116 Seiten,
ISBN 3-12-928111-8, Fr. 22.10
Schülerheft ISBN 3-12-20510-X, Fr. 15.-



Stundenblätter Farbe

Inhalt:
Grundlagen der Farbwahrnehmung
Ästhetische Farbenlehre
Funktion der Farbe in der Malerei
Funktionen der Farbe in der gestalteten Umwelt
Unterrichtsplanung
Beschreibung der Doppelstunden
Literaturverzeichnis
26 Seiten Beilage

kartoniert, 99 Seiten,
ISBN 3-12-928131-2, Fr. 20.30
Schülerheft ISBN 3-12-205920-7, Fr. 16.70

Klett + Balmer

Klett+Balmer & Co. Verlag, Chamerstr. 12a, Postfach 347, 6301 Zug, Tel. 042 21 41 31

Leserbriefe

«SLZ» = Selbstlernzentrum

... In der Zeitschrift «*éducation permanente*» 2/1983, Seite 65, habe ich folgenden «neuen» Kürzel gefunden: SLZ für Selbstlernzentrum! Hübsch! Vielleicht kannst Du diese Version auch brauchen...

H. R., G.

Besten Dank! In der Tat ist die «SLZ» als *berufsbegleitendes Organ* gedacht, und sie möchte jedem Leser «Lern- und Lehrgut» bieten, wobei sehr unterschiedliche Bedürfnisse und Erwartungen erfüllt werden sollten. Jeder möge *aus-lesen, heraus-lesen* (er ist ja intelligent!), was ihn anspricht und die «SLZ» als SLZ (*Selbstlernzentrum*) nutzen. NB: Lehrerzimmer eignen sich in der Regel wenig für solche Prozesse; die «SLZ» kommt daheim, auf Ihrem Arbeitstisch, viel fruchtbarer zur Wirkung!

J.

Vier Antworten zur Umwelterziehung («SLZ» 16/83)

① Die Anstrengungen sind ungenügend. Man spricht zwar oft darüber, aber kaum jemand strengt sich an, sachgerecht und objektiv zu arbeiten.

② Nein, es ist nicht problematisch, wenn Umwelterziehung im Sachunterricht sinnvoll eingebaut ist und nicht bloss leeres Geschwätz bleibt.

③ Selber lernen (gelehrt werden!) vor selber erfahren: Kaugummi liegen lassen, Abfälle an der Schulreise nicht einpacken, Verschwendung von...

④ Ja, er hat seine Wirkung, aber eine späte (sofern dies nicht sein einziger Beitrag zum Umweltschutz ist)!

E. B., T.

Bildung der politischen Vernunft («SLZ» 17/83, Seite 5)

... Dem Ansatz des Chefredaktors ist durchaus zuzustimmen: Alle noch so aktuelle politische Bildung,

auf einen staatsbürgerlich bedeutsamen Anlass wie die kommenden Nationalratswahlen bezogen, verdiente ihren Namen nicht, wenn sie nicht letztlich «humanistisch» ausgerichtet wäre, also die Totalität der menschlichen Bestrebungen und Kräfte zu bilden versucht. Sie muss als *politische Bildung* und als *politische Bildung* über das Tagesbedürfnis hinaus die würdige Gestaltung des Lebens in einem demokratischen Staat freier Menschen fördern.

S. L., L.

Zwanzigjährige nur wenig an Politik interessiert («SLZ» 17/83)

Unter dem Titel «Staat – Staatskunde – Staatsbürger» sind 3925 Rekruten im Rahmen der «Pädagogischen Rekrutenprüfungen», unter Beteiligung des *Soziologischen Instituts der Universität Bern*, befragt worden. Aus den Antworten geht hervor, dass die zwanzigjährigen Rekruten dem *politischen Geschehen* nur geringen Stellenwert beimessen: Nur 11,9 Prozent halten diesen Bereich für «sehr wichtig» (Freizeit, eigene Familie, Freunde und Bekannte, Arbeit und Beruf rangieren – in dieser Reihenfolge – an der Spitze). An der Politik «sehr stark» interessiert sind 6,5 Prozent, «recht stark» 26,8 Prozent und «ein bisschen» 51,7 Prozent. Auf *eigenössischer Ebene* wollen 46,9 Prozent regelmäßig zur Urne gehen, auf *kantonalen* 36,1 und auf *kommunaler* 39,5 Prozent.

Die wichtigsten Themen für den staatskundlichen Unterricht waren ihrer Bedeutung nach: *Energieprobleme, Rechte und Pflichten der Bürger, Umweltschutz und Rechtsschutz*. Die Orientierung über *Parteien* und über den Aufbau und die Stellung der *Kantone* nahmen die Schlusspositionen ein.

Radio und Fernsehen dominieren die Vermittlung politischen Stoffes, dann folgen die *Zeitungen*; Eltern, Freunde und politische Gruppierungen befinden sich in dieser Beziehung weit zurückgesetzt.

(nach «Traktandum» 4/83)

Mut zur Demokratie («SLZ» 17/83)

In diesem Land, amalgamiert durch die Unterschiede, eine Koalition der Minderheiten, einig durch den Freiheitswillen, ist es vorteilhafter, eine Politik des Konsensus, des Verstehens, der pluralistischen Verantwortung zu betreiben, als dem Spiel der wechselnden Mehrheiten,

den simplifizierenden Sprüchen und den Stammtischargumenten zu folgen. Der Kompromiss ist nicht notwendigerweise ein mittelmässiges Machwerk, eine Verständigung auf dem kleinsten Nenner, ein Entschluss zu gegenseitigem Stillhalten. Der Kompromiss kann, ja er muss konstruktiv, innovativ und mutig sein. Er kann die Linie einer entschlossenen Politik vorzeichnen, eine Bestätigung sein des Existenzwillens des Landes, seiner Persönlichkeit und seiner Präsenz.

Die Aufgabe zu regieren in einer manchmal anspruchsvollen, oft aber passiven Demokratie ist – aber man bezahlt mich dafür – nicht leicht. Sie verlangt Geduld und Entschlossenheit zugleich. Sie ist oft undankbar. Aber diese Schwierigkeiten müssen den Sinn zum Risiko stärken und das Engagement der Jugend reizen, den Geschmack der freien Aktion haben, statt dazu verleiten, gehorsam aus dem Katechismus der illusionären Ideologien zu zitieren und einem Nihilismus anarchistischer Hoffnungslosigkeit zu frönen.

Es hängt von den Jungen, ihrer lebendigen Kritik, ihrer Begeisterung, ihrem Mut ab, die Demokratie vor dem bequemen Schlaf des Gerechten zu bewahren.

G. A. Chevallaz in einem Referat über «Jugend und Bürgersinn», 7. April 1983 am Kongress des Lions Club in Basel.

Weitere Reaktionen folgen, u.a. auch Zitate aus H. Tschäni: Wer regiert die Schweiz?

LAHRER ZEITUNG

Unabhängige mittelbadische Tageszeitung
Erschienen sechs- bis siebenmal wöchentlich. Manuskriptfristen: DM 18,40 wochentl., DM 18,40 samstags, DM 18,40 sonntags. Durch Post: DM 18,40 wochentl., DM 18,40 sonntags. Einzelhefte: DM 1,10. Wochenendausgabe: DM 1,20. Zur Zeit Anzeigenpreise Nr. 17 gültig!



Als «Lahrer Wochenblatt» gegründet 1855
Druck und Verlag: Mohr, Schönbühlstr. 4, D-7500 Lahr
Schönbühlstr. 11-13, Telefon 07 54 943, Telefax 07 54 943
Lahr-Postamt: DM 78 21 / 2 30 92, Anzeigen-Abteilung: DM 78 21 / 2 30 92

Nummer 183 Jahrgang 98/83

Freitag, 9. August 1983

M 4385

Die «Lahrer-Zeitung» ist 190 Jahre alt

Tatsächlich, kein Druckfehler, seit 190 Jahren gibt es das «Lahrer Wochenblatt», nunmehr «Lahrer Zeitung» (unabhängige mittelbadische Tageszeitung) genannt. Die «Lahrer-Zeitung» ist erst 128 Jahre alt; Generationen von Lehrern hat sie gedient und wird, so der SLV will, dies weiterhin tun, auch im Jahre 2045 noch. Oder gibt's dann keine Lehrer mehr, nur noch *Lahrer*, die sich mittels Computer, pädagogischem Pay-TV und Videotext der Erziehungsdirektion Europa-West fortbilden? *Sichern Sie sich heute noch ein Dauerabonnement auf die «SLZ», Sie fahren besser.* J.

Mitarbeiter dieser Nummer

Seite 5: A. A. HÄSLER, vgl. Seite 5.
Seite 7: H. U. GRUNDER, lic. phil., Assistent von Prof. Weisskopf am Pädagogischen Seminar der Universität Bern.

Seite 11: UNESCO/WCOTP, Auswahl Dr. L. Jost, Übersetzung R. v. Bidder.

Titelbild

Alphabetisierung in Venezuela

Foto: Wolf Krabel, Stockholm
Sinnträchtige Laute bilden, seine Anliegen in Sprache fassen, Gehör finden, Not wenden, Ideale verwirklichen – das ist Anfang und Ende der Alphabetisierung

Die Seite für den Leser

2 Leserbriefe

Erste Reaktionen und Ergänzungen zur Sondernummer über politische Bildung; von der «Laher-Zeitung» zum «Lehrerzeitungs»-Abonnement

«Zur Sache»

5 Alfred A. Häslar: Verdrängte Geschichte

Der engagierte Publizist weist auf eine Lücke in der geschichtlichen Bildung hin. Gibt es noch weitere solcher «blinden Flecke» in den Curricula des offiziellen Schulsystems? Sind es «Aussparungen» im Wahrnehmungsprozess der Gesellschaft selbst? Häslar plädiert dafür, unsere politische und humanitäre Negativbilanz nicht aus den Unterrichtsprogrammen auszuklammern, «denn blasse Heldengeschichte wird zur Lügengeschichte – auf Hochglanz poliert»

Bildung

7 Pädagogische Profile (I)

Beginn einer «SLZ»-Serie zur Pädagogik der Schweiz im 20. Jahrhundert, angelegt auf 12 Beiträge (7 Pädagogen, 5 Problemkreise im Spektrum ihrer Auffassungen). 1. Beitrag:

H. U. Grunder: Walter Guyer (1892–1980)

Von Pestalozzi ausgehend, befasste sich der Zürcher Pädagoge mit Grundfragen der Erziehung, der Stoffvermittlung und der Lehrerbildung

9 Zitate aus Werken Guyers

Schulpolitik

11 Alphabetisierung und Grundausbildung

Zum internationalen Tag der Alphabetisierung (8. September jeden Jahres) hat der Weltverband

der Lehrerorganisationen im Auftrag der UNESCO eine Beilage erstellt, die sowohl grundsätzliche Fragen wie konkrete Probleme der Verwirklichung aufzeigt. Die über 824 Millionen des Lesens Unkundigen sollten durch «literacy» nicht nur gebildet, sondern in ihrem Menschsein befreit und auch als Glieder der Völkergemeinschaft ernstgenommen werden

Unterricht

Wahrnehmungen (III)

3. Folge dieser Serie zur Verfeinerung der psychologischen Wahrnehmung der Schüler. Thema:

Barbara Hug: Das brave Kind in der Schule

15

Hugo v. Bergen: Stimmbildung

Eine grundlegende und ganz aus der Praxis herausgewachsene Darstellung von Möglichkeiten, die Stimme, unser menschlichstes Organ, zu pflegen und gesund zu erhalten. Stimmbildung ist (wie Sprachbildung auch) letztlich Bildung des Menschlichen

separat
in der
«Schulpraxis»

SLV/Sektionen

Vom Schreibtisch des SLV

Heinrich Weiss: Anpassungen bei AHV/IV

17

Gewinn und Verlust

Programm einer Tagung SLV/J+W

17

Magazin

Pädagogischer Rückspiegel

19

«...und ausserdem»

19

Welche Grammatik für die Unterstufe?

Hinweise / Kurstips

23

Sprachecke: Vorsicht bei während

25

Impressum

25

Beilagen

«echo»

11

«Schulpraxis»

separat

**Werken – Basteln
Zeichnen und Gestalten**

**Büchergestelle
Zeitschriftenregale
komplette
Bibliothekseinrichtungen
Seit 20 Jahren bewährt**

Verlangen Sie Prospekte und Referenzen!
Unverbindliche Beratung und detaillierte
Einrichtungsvorschläge durch Fachleute.

erba

ERBA AG
8703 Erlenbach, Telefon 01 910 42 42

züs pa

**34.
Zürcher
Herbst
schau**

22. Sept. – 2. Okt. 1983
Haushalt, Wohnen,
Sport und Mode
Ausstellungsgelände
der Züs pa, Zürich
Öffnungszeiten:
Mo–Fr 13.00–22.00
Sa 10.00–22.00
So 10.00–20.00

Werkstätten



für

Werken und Basteln

- Holz
- Metall
- Kartonage
- Service und Revisionen
- Ergänzungen

prompt und zuverlässig

**Planung, Beratung,
Ausführung**

direkt durch den
Fabrikanten



LACHAPPELLE AG
6010 Kriens LU
Tel. 041 45 23 23

Verdrängte Geschichte?

Alfred A. Häslar, Zürich

Ein Historiker, Universitätsprofessor, Mitglied der Aufsichtskommission einer Zürcher Mittelschule, stellte im Anschluss an die Maturitätsprüfungen die Frage, warum Schweizer Geschichte dieses Jahrhunderts, insbesondere die dreissiger und vierziger Jahre, im Geschichtsunterricht offenbar nicht vorkomme. In einem Gespräch erklärte der Vertreter der Geschichtslehrer der betreffenden



Schule, seine Kollegen würden das Ansinnen, Zeitgeschichte quasi obligatorisch in den Unterricht einzubauen, zurückweisen. Er verwies auf das in der Tat kaum zu bewältigende Quantum an Historie, wenn man bei dem heute bekannten Wissen beginne, um dann über die Griechen und Römer, das christliche Abendland, die Französische Revolution, das 19. Jahrhundert bis zur Gegenwart zu gelangen.

Im weiteren Verlauf des Gesprächs ergab sich, dass die Geschichtslehrer nicht allein der Stofffülle wegen Zurückhaltung in bezug auf die neueste Schweizer Geschichte übten, sondern auch, weil es offenbar noch kaum offiziell abgeseignete Lehrbücher gibt; weil sie Angst haben, nicht «objektiv» genug «heisse Eisen», etwa unsere Flüchtlingspolitik, zu berühren.

Ich kann solche Unsicherheit durchaus verstehen, wenn man weiss, dass sogenannte wissenschaftliche Geschichtsschreibung sich beinahe krampfhaft jeder emotionalen Regung im Zusammenhang mit geschichtlichen Ereignissen zu enthalten versucht. Emotionen überlässt man den Schriftstellern und Künstlern. Gefühle sind Wissenschaftlern ein Greuel. Nun muss man sich natürlich hüten, historische Geschehnisse allein oder vorwiegend emotional anzugehen. Ausschalten aber muss man Zorn, Trauer, Entsetzen über schreckliche Dinge, die geschehen sind, ebenfalls nicht. Und vor allem sollten wir sie nicht aus unserem Geschichtsbild aussparen.

Zwar fällt es uns noch verhältnismässig leicht, die Greuelthaten der Nazis in den Konzentrations- und Vernichtungslagern darzustellen und zu verurteilen. Sobald es aber um die Frage geht, wie denn wir uns damals verhalten haben, fällt zumeist der Vorhang. Kritische Anmerkungen zur «Landi», zur geistigen Landesverteidigung, zum Aktivdienst werden immer noch recht lustlos, wenn

nicht ganz ablehnend zur Kenntnis genommen. Max Frischs «Dienstbüchlein» oder Otto Marchis «Schweizer Geschichte für Ketzer» sind im ganzen doch recht ungnädig aufgenommen worden, wenn ich auch von Deutsch- und Geschichtslehrern weiss, dass sie diese Werke in den Unterricht einbezogen haben – mit Gewinn übrigens, weil sie sie als Denkanstösse, als Ergänzung, als Korrektur verstanden haben und nicht als eine andere «absolute» Wahrheit.

Als gutes Beispiel, wie schweizerische Zeitgeschichte auch in offiziellen Geschichtsbüchern aufgearbeitet werden kann, sehe ich Otto Müllers zweibändige Welt- und Schweizergeschichte «Lebendige Vergangenheit». Der Kanton Aargau hat seinerzeit dieses Werk für die gesamte Oberstufe obligatorisch erklärt. Im Kanton Baselland ist es obligatorisches Lehrmittel für die Sekundarschule. Inwiefern die in einigen Kantonen jetzt erarbeitete, stark illustrierte Geschichte in Lieferungen ein taugliches Lehrmittel darstellt, das nicht nur Bilder, sondern auch vertiefende, Zusammenhänge erhellende Texte enthält, vermag ich nicht zu beurteilen. Jedenfalls sollte man der Versuchung nicht nachgeben, den Text allzu sehr zugunsten von Bildern zu nur noch etwas erweiterten Bildlegenden abzubauen. Verlust an Sprache ist immer ein Verlust an Bildung und Kultur. Bilder sollten den Text ergänzen, nicht umgekehrt.

Was wir immer noch, soweit ich es überblicken kann, aus unserer Geschichte aussparen, ist das Verhalten der Obrigkeit und des Volkes gegenüber zwei Minderheiten: den Juden und den Fahrenden (Jenische). Was wir diesen Menschen im Laufe der Jahrhunderte angetan haben, müsste uns die Schamröte ins Gesicht treiben. Hetzjagden, Folterungen, Verbrennungen, Demütigungen sonder Zahl und von unbeschreiblicher Grausamkeit zeichnen die Geschichte dieser beiden Minderheiten in der Schweiz. Dieser schrecklichen Tradition entspricht unser Verhalten gegenüber den Juden und den Zigeunern zur Zeit des «Tausendjährigen Reiches» Adolf Hitlers.

Wann werden wir den Mut finden, auch die Negativbilanz in unsere Geschichtsschreibung aufzunehmen – und diese damit zu vermenschlichen? Denn blosser Heldengeschichte wird zur Lügengeschichte – auf Hochglanz poliert.

Alfred A. Häslar, 1921 im Berner Oberland geboren, erlebte die Krise der dreissiger Jahre, den Aktivdienst und intensiv verarbeitend die Probleme unserer Gegenwart. – «Weltwoche»-Redaktor. Zahlreiche Begegnungen (Interviews) mit Persönlichkeiten aus Politik, Wirtschaft und Kultur. Bücher: «Das Boot ist voll», «Aussenseiter-Innenseiter», Porträts aus der Schweiz (erscheint im September 1983).

Werken – Basteln
Zeichnen und Gestalten

ColorPasta

Die
Schweizer
Dekorations-
Wasserfarbe



Die ewig junge Mitarbeiterin der Schule!

Erhältlich in:
Farbwaren-, Mal- und Zeichengeschäften, Drogerien, Papeterien

Bezugsquellennachweis durch den Fabrikanten:

H. BOLLER-BENZ AG

LACK- UND BUNTFARBWERKE / FABRIQUE DE COULEURS ET VERNIS
8047 Zürich Tel. 01/52 47 77

Lascaux Studio Acrylfarbe



- Die vielseitig anwendbare Farbe, praktisch für jeden Untergrund geeignet.
- Für Tafelbild-Malereien, Wandbilder, dekorative Gestaltung aller möglichen Objekte und Gegenstände aus Holz, Metall, Beton, Stein, Karton, Papier, Leder, Stoff, Glas usw.
- Mit Lascaux Acryl Transparentlack 575 Glanz oder Matt kann die Farbe auch modifiziert werden: durch Beimischen zur harten, kratzfesten Farbe, durch Überstreichen bis zum hochglänzenden, emailleartigen Überzug.
- Auch im Freien (am Wetter) anwendbar, da nach der Trocknung wasser- und wetterfest.
- In 27 reinen und leuchtenden Grundfarben erhältlich, mit denen jede Nuance des Farbkreises ausmischbar ist.
- Hochkonzentriert und farbkraftig, daher auch äusserst ausgiebig.
- Sehr einfach zu verarbeiten (mit Wasser verdünnbar!)
- Das differenzierte Packungsangebot (30-ml-Dosen, Plastikflaschen mit Spritzausguss zu 85, 250 und 500 ml, Eimer zu 2, 5, 10 und 20 Liter) wird allen Verbrauchern Wünschen gerecht.
- Diese qualitativ einzigartige Acrylfarbe ist sehr preiswert.

Lascaux-Farben sind echte Schweizer Qualitätsprodukte von

Alois K. Diethelm AG
Lascaux Farbenfabrik
CH-8306 Brüttisellen
Telefon 01 - 833 07 86



LÜK – der Schlüssel zum
freud erfüllten Lernerfolg!

▲ Bitte Gesamtverzeichnis
verlangen ▼

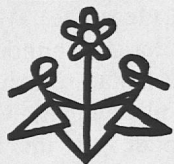
Generalvertretung Schweiz und FL

Dr. Ch. Stampfli – Lehrmittel

3073 Gümligen-Bern

Walchstrasse 21 · Telefon 031 52 19 10

LÜK



WEBSTUBE BÜHL NESSLAU

Ausstellung 1983
vom 3. bis
14. September

«Spine, färbe, webe –
wohne, schaffe, lebe»

auf dem Bühl
täglich von 9 bis 18 Uhr
Eintritt Fr. 3.50/1.80

Von Montag bis Freitag
Extrapostfahrt ab Bahnhof
Nesslau 14.00 Uhr,
retour 16.30 Uhr.

Spinnen und Weben alle Tage
Färben am
5., 10. und 12. September

Pädagogische Profile 1

In dieser «SLZ» erscheint der erste Beitrag einer auf zwölf Teile angelegten Serie der «Lehrerzeitung» zur Pädagogik der Schweiz im 20. Jahrhundert. In regelmässiger Folge werden zeitgenössische, aber doch aus ihrem Wirkungskreis entschwundene Pädagogen unseres Landes vorgestellt. Die letzten fünf Aufsätze werden aktuelle pädagogische Sachfragen aus der Sicht der verschiedenen Schulmänner erhellen.

Geschichte der Pädagogik in einer Fachzeitschrift, die sich an heute unterrichtende Lehrer richtet? Braucht uns zu kümmern, wie Generationen vor uns über das Kind und die Schule und beider Lebensraum gedacht haben, wie sie ihren beruflichen und gesellschaftlichen Auftrag verstanden, erfüllt und verändert haben?

Wer jetzt im Schuldienst steht, bekommt Bestrebungen zur Reform des Schulsystems und der Unterrichtspraxis unmittelbar zu spüren, sei es durch Mitarbeit an Projekten, sei es als Betroffener von behördlichen Erlassen. Da verhilft ein Rückblick, ein «Sichvergewissern, wie es früher gewesen ist», zu genauerer Prüfung und Begründung der Neuerungen und zu deren Verständnis in gründlich ausgeleuchteten Horizonten.

Kein Historismus also, sondern zielgerichtete Rückschau:

Die Artikelfolge möchte

- den mit seinen aktuellen, aber zugleich doch auch grundsätzlichen pädagogischen Aufgaben beschäftigten Lehrer dazu anregen, aus neuen Blickwinkeln heraus Antworten zu suchen und «alte» Lösungen in die gegenwärtige Diskussion einzubeziehen;*
- dazu bewegen, vergessenes pädagogisches Gedankengut zu studieren, verheissungsvolle Schulprojekte vergangener Jahrzehnte auf unausgeschöpfte Impulse hin zu prüfen;*
- dazu beitragen, auf alte und neue, auf drängende und ungelöste Fragen Antworten zu finden mit Hilfe der Ansätze bedeutender und mit unseren schweizerischen Verhältnissen vertrauten Pädagogen.*

Der Platz, den die «SLZ» einräumen kann, ist beschränkt. Entsprechend muss die Präsentation unvollständig bleiben. Sie soll aber dicht und informativ sein. Interessierten Lesern stellt das Sekretariat

des SLV gegen Einsendung eines Unkostenbeitrages in Briefmarken «Materialien» zur Verfügung: weitere Ausschnitte aus Texten des vorgestellten Autors, Daten zur Biografie, Hinweise auf Literatur und Sekundärliteratur (pro fotokopierte Seite 20 Rappen und Versandkosten; jeweils Hinweise beachten).*

Die Auswahl der Pädagogen sowie die Gestaltung der Beiträge ist von der Redaktion der «SLZ» mit den Autoren, Mitarbeitern des Pädagogischen Seminars der Universität Bern, abgesprochen worden. Für die einzelnen Artikel ist der jeweilige Verfasser verantwortlich.

«Jede Epoche ist unmittelbar zu Gott», diesen Ausspruch Leopold Rankes (1795–1886) könnte man abwandeln und ergänzen: Jede Epoche und jeder Pädagoge steht unmittelbar vor der Grösse des pädagogischen Auftrags und ist aufgerufen, die Forderung des Tages im Lichte letzter Zusammenhänge zu erfüllen. Dazu kann das Studium der Geschichte der Pädagogik einen wertvollen Beitrag leisten!

J.

* für Beitrag Guyer: Fr. 3.– in Briefmarken an Sekretariat SLV (C. Wipfli).

WALTER GUYER

(1892–1980)



Biografisches

Nach dem Besuch der Schulen in Zürich, der Ausbildung zum Primarlehrer und kurzer Lehrtätigkeit studiert Guyer in Zürich Pädagogik, Psychologie, Philosophie und Geschichte (Doktorat 1920). Bevor er als Hauptlehrer für Pädagogik ans Seminar Rorschach gewählt wird, unterrichtet er an der Sekundarschule Uster. Erste Veröffentlichungen zu Pestalozzi fallen auf das Ende der 20er Jahre.

Nach kurzer Tätigkeit als Direktor der Lehrerschule St. Gallen nimmt Guyer einen Ruf als Leiter des Lehrerseminars Basel an. Spannungen mit Häberlin provozieren schon knapp zwei Jahre spä-

ter den Weggang Guyers. Von 1943 bis 1958 ist der Zürcher Pädagoge Direktor des Kantonalen Oberseminars in der Limmatstadt und Lehrer für Pädagogik. Nach seiner Pensionierung befasst sich Guyer eingehend mit seinem berühmten Vorfahren, dem «philosophischen Musterbauern» Jakob Guyer, genannt «Kleinjogg»¹.

W. Guyers Schaffen konzentrierte sich vor allem auf die Themenbereiche *Pestalozzi* (zu Beginn und am Ende seiner pädagogischen Arbeit)², *Schule und Nation in Bedrängnis* (1934–1944)³ *Allgemeine Pädagogik*⁴ und *Lernen*⁵.

In diesem Zusammenhang zentral – nicht zuletzt, um zu beurteilen, was Guyer einem Lehrer heute noch mitzugeben vermag – sind Gedanken zur *Erziehungs- und Bildungslehre*, zur *Didaktik* und zur *Lehrerbildung*.

Was ist Erziehung?

In seinem Buch zur systematischen Begründung der Pädagogik versucht Guyer, der Lehre von der Erziehung *eine philosophische Grundlage* zu geben. Erziehung – so der Autor – ist Hinführen zu rechter Gesinnung, zu verantwortlicher Entscheidung und rechtem Handeln: Darum unterscheidet er drei in der Praxis untrennbare Bereiche, worin sich Erziehung abspielt:

- die *Gesinnung* (ethischer Bereich),
- die *Bildung* (Ebene der Fähigkeiten),
- und die *Ausbildung* (technisches Rüstzeug).

Unterricht als «Hinlenken zu verantwortlichem Handeln und bewusster Entscheidung» bestimmt, fordert Guyer zur *Schulkritik* heraus. Immer wieder entwickelt der Pädagoge aber Vorschläge, wie eine derart fundierte *gute* Schule aussehen müsste: Sie muss praktischer sein als die bestehende und sich auf wenig beschränken.

Volksschule darf deshalb keine Rücksicht nehmen auf den Druck der weiterführenden Lerninstitutionen, wenn sie der psychologischen und physiologischen Entwicklung des Kindes gerecht werden will.

Didaktische Auffassungen

In didaktischer Hinsicht sind die Begriffe des *reflektierenden Lernens und Lehrens* und der *aus-schöpfenden Methode* wichtig. Unterricht läuft reflektierend ab, wenn alle Lernvorgänge dem Kind bewusst gemacht werden, da nur dieser Prozess Lernfortschritte verbürgt. Ausschöpfend ist eine Methode dann, wenn sie den Lernvorgang umfassend berücksichtigt und wenn sie das Kind als zu erziehenden Partner ernstnimmt.

Guyer spricht sich etwa aus für eine der technischen Entwicklung angemessene, integrierte *Naturlehre*, *Handfertigungsunterricht für alle* (1939!), Einführung eines lebendigen *Französischunterrichts* (Korrespondenzklassen) und *Dialekt als Hauptsprache bis zur dritten Klasse*.

Ausgangspunkt aller didaktischen Neuerungen müssen aber *Lebensfragen des Kindes* sein. Schule

insgesamt soll lebensnaher werden, da es ja darum geht, den einzelnen in der Kraft seines Urteils und in der Durchführung seiner Taten selbständiger zu machen. Guyers Ausführungen zum Lernvorgang, zu Fragen der Motivation, Lernschwierigkeiten, zum Unterricht und dessen Gestaltung sind deshalb interessant, weil der Pädagoge Lernen auf dem Zusammenwirken soziokultureller und psychologischer Faktoren begründet und insofern eine pädagogische Lerntheorie vertritt.

Ein Problem beschäftigt Guyer immer wieder: *Die Lehrerfrage*. Er zweifelt daran, ob Fragen des Lehrers das richtige Instrument des Wissenserwerbs darstellen, da sie den *Schüler gängeln*, indem sie ihm keine Freiheit des Denkens lassen. Diese Ansicht reflektiert eine Tradition, der sich Guyer verwandt fühlt: In gewisser Hinsicht fordert Guyer eine *Schule auf werktätiger Grundlage*. Der Lehrer soll die Methoden des Unterrichts so auswählen, dass die Selbsttätigkeit des Schülers angeregt wird. Freie Einzelarbeit, Unterrichtsgespräche, Gruppenarbeit und Projektunterricht entsprechen dieser Forderung. Sicher kann aber Guyer lediglich in die Nähe reformpädagogischer Konzepte gerückt werden, da er deren Ideen doch zu schwach akzentuiert. Er wendet sich denn auch vehement gegen diejenigen Arbeitsschulpädagogen (ausgehend von seiner Lerntheorie), die den Lern- mit dem Arbeitsvorgang verwechseln.

Ansatzpunkt Lehrerbildung

Ab 1938 hat Guyer in der *Lehrerbildung* gewirkt. Er hat insbesondere die heutige Form der Zürcher Seminararabildung mitkonzipiert und realisiert. In Basel war schon seit 1941 eine noch heute faszinierende Idee verwirklicht: *Die zentrale Aufgabe aller Lehrer – trotz verschiedener Stufen und Fächer – ist die Menschenbildung*. In Zürich vertrat Guyer, trotz vehementer Kritik von Vertretern der seminaristischen Lehrerbildung, die Trennung zwischen allgemeiner und beruflicher Ausbildung, ein nachmaturitäres Modell. Die Seminarzeit wurde um ein Jahr verlängert. Ein für Guyer gewichtiger Aspekt in der Lehrerbildung «ist die grundsätzliche Einstellung auf das Pädagogische. Nicht nur der Vorlesungs- und Gruppenbetrieb einschliesslich der Lehrpraxis soll vom Geist wirklicher pädagogischer Haltung getragen sein, sondern auch die Gesamthaltung ausser dem Schulbetrieb, im Persönlichen und innerhalb der Seminargemeinde».⁶

Aktualität Guyers

Guyers Aussagen zur *philosophischen Grundlegung der Pädagogik* sind heute noch lesenswert, weil sie Guyers Streben nach einer «inneren Ordnung» verdeutlichen. Seine Kritik an der althergebrachten Schule, aber auch seine Vorschläge zu einer Reform der Didaktik, zu einer Neugestaltung des Unterrichts und vor allem sein *Wille, den Schüler als einen zu erziehenden Partner ernstzunehmen*, haben grundlegenden Stellenwert in der pädagogischen Diskussion.

Berechtigt ist darum die Frage nach der Wirkung des Zürcher Pädagogen. Haben seine Ideen zur Schulpolitik oder die Ansicht, Schule als Schongebiet der Kinder zu betrachten, hat seine Warnung vor der Bildungsinflation, vor der «Abituriasis»⁷, hat sein Ruf nach einer kinderorientierten, von der Aktivität des Schülers ausgehenden Didaktik Früchte getragen?

Dies zu beantworten fällt schwer, da uns sein tägliches Wirken etwa als Seminardirektor zu wenig bekannt ist. Wenn wir aber die heutige Situation der Schule und der ihr Anvertrauten beurteilen, müsste die Antwort verneinend ausfallen. Darum stellen Guyers Forderungen immer noch zentrale Anliegen an die Schule und ihre Träger dar – und insofern ist Guyer ein für jeden Lehrer wichtiger Denker.

Literatur:

¹ Guyer, W.: Kleinjogg, der Zürcher Bauer 1716–1785, Zürich 1972

² Guyer, W.: Pestalozzi, Frauenfeld 1932

Guyer, W.: Pestalozzi aktueller denn je, Zürich 1975

³ Guyer, W.: Unsere schweizerische Schule, Frauenfeld 1934

Guyer, W.: Du Volk und deine Schule, Frauenfeld 1939

⁴ Guyer, W.: Grundlagen einer Erziehungs- und Bildungslehre, Zürich 1949

⁵ Guyer, W.: Wie wir lernen, Zürich 1952

⁶ Guyer, W.: Jahresbericht des Oberseminars des Kantons Zürich 1944/1945

⁷ Guyer, W.: Unsere Erziehungs- und Bildungsaufgabe, Basler Schulblatt 1941

Hans U. Grunder, Bern



Foto:
Hans
Baumgartner

ZITATE

Natürlich soll hier weder die didaktische Besinnung als solche noch die Bedeutung der Lehrerpersönlichkeit für das Gedeihen des Unterrichts in Zweifel gezogen werden. Nur ihr Charakter als die den Lernvorgang unterstützende Hilfe muss gewahrt bleiben. Und diese Hilfe bedarf sowohl der didaktischen Überlegung wie auch jener natürlichen Lehrbegabung, die nun beide einmal zum Handwerk eines eigenen, in der heutigen Zivilisation und Kultur nötig gewordenen Berufsstandes gehören und vom «Bildungsgut» her gesehen unentbehrlich sind.

(Wie wir lernen, Zürich 1952, S. 327)

Das «Charisma» des Lehrers von einst tritt zurück hinter dem legalen Auftrag der Beamtung; wichtig ist vor allem seine «Tüchtigkeit» in der Vermittlung von Wissen und Können geworden, und wenn manche Leute etwa vom Lehrer noch sein besonderes Berufsethos fordern, so mögen sie nicht vergessen, dass sie oft selbst zu jener Art von Publikum gehören, das den innern Kontakt zu den tiefern Anliegen der Erziehung verloren hat. Im Grunde genommen ist es ja nicht der Lehrer, der den Geist der Schule trägt, sondern das Volk, die Gemeinde, die gesamte geistige Situation vom einfachen Mann bis zu den obersten politischen und Schulbehörden hinauf. Und hier kann unbedenklich gesagt werden, dass die Leidenschaft für das pädagogische Element weithin geschwunden ist zugunsten eines nackten Ausbildungsmaterialismus, und dass man nicht schlechthin den Lehrer verantwortlich machen kann für eine Haltung, deren Exponent zu sein man ihm gerade in dem Moment wieder verbietet, wo er wirklich erziehen möchte.

Trotzdem bleibt es dabei, dass der Lehrer in der akutesten Verantwortlichkeit steht, die es überhaupt gibt. Er kann sich ihrer nicht begeben, sofern er Lehrer ist und vor Kindern steht. Ihnen bleibt er durch das in Erinnerung, was er an geistiger Substanz in sich hat.

(Wie wir lernen, Zürich 1952, S. 410)

Wenn der Lehrer in erster Linie durch das wirkt, was er als Persönlichkeit ist, und wenn alle Unterrichtsformen und Unterrichtsprinzipien ihren Sinn und ihren Erfolg nur in Korrelation mit diesem Persönlichen zu offenbaren vermögen, so muss der erste Appell an jeden Lehranwärter auch wirklich und im vollen Sinne des Wortes ein persönlicher sein. Eben dies aber scheint man weithin nicht richtig zu verstehen, ...

(Wie wir lernen, Zürich 1952, S. 416)

Die Pädagogik ist die Theorie der Erziehung, nicht die letztere selbst. Praktische Erziehung bedeutet immer ein Tun¹⁾, nicht die Besinnung über das Tun. Sie enthält wohl die Besinnung, geht aber darin nicht auf, ja sie geht nicht einmal primär von ihr aus.

(Grundlagen einer Erziehungs- und Bildungslehre, Zürich 1949, S. 11)

Was ist es nun, was das Handeln primär bestimmt?

Die Instanz dafür heisst: verantwortliche Entscheidung, und dahinter steht als massgebende Kraft die Gesinnung. Gesinnung aber ist nicht Besinnung. Die Gesinnung hat es mit dem Gewissen, mit Entschieden und Entschliessen zu tun, zur Besinnung aber gehören Wissen, Unterscheiden und Schliessen¹⁾.

Praktische Erziehung unterscheidet sich in diesem Punkt von keiner andern Art des Handelns, so gut wie Pädagogik als Wissenschaft vor keiner andern Wissenschaft, deren Gegenstand ein «Tun» ist, auch nicht von den sogenannten technischen Wissenschaften. Nur springt bei ihrem Gegenstand, dem pädagogischen Tun, die Bedeutung des Gesinnungsmässigen deutlicher in die Augen als beim Technischen und wird zudem verschärft durch den Charakter des zu «behandelnden» Partners. Denn dieser darf nie zum Objekt herabsinken, sondern muss immer Subjekt bleiben und als solches respektiert werden.

(Grundlagen einer Erziehungs- und Bildungslehre, Zürich 1949, S. 17)

Ausbildung, Erziehung, Seminare



ATELIER EVA

Technikumstrasse 14, 8400 Winterthur
Atelier für Mal- und Gestaltungstherapie, Heilpädagogik, Kreativkurse für Erwachsene und Kinder

Seminar für Mal- und Gestaltungstherapie

Neuer Ausbildungskurs zum Mal- und Gestaltungstherapeuten. Berufsbegleitend als Ergänzung zu einer bereits absolvierten künstlerischen, pädagogischen oder therapeutischen Ausbildung. Erstes Jahr umfasst 10 Weekends (Samstagnachmittag bis Sonntagabend) und eine obligatorische Entfaltungswochenwoche zu 6 Tagen. Zweites Jahr ist nicht verpflichtend, es bietet eine Weiterbildung und Vertiefung im Umgang mit der Farbe und ihren therapeutischen Wirkungen.

Seminarbeginn: April 1984

Seminarleitung: Eva Brenner und Mitarbeiter

Prospekte und Anmeldebogen erhalten Sie durch:
Eva Brenner, Büelrainstrasse 52, 8400 Winterthur, Telefon 052 28 20 41, oder Atelier EVA, Technikumstrasse 14, 8400 Winterthur, Telefon 052 22 08 91.



Arbeitslehrerinnenseminar des Kantons Zürich

Der nächste Ausbildungsgang beginnt im Frühjahr 1984 und dauert sechs Semester.

Schulort: Zürich

Zulassungsbedingungen:

1. Bildungsweg
 - 6 Jahre Primarschule
 - 3 Jahre zürcherische Sekundarschule oder gleichwertige Volksschulbildung
 - 3 Jahre Diplommittelschule mit Abschluss oder eine andere Mittelschule oder
 - 3 Jahre Schneiderlehre und BMS mit Abschluss
2. Bildungsweg
 - 6 Jahre Primarschule
 - 3 Jahre zürcherische Sekundarschule oder gleichwertige Volksschulbildung
 - Abgeschlossene Berufslehre oder Berufsausbildung
 - Nachweis über eine ausreichende zusätzliche Ausbildung in allgemeinbildenden und handwerklichen Fächern gemäss dem Stand des ersten Bildungsweges
 - Das spätestens am 30. April des laufenden Jahres vollendete 21. Lebensjahr

Aufnahmeprüfung: Januar und März 1984

Anmeldeschluss: 1. November 1983

Die Anmeldeformulare können gegen eine Gebühr von Fr. 5.- im Sekretariat der Direktion des Arbeitslehrerinnenseminars des Kantons Zürich, Kreuzstrasse 72, 8008 Zürich, Telefon 01 252 10 50, bezogen werden, wo auch gerne Auskunft über die Zulassungsbedingungen und die Ausbildung erteilt wird.

Die Seminardirektion

Mimenkurse in Südfrankreich

Pantomime, Improvisation, Akrobatik, Jonglieren, Seiltanzen, Masken. Kursort: Ste.-Valière, 25. September bis 8. Oktober 1983. Leitung: A. Saxer / S. Dhima (Ecole J. Lecoq / Ecole Nationale du Cirque). Max. 12 Teilnehmer. Kurs, Unterkunft und Halbpension Fr. 1000.-
Auskünfte: Res Zysset, 3054 Schüpfen, Telefon 031 87 15 59

Gestalt-Ferien-Kurs

Zweiwöchiger Workshop (9. bis 22. Oktober 1983) verbunden mit Ferien am Meer. Du kannst Dir und anderen begegnen und dabei Dich selbst von verschiedenen Seiten her neu entdecken und erfahren. Auskunft und Leitung: **Arbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung**, Verena Stransky-Allenspach, Telefon 071 25 84 68; Hansuli Meng-Abderhalden, Tel. 01 491 88 74

Evangelisches Lehrerseminar Zürich

Die Aufnahmeprüfung für die künftigen beiden ersten Klassen findet in der zweiten Hälfte des Monats November 1983 statt.

Anmeldeschluss: 5. November 1983.

Auskünfte und Prospekte durch die Seminardirektion (Rötelstrasse 40, 8057 Zürich, Telefon 01 363 06 11).

Der Direktor: Dr. Werner Kramer

Der neue Ausbildungsweg:

Physiotherapie-Assistent(in)*

Wenn Sie... den Umgang mit Menschen schätzen, Freude an einer verantwortungsvollen Tätigkeit im sozialen Bereich haben, einen Beruf mit guten Zukunftsaussichten erlernen möchten, geregelte Arbeitszeit schätzen, mindestens 17jährig sind... bilden wir Sie gerne aus in **medizinischer Massage, Bäderkunde, Elektrotherapie, Wickel, Packungen usw.**

* mit Diplomabschluss Schulbeginn 1. November/1. Mai
Nach einjähriger Ganztageschule und anschliessendem einjährigem Praktikum erwartet Sie eine vielseitige, interessante und menschlich befriedigende Tätigkeit in physiotherapeutischen Instituten, Kurbetrieben, Kliniken oder Arztpraxen. **Fühlen Sie sich angesprochen?** Dann verlangen Sie unverbindlich unsere Broschüre:

TASANA

82

Postfach 467
9001 St. Gallen
Telefon 071 22 55 28

Seminar für Lehrer bzw. Kindergärtnerinnen

Ziel:

- Einübung von alternativem Gesprächsverhalten für Kontakt mit Schülern, Eltern, Behörden usw.
- Austausch von Erfahrungen und Problemen in der Gruppe (Supervision)

Inhalt:

- psychologische Grundlagen (personenzentrierter Ansatz, C. R. Rogers)
- Gesprächsübungen, Rollenspiele
- berufsorientierte Selbsterfahrung

Beginn Mitte September in Zürich, Fr. 400.- (10x 2 1/2 Std.)

Anmeldung: Frau M. Züst, Psychologin, lic. phil. I, Brunngasse 5, 8001 Zürich, Telefon 01 69 06 44, oder Beat Mantel, Psychologe, lic. phil. I, Telefon 01 242 90 36.



echo

WORLD CONFEDERATION OF ORGANIZATIONS OF THE TEACHING PROFESSION
 CONFEDERATION MONDIALE DES ORGANISATIONS DE LA PROFESSION ENSEIGNANTE
 CONFEDERACION MUNDIAL DE ORGANIZACIONES DE PROFESIONALES DE LA ENSEÑANZA
 WELTVERBAND DER LEHRERORGANISATIONEN

8. September – internationaler Tag der Alphabetisierung

Alphabetisierung und Grundausbildung

Volksbildung ist Volksbefreiung

Es ist interessant, sich die Geschichte der Alphabetisierung, wie wir sie heute kennen, in Erinnerung zu rufen. Man kämpfte an zwei Fronten, der nationalen und der internationalen, gegen des Analphabetentum. Nach dem Zweiten Weltkrieg wurden die *nationalen Bildungskampagnen* immer zahlreicher. Grund dafür war der Wille, eine neue, bessere Welt aufzubauen, in vielen Staaten auch die neu erworbene Unabhängigkeit und die Notwendigkeit, das Erziehungswesen zu verbessern.

Die Förderung der Grundausbildung und der Lese- und Schreibkenntnisse war für die UNESCO seit ihrer Gründung im Jahre 1946 ein Hauptanliegen. Die UNESCO organisierte Seminare und Treffen, an denen Erfahrungen ausgewertet und neue Strategien definiert wurden. Auf internationaler Ebene wurde um 1960 zum ersten Mal der Plan für eine Strategie der Grundausbildung entworfen.

Experimentelles Weltprogramm der Grundausbildung

Ein wichtiges Planungstreffen war die Erziehungsministerkonferenz, die 1965 in Teheran (Iran) von der UNESCO organisiert wurde. Die Minister befassten sich damals mit der Bekämpfung des Analphabetentums. Die UNESCO und das Entwicklungsprogramm der Vereinten Nationen riefen das «Experimentelle Weltprogramm der Grundausbildung» (EWLP = Experimental World Literacy Programm) ins Leben, bei dem besonderes Gewicht auf das *Zusammenwirken von Ausbildung und Entwicklung* gelegt wird. Die Grundausbildung wurde nicht als Selbstzweck gesehen, sondern

- über reine Lese- und Schreibübungen hinaus
- als Mittel zur Vorbereitung auf ein soziales, staatsbürgerliches und wirtschaftliches Leben.

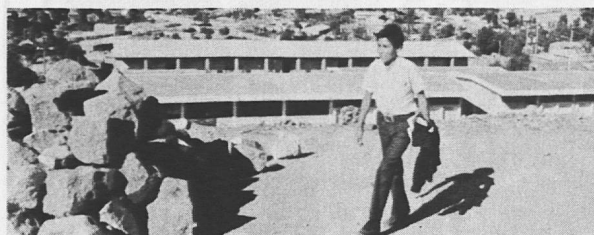
Kurz, die Aufgabe, die man der Grundausbildung übertrug, bestand darin, Männer und Frauen darauf vorzubereiten, die Zukunft selber in die Hand zu nehmen.

Das «EWLP» wurde von 1967 bis 1973 in 22 Staaten unter dem Patronat der UNESCO und unter Mitwirkung anderer Organisationen der Vereinten Nationen durchgeführt. Während dieser Jahre unterstützte die UNESCO die Bemühungen ihrer Mitgliedstaaten und half verschiedenen nichtstaatlichen Organisationen in technischer, finanzieller und materieller Hinsicht.

Das Programm brachte eine Flut von Informationen. Die UNESCO stellte daraus eine *Datenbank* zusammen, die von allen interessierten Kreisen benützt werden kann und aus der Lehren für die Zukunft gezogen werden können.

Die Zukunft

Ermutigt durch diese Erfahrungen mit den nichtstaatlichen Organisationen, hat die UNESCO nun ein Programm in die Wege geleitet, mit dem man die Intensivierung der Entwicklungsbemühungen und die Erneuerung der Primarschulausbildung zu erreichen hofft. Mit diesem Programm soll zur gleichen Zeit eine *Alphabetisierungskampagne für Jugendliche und Erwachsene* beginnen. Ein solches Vorgehen setzt voraus, dass eine *enge Verbindung zwischen Schulprogramm, Grundausbildung und Erwachsenenalphabetisierung* besteht. Es muss ausserdem von der gegenseitigen Unterstützung und der Wechselwirkung von Erziehung und produktiver Arbeit getragen werden. Es ver-



«Als ich zur Schule ging, hatte ich sehr Angst. Die Stadtjungen behandelten mich schlecht. Sie sprachen nur Spanisch, ich nur Quechua, ich konnte sie unmöglich verstehen. Manchmal verprügelten sie mich, sie waren besser dran, und sie hassten Schüler aus armen Gegenden...»
 (Foto: Alan Harbour)

langt vom Lehrer grossen Einsatz, Flexibilität und den Gebrauch von neuen Kommunikationstechniken als Lehrmittel.

Prioritäten

- Die Alphabetisierungsbemühungen sind vorab *bei den schulisch benachteiligten Gruppen zu intensivieren*: den Frauen, den Landbewohnern, Bewohnern am Rande grosser Städte, bei Fremdarbeitern und Flüchtlingen.
- *Anpassung der Ausbildungsbemühungen an die Grundbedürfnisse und -ansprüche der Menschen der betreffenden Gesellschaft*. Das bedeutet: die Integration der Ausbildungsprogramme in die nationalen Entwicklungsprojekte (Landwirtschaft, Hygiene usw.).
- Die Entwicklung von Aktivitäten zur *Fortbildung*, um das erneute Abgleiten ins Analphabetentum zu verhindern.
- Den einflussreichen Gruppen im Staat muss die Bedeutung der Grundausbildung klar gemacht werden. Grundausbildung ist eine *nationale Aufgabe*, für die alle Kräfte einer Nation gebraucht werden.

Wer hat die nötigen Grundkenntnisse?

Wer lesen und eine einfache Tatsache aus dem täglichen Leben schriftlich festhalten kann, ist «alphabetisiert». Funktionelle Grundkenntnisse hat jener, der sich das notwendige Wissen und die notwendigen Fähigkeiten angeeignet hat, um in seiner Gruppe oder Gemeinschaft mit Erfolg zu wirken, und der jenen Grad an Gewandtheit beim Lesen, Schreiben und Rechnen erreicht hat, der zur Entwicklung des Individuums und der Gemeinschaft notwendig ist.

Die Kriterien der funktionellen Grundkenntnisse sind demnach je nach den Erfordernissen der Umgebung unterschiedlich. Genügt es, einige Linien entziffern oder ein Plakat lesen zu können? Oder ist man ein Analphabet, wenn man nicht eine bestimmte Anzahl von Jahren an einer Schule absolviert hat?

Wieviele Analphabeten gibt es?

1970 gab es 760 Millionen Analphabeten, heute



Qualifiziertes Personal ist für erfolgreiche Alphabetisierungskampagnen notwendig.

(Foto: UNESCO, Madeleine Caillard)

sind es 824 Millionen. Wenn es so weiter geht, werden es Ende des Jahrhunderts 900 Millionen sein. Zusätzlich gibt es heute 121 Millionen Kinder im schulpflichtigen Alter (6 bis 11 Jahre), die nicht zur Schule gehen und deshalb potentielle Analphabeten sind.

Wer sind sie?

Die Zahl der Frauen unter diesen Millionen nimmt zu. Heute sind *59% aller Analphabeten Frauen*. Bis zum Jahr 1990 werden die Frauen unter den Analphabeten die Männer um 194 Millionen übertreffen.

Eine zweite Gruppe sind die *Jugendlichen im Alter von 12 bis 17 Jahren*. Von ihnen gingen 1980 209 Millionen nicht zur Schule. Heute fehlt diesen Jugendlichen die nötige Grundausbildung, um eine Stelle zu finden und aktiv am Leben der Gesellschaft teilzunehmen. So sind sie in Gefahr, am Rande der Gesellschaft zu leben, was für die Zukunft schwere Folgen haben wird.

Andere Bevölkerungsgruppen, die vom Analphabetentum betroffen sind, leben in ländlichen Gebieten, am Rande der grossen Städte, oder es sind Fremdarbeiter oder Flüchtlinge.

Es ist klar, dass das *Analphabetentum eng mit der Armut verknüpft* ist. Nicht nur ist es das Resultat, sondern auch einer der Gründe der Armut. Dahinter steckt die Grundwahrheit, dass das Analphabetentum die Ungerechtigkeit und die sozialen und wirtschaftlichen Ungerechtigkeiten ihrerseits das Analphabetentum fortbestehen lassen. Es begünstigt die *Isolierung* der Gruppen, die sich nicht durchsetzen können, und verhindert deren Entfaltung und Mitarbeit an der nationalen Entwicklung.

Welches sind die Gründe?

- Es fehlt am politischen Willen, zum Teil wegen der *Gleichgültigkeit der Regierungen*, die eine Alphabetisierung nicht zu ihren Prioritäten zählen.

- Das heutige *Erziehungssystem ist ungenügend*. Hier einige Gründe, warum Schüler nicht mehr in die Schule kommen: Unterricht in einer andern Sprache, als sie von den Kindern untereinander gesprochen wird; Lehrplan nicht in Übereinstimmung mit den örtlichen Gegebenheiten; Unterrichtskosten.

- *Es fehlt das Gleichgewicht zwischen Bedürfnis und Mitteln*. Dies ist das Resultat der sozialen und wirtschaftlichen Ungleichheit, die noch verschlimmert wird durch die heutige Weltwirtschaftskrise, das Bevölkerungswachstum, ungenügende Schulen, Mangel an Material, überfüllte Klassen, ungenügend ausgebildete Lehrer und grosse Distanzen, die die Schüler oft zwischen Schule und Elternhaus zu überwinden haben.

- Ein weiterer Grund ist die *Armut*: Hunger und Unterernährung, verschärft durch geografische Bedingungen, begünstigen die Schulung der

Kinder nicht. *Viele Familien sind auf die Mithilfe ihrer Kinder angewiesen.* Sie helfen bei der Ernte und anderen jahreszeitlich bedingten Arbeiten mit und können so dem Unterricht nicht ohne Unterbruch folgen.

Eine wirkungsvolle Alphabetisierung muss nicht nur die Symptome der Armut, sondern ihre Ursache bekämpfen.

Die UNICEF-Arbeitsunterlagen «Erziehung zur Entwicklung» sind erhältlich beim UNICEF Office for Europe, Palais des Nations, 1211 Genf 10, Schweiz. Sie enthalten 28 Dias mit Kommentar, Grundinformationen und Arbeitspapiere. Preis: \$ 12.50 (nur Dias \$ 5), Englisch oder Französisch.

Die UNESCO-Generalkonferenz von 1966 legte einen *internationalen Alphabetisierungstag* fest, der jedes Jahr am 8. September begangen wird. So soll das öffentliche Interesse an der Bekämpfung des Analphabetentums geweckt und Unterstützung gefunden werden. Dabei bietet sich die Möglichkeit, Neuerungen und Fortschritte auf diesem Gebiet bekannt zu geben.

Der Generaldirektor der UNESCO überreicht jeweils am 8. September die internationalen Alphabetisierungspreise an private Organisationen oder Einzelpersonen, die auf diesem Gebiet Aussergewöhnliches geleistet haben.

Die Alphabetisierung, wie die Erziehung überhaupt, ist ein politischer Akt. Er ist nicht neutral, denn es ist ein politischer Entscheid, ob wir die soziale Realität aufdecken wollen, um sie zu verändern, oder ob wir sie verdecken, um sie zu erhalten.

(Aus der Erklärung des internationalen Symposiums für Alphabetisierung, Persepolis 1975)



Für die Bewohner der hohen Gebirge ist alles anders. Täglich plagen sie sich mit Sauerstoffmangel, mit schneidender Kälte, kargem Boden, spärlicher Vegetation und den wenigen Feldfrüchten und Tieren, die in solcher Höhe noch existieren können. Die Menschen, die hoch in den Bergen leben, sind oft von allem abgeschnitten. (UNICEF-Arbeitsunterlagen «Erziehung zur Entwicklung», Nr. 14: Oskar, das Bergkind von Peru. Foto: Alan Harbour)

BRASILIEN

Die «Conferação de Professôres do Brasil», ein Mitglied der WCOTP in Brasilien, organisierte ein Seminar über «*Alphabetisierung und Volksbewegungen*». Das Programm dauerte drei Tage mit einer Woche Pause zwischen den beiden letzten Tagen, um den berufstätigen Teilnehmern entgegenzukommen. Die Teilnehmer waren Sozialarbeiter aus den dicht besiedelten Gebieten um São Paulo und aus vier Städten im Inneren des Staates São Paulo, dazu kamen Primarschullehrer und Universitätsstudenten mit Unterrichtserfahrung für Analphabeten.

Hier einige ihrer Feststellungen:

- Den meisten Lehrern, die in den Alphabetisierungskampagnen für Erwachsene mitarbeiten, fehlt es an theoretischer Vorbereitung.
- Es gibt grosse Schwierigkeiten beim Zusammenstellen von guten Alphabetisierungsprogrammen. Einerseits greifen staatliche Instanzen ein, andererseits bestehen praktische und theoretische Differenzen bei der Interpretation des Gedankengutes von Paulo Freire.
- Es besteht ein Bedürfnis, die besten Versuchsprogramme zu systematisieren, um ihre Anwendung in anderen Gruppen zu erleichtern.

DIE KONFERENZ VON NIAMEY (1981)

Die Wahl der Sprache, in der die Alphabetisierung durchgeführt wird, bleibt ein komplexes Problem, obwohl man sich darauf geeinigt hat, keine fremden Sprachen zu gebrauchen. Eine Nationalsprache kann neben einer oder mehreren Muttersprachen existieren. Im politischen und im Verwaltungsbereich herrschen Strukturen vor, die aus der Kolonialzeit stammen und mit der betreffenden Sprache verbunden sind. In vielen Fällen führte dies zu einer *Spaltung zwischen der Amtssprache, die als «modern» gilt, und den einheimischen Sprachen*, welche oft an den Rand des politischen und wirtschaftlichen Systems verdrängt werden.

Die Konferenz von Niamey unterstrich die *Vorteile der traditionellen Ausbildung* und die *Bedeutung der einheimischen Sprachen* als Träger des historischen Erbes und der kulturellen Identität. Unter den Berichten der Teilnehmer kam ein besonders interessanter aus der Zentralafrikanischen Republik. Dort wird, was in afrikanischen Staaten selten ist, von allen Einwohnern nur *eine nationale Sprache, Sango*, gesprochen. Dies erleichtert die Alphabetisierung, die darauf abzielt, den Menschen bei ihren täglichen Problemen zu helfen, sie als Individuen zu fördern und so zur nationalen Entwicklung beizutragen. Für die neu Lesekundigen wurde eine *Zeitung* geschaffen, die nicht nur politische Nachrichten in Sango, sondern auch technische, landwirtschaftliche und medizinische Ratschläge vermittelt. ■

Privatschulen – Ecoles privées und Institute



Institut Anglo-Suisse Le Manoir

Ein seriöses internationales Töchterinstitut am Bielersee. Intensive Ausbildung in Französisch, Englisch und anderen Sprachen (offizielle Abschlussprüfungen). Audiovisuelle Lehrmethode, Sprachlabor, Handelsfächer, Haushalt, Allgemeinbildung. Neu: Sekretärinnen- und Direktionssekretärinnendiplom in Fremdsprachen. Zehntes Schuljahr.

Jahreskursbeginn: April und September

Sommerferien-Sprachkurse: Juli und August

Sommer- und Winteraufenthalt in Wengen

Tennisplätze, Basket- und Volleyball, Reiten, Sauna, Hallenbad, Segelbrett.

Dir. G. und J. Voumard und Familie
Telefon 038 51 36 36

2520 La Neuveville, 16–23, route de Neuchâtel

Institut Kandersteg 1200 m ü. M.



für Knaben von 11 bis 16 Jahren · 5. und 6. Primarklasse, Sekundarschule · Erziehung in familiär geführter Internatsschule · Kleine Klassen · Aufgabenüberwachung · Praktisches Arbeiten · Hobbyraum · Wandern · Schwimmen · Kunststeisbahn · Skisport · Langlauf. Sommer-Feriensprachkurse im Monat Juli für Knaben und Mädchen.

Leitung: Dr. J. Züger, 3718 Kandersteg
Telefon 033 75 14 74

EVANGELISCHE SCHULE BAUMACKER

Baumackerstr. 15, 8050 Zürich, Tel. 01/312 60 60
(früher "Freie Evangelische Volksschule Zürich-Aussersihl")

Das ist unser Angebot in **Zürich-Oerlikon** (ruhige, zentrale Lage, 5 Min. von Bhf. und VBZ, 5-Tage-Woche, eigene Mensa):

1. - 3. Sekundar – 1. - 3. Real – 5. + 6. Primar.

... und in **Zürich-Altstetten** (Lyrenweg 300, Tagesschule, Telefon 01/62 12 09): **4. - 6. Primar.**

Ein schulisches Zuhause in froher Gemeinschaft!

Verlangen Sie bitte unseren Prospekt oder suchen Sie das Gespräch mit dem Schulleiter, Christian G. Bruppacher.

Institut Kräzerli

CH-9107 Schwägälp am Säntis, Telefon 071 58 11 24, M.M. Züger
Privatschule für Knaben und Mädchen

5. und 6. Primarklasse, Sekundarschule, Ferienkurse, kleine Klassen
– Sport – grosses Gelände – eigener Skilift – Einführung in die EDV mit einfachen Übungen am Computer.

SHIATSU- Schule Dr. Sigg

Direkt beim Hauptbahnhof Zürich

Umfassende, bewährte Ausbildung in japanischer SHIATSU-Massagetechnik.

Für Beruf: anstelle oder zur Ergänzung konventioneller Massageausbildung, als bioenergetische Schulung und Weiterbildung für körperorientierte und psychosomatisch interessierte Berufe.

Für Privat: zur Pflege körperlicher, seelischer und geistiger Fitness, zur Entfaltung von Intuition, Fühlen und Empfinden und mitmenschlicher Kontakt- und Beziehungsfähigkeit.

Tages- und Abendkurse mit Diplomabschluss. Referenzen aus der ganzen Schweiz. Persönliche Besprechung Vorbedingung.

Anmeld.: 01 2213906, 10-11 u. 13-14 Uhr.

Hotel- Handelsschule Zürich

(1. Schule und 1. J. Praktikum)
Diplom des
Schweiz. Hoteliervereins
Beginn: Frühling und Herbst

STEIGER SCHULE

Zähringerstrasse 51 (am Central)
3 Min. vom Hauptbahnhof
8001 Zürich 01/69 20 00 ☎

10. HUPP-Herbstwoche

Eine Woche lang singen, tanzen, werken im Baselbieter Jura vom 8. bis 15. Oktober 1983. Drei anerkannte Fachlehrer führen die Teilnehmer in verschiedene Gebiete ein.

Auskunft und Anmeldung: Hannes Grauwiler, 3431 Schwanden i. E., Telefon 034 61 25 15

10 Jahre

Theater Spilkischte Basel

Wir spielen in den Schulen der ganzen Schweiz. Termine ab sofort bis Ende Dezember, auch kurzfristige Engagements sind möglich:

Nachtfalter

ein Theaterstück mit vielfältigen nächtlichen Überraschungen.

Das Stück eignet sich für Kinder ab dem 1. Schuljahr bis zum 16. Altersjahr und Erwachsene.

Unterlagen und Auskunft erhalten Sie bei:

Theater Spilkischte, Postfach 124, 4009 Basel, Telefon 061 23 23 43



ENERGIE SPAREN KONTAKT SCHREIBEN

KONTAKT
4411 LUPSINGEN

Wer, wann, was, wieviel – auf einer Karte an uns.
Wir erreichen 240 Heime, kostenlos für Sie – Kundendienst.

institut Richelieu
école de français
1004 lausanne

7, rue du Clos-de-Bulle
Telefon 021 23 27 18

Wir unterrichten nur ein Fach

Französisch

Vertrauen Sie der spezialisierten Schule

Sommerferienkurse

Verlangen Sie Prospekte

Wahrnehmungen (III)

Das brave Kind in der Schule

Der brave Schüler ist wohl der Wunschtraum jedes Lehrers. Ja, wenn er lauter solche Schüler hätte wie die Susanne. Sie fällt durch ihre ausgesprochene Wohlerzogenheit auf. Dem Lehrer macht sie Freude, den Eltern auch. Ihre Schulleistungen sind gut, weder über noch unter dem Durchschnitt. Sie schwätzt sehr selten mit ihrer Banknachbarin, grüsst den Lehrer höflich, bringt Entschuldigungen unaufgefordert, macht die Hausaufgaben, hat eine saubere Heftführung und auch eine gute Freundin. Ein sehr gut erzogenes Kind – sagen die Leute. Nur, eines fällt dem Lehrer auf: Sie traut sich nicht, spontan mitzutun in der Klasse. Wenn sie aufgerufen wird, errötet sie oft stark und spricht sehr leise. In Diskussionen sagt sie nie etwas. Sie macht das, was man von ihr verlangt, nicht mehr und nicht weniger. Es gelingt dem Lehrer auch nach drei Jahren nicht, sie mit sich zu befreunden. Ihre grosse Ehrfurcht und den Respekt vor ihm verliert sie nie. Immer bleibt sie höflich, distanziert. *Die Bravheit von Susanne ist keine freiwillig eingenommene Haltung.* Sie ist geformt und erzwungen in einer von Tadel, Strafen und Drohungen geprägten Erziehung. Bravsein heisst vor allem, Angst davor zu haben, vom rechten Weg abzukommen, danebenzutreten. Missbilligung oder Strafe zu ernten ist für das brave Kind etwas, was es unbedingt zu vermeiden gilt. Steifheit, Ängstlichkeit, Befangenheit sind Begleiterscheinungen. Gefühlsmässig stellt sich der brave Schüler auf die Seite des Lehrers. Ebenso wie dieser empfindet er störendes Verhalten als ganz unangebracht. Es kommt vor, dass Susanne ihre Schulkollegen zurechtweist. Für sie sind die Anordnungen des Lehrers absolut zu befolgen, der Lehrer darf auf keinen Fall verärgert werden. Wenn die Klassenkameraden etwas anstellen, macht Susanne nicht mit. Gefühle des Unwohlseins beschleichen sie. Am liebsten möchte sie nichts damit zu tun haben, schaut aber doch mit einer Mischung aus Bewunderung, Angst und Eifersucht ihren Kameraden zu. Vor allem hat sie Angst, mit den andern zusammen vom Lehrer zur Rechenschaft gezogen zu werden. Das Ziel des braven Schülers ist es, um keinen Preis unangenehm aufzufallen. Die Assoziation mit den Kameraden ist dadurch erschwert. Die Folgen einer unerlaubten Handlung nimmt der brave Schüler



Foto: R. Blind

ganz übersteigert wahr. Wie konnte ich nur in diese Situation geraten, denkt Susanne, als sie doch einmal auf dem Pausenhof in eine Schneeballschlacht verwickelt wurde. Jetzt wird es Ohrfeigen geben, hat sie Angst, als alle zum Rektor zitiert werden. Dass er sie lediglich verwarnet und ermahnt, vermindert ihre Angst nicht, denn zu Hause erlebt sie, dass der trotzigste Bruder oft geschlagen wird. Niemals möchte sie in seine Situation geraten. Eine gewisse Korruptheit durchzieht das Gefühlsleben des braven Schülers. Manchmal schwärzt er seine Kollegen an, in der Hoffnung, dafür besondere Anerkennung zu bekommen. Oder er frisst seine Probleme, seine Wünsche ganz in sich hinein und äussert sie nicht.

Der brave Schüler scheint problemlos – er ist es aber nicht. Er ist in innerer Not. Angst vor einem Fehltritt beherrscht ihn. Es gibt für den Lehrer verschiedene Mittel, dem braven Kind zu helfen. *Bravheit kann kein Erziehungsideal mehr sein,* und so sollte jegliche Parteinahme – heute wart ihr aber schön brav – aus der Stellungnahme des Lehrers verschwinden. Strafen und Tadel, eingesetzt als Erziehungsmittel, hat sich in der Schulstube ebenfalls als untauglich erwiesen. Strafen und bedrohende Erziehungsmittel treffen nicht nur den Schüler, den sie meinen, sondern sie nähren auch die Angst des braven Schülers. Das brave Kind ist seelisch zerdrückt, es trägt die *schwere Last des Überangepasstseins.* Der wissende Lehrer wird danach trachten, es davon zu befreien.

Barbara Hug

Kümmerly + Frey

Ihr Partner für Lehrmittel

Ständige Ausstellung von
Demonstrations- und Experimentiermitteln
für jeden Fachbereich und alle Stufen.

Hallerstrasse 6

3001 Bern



☎ 031-24 06 66/67

Soeben erschienen:



Suchen Sie neue Ziele?

Der Car Guide 1983 enthält eine Fülle von Anregungen für Ausflüge und Exkursionen.

Er dient Ihnen als Planungsinstrument und Reisebegleiter mit Kurzinformationen über Städte, Dörfer, Berge, Pässe, Sehenswürdigkeiten und Kuriositäten.

Auf 172 Seiten (in Postkartenformat) finden Sie alles Wissenswerte und dazu Inserate von guten Gaststätten, Verkehrsvereinen, Bahnen, Gärten, Ausstellungen usw.



Ich bestelle _____ Exemplar(e)
Car Guide 1983 zu je Fr. 7.-

Name und Vorname _____

Strasse und Nr. _____

PLZ und Ort _____

Einsenden an Zeitschriftenverlag Stäfa, 8712 Stäfa
telefonische Bestellungen 01 928 11 01 (intern 235)

pan zeigt an:

Blockflötenschulen

Lotti Spiess / Ursula Frey

Warum nicht Bass-Blockflöte?

Ein unkompliziertes Lehr- und Übungsheft für Anfänger auf der Bass-Blockflöte. pan 202 8.-

Lotti Spiess / Ursula Frey

Komm, spiel Altblockflöte

Elementarschule für Einzel- und Gruppenunterricht. pan 205 15.-

Hanspeter Schär / Margrit Gerber

Von f' bis g'''

Eine neue Altblockflötenschule für Jugendliche und Erwachsene. pan 210 21.-

Lotti Spiess / Ursula Frey

Spiel weiter auf deiner Sopranblockflöte

Anschlusslehrgang an jede Elementarschule. Ungefähr zweites Lernjahr pan 201 10.-

Musikhaus

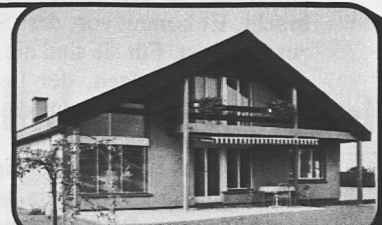
pan A G
8057 Zürich, Postfach, Schaffhauserstrasse 280
Telefon 01 311 22 21, Montag geschlossen

«Bautec weiss und zeigt, wie man Häuser baut!»

● **«Bautec»-Erfahrung:**
Es gibt schon weit über 2000 «Bautec»-Häuser, in der ganzen Schweiz – Ihre Sicherheit!

● **«Bautec»-Garantie:**
Wir bauen Ihr Haus in CH-Qualität und, ob gross oder klein, zu festem Preis und Termin!

● **«Bautec»-Schönheit:**
Der Katalog * zeigt's – urteilen Sie selbst!



Sparen Sie Geld beim Bauen! «Bautec» zeigt Ihnen, wie.

General Bautec AG, 3292 Busswil/Lyss – 032 / 84 42 55
Büros in 5001 Aarau, 8404 Winterthur, 1260 Nyon

BAUTEC

B*N D 77

Vorn., Name: _____

* Gratis! Neuer Häuser-Ideenkatalog

Str., Nr.: _____

Plz, Ort: _____

Vom Schreibtisch des SLV

(Womit sich der SLV [auch] befasst)

Die Anpassungen bei der AHV, der IV und den Ergänzungsleistungen auf den 1. Januar 1984

Es dürfte sich bereits herumgesprochen haben, dass die Renten der AHV/IV auf den 1. Januar 1984 der Preis- und Lohnentwicklung angepasst werden. Sie steigen im Durchschnitt um 11,3%. Die volle einfache Altersrente beträgt dann im Minimum 690 Franken monatlich, im Maximum 1380 Franken. Alle anderen Renten lassen sich von der einfachen vollen Altersrente ableiten: Die Ehepaarrente beträgt 150% (wenn die Ehefrau mindestens 62 Jahre alt oder mindestens zur Hälfte invalid ist), die Zusatzrente für die 55 bis 61 Jahre alte Ehefrau 30%, die Kinderrente 40%, die Witwenrente 80%, die einfache Waisenrente 40% und die Vollwaisenrente 60% der einfachen Altersrente. Wer sich für weitere Details interessiert, erkundigt sich am besten bei der kantonalen Zweigstelle der AHV (Adresse im Telefonbuch, letzte Seite).

Warum interessiert dies den SLV? Aus verschiedenen Gründen. Einmal wird unser Sekretariat als *Auskunftsstelle* für alles mögliche benutzt. Fragen zur Pension und zur AHV sind gar nicht so selten. Die Organe der *Lehrerwaisenstiftung* müssen auch im Bilde sein. Nach dem meist unerwarteten Tode des Gatten sind Witwen für eine seriöse Aufklärung über die zu erwartenden Rentenleistungen von AHV und Pensionskasse sehr froh, vor allem dann, wenn sie feststellen dürfen, dass keine finanziellen Sorgen auf sie zukommen.

Die *Stiftung Hilfsfonds* betreut einige Kolleginnen und Kollegen, die wegen früher Invalidität in Not geraten sind. Eine Verbesserung der IV-Leistungen kann die Stiftung entlasten oder zumindest eine Mehrbelastung verhindern.

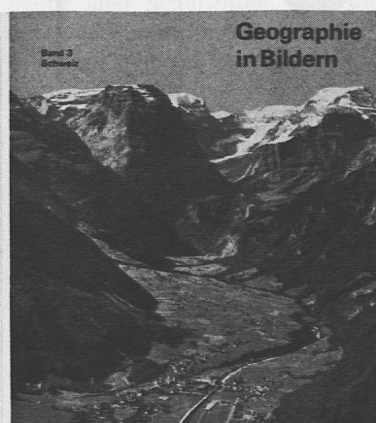
Und die *Pestalozzi-Stiftung* muss bei Zumessung der Ausbildungsstipendien an Halb- oder Vollwaisen die Leistungen der AHV in ihrem Finanzierungsplan berücksichtigen.

In diesem Zusammenhang ein Rat vor allem an jüngere Kolleginnen und Kollegen, die sich für einige Zeit

ins Ausland begeben wollen: Sorgen Sie dafür, dass die AHV-Beiträge für die Zeit Ihrer Abwesenheit weiterbezahlt werden. Der Verlust von Beitragsjahren kann später nie mehr wettgemacht werden und kann zu empfindlichen Rentenkürzungen führen. Wenden Sie sich an Ihre kantonale Ausgleichskasse!

Heinrich Weiss

Anfragen zu dieser Spalte bitte an Sekretariat SLV, Postfach 189, 8057 Zürich.



Solange es noch hat,

liquidiert das Sekretariat des SLV den *Bildband Geographie Schweiz* (203 Schwarzweissaufnahmen, 26 Seiten erläuternden Text), herausgegeben von der seinerzeitigen Kommission für interkantonale Schulfragen, Zürich 1970.

In deutscher Fassung Fr. 5.-/Expl. (statt Fr. 19.80), in italienischer Fassung Fr. 4.-/Expl., in französischer Fassung Fr. 4.-/Expl. Sekretariat des Schweizerischen Lehrervereins, Postfach 189, 8057 Zürich (Telefon 01 311 83 03).

GEWINN UND VERLUST

Prosperität oder Pleite

Tagung des SLV gemeinsam mit dem Verein Jugend und Wirtschaft, Mittwoch, 2. November 1983, 9.15 Uhr, im SKA-Verwaltungszentrum «Uetlihof», Uetlibergstr. 231, Zürich

Zielsetzungen:

- Information über die Realität von Gewinn und Verlust in der Schweizer Wirtschaft
- Diskussion über ethische Aspekte des Gewinns und die Rolle des Gewinnstrebens in der Gesellschaft
- Erörterung pädagogischer Fragen um unser Verhältnis zum Unternehmungsgewinn

Programm

09.15 Begrüssung durch Balz Hatt, Vizepräsident des Vereins Jugend und Wirtschaft, Zürich

09.20 «Gewinn und Verlust – pädagogische Fragestellungen»: *Gottfried Hochstrasser*, Programmchef des Vereins Jugend und Wirtschaft, Zürich

09.30 «Gewinn und Verlust aus der Sicht der Wirtschaftswissenschaft»: Referat von Prof. Dr. *Wilhelm Hill*, Basel

10.15 «Gewinn – Überlebensfrage für Unternehmen»: Referat von Dr. *Albrecht Keller*, Direktor bei Georg Fischer AG, Schaffhausen

11.00 Kurze Pause

11.15 *Werkstattgespräche* (Fallstudien aus der Unternehmens- und Verbandspraxis mit Diskussion)

- Nationalrat *Ulrich Bremi*, Delegierter des Verwaltungsrats der Bauer Holding AG, Zürich

- Dr. *Florian Hew*, Direktor Finanzen und Controlling der Tages-Anzeiger AG, Zürich

- Nationalrat *Alfred Neukom*, Sekretär der Stiftung für Konsumentenschutz, Bern

- *Peter Ott*, Finanzchef der Ernst Schweizer AG, Hedingen

- *Ulrich Ribli*, Direktor der Schweizerischen Kreditanstalt, Zürich

- *Hans Schächli*, Sekretär der Gewerkschaft Textil, Chemie, Papier, Basel

- *Paul Schwizer*, lic. oec., Direktor Planung und Rechnungswesen beim Migros-Genossenschaftsbund, Zürich

12.05 *Wechsel der Gruppen; die gleichen Referenten stehen zu einer zweiten Gesprächsrunde zur Verfügung!*

13.00 Apéro

13.30 Mittagessen

15.00 Podium mit Plenumsdiskussion: *Interessenstandpunkte um die Gewinnverteilung* mit

- Dr. *Albrecht Keller*, Direktor bei Georg Fischer AG, Schaffhausen

- *Hans Schächli*, Sekretär der Gewerkschaft Textil, Chemie, Papier, Basel

- *Heinrich Schneider*, Vizedirektor der Schweizerischen Bankiervereinigung, Basel

- *Paul Schwizer*, lic. oec., Direktor Planung und Rechnungswesen beim Migros-Genossenschaftsbund, Zürich

- Dr. *Robert Straub*, Adjunkt der Finanzverwaltung des Kantons Zürich

Leitung: Dr. *Martin Ungerer*, Chefredaktor der «Schweizerischen Handelszeitung», Zürich

16.45 Ende der Tagung, Apéro mit Referenten

Organisation: Verein Jugend und Wirtschaft, Dolderstrasse 38, 8032 Zürich, Telefon 01 47 48 00

Unkostenbeitrag: Fr. 30.-

Anmeldeschluss: Sonntag, 9. Oktober 1983. Teilnehmerzahl beschränkt, Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eintreffens berücksichtigt!



**2x4
Bundes-
ordner**

**im
Schüler-
pult**

Verlangen Sie
die Dokumentation
beim Fabrikanten
von Schul- und
Saal-Mobiliar

ZESAR Zesar AG/SA
Gurnigelstrasse 38
2501 Biel / Bienne
Tel. 032 25 25 94

Echte Profis bevorzugen
das tragbare Koffermodell
**ASTROLUX-
Portable!**



- Die optimale Unterstützung
eines erfolgreichen Vortrages:**
- mit drei Handgriffen einsatzbereit
 - gleichmässige Ausleuchtung
 - volle Bildschärfe
 - keine Randverfärbung
 - superflache Arbeitsfläche
 - integrierte Folientransport-
einrichtung

ASTROLUX-Hellraumprojektoren
ab Fr. 836.-

Beratung und Service
in der ganzen Schweiz.
BUTEC AG
Organisation für Bürotechnik
Waisenhausstr. 2, 8001 Zürich
Tel. 01-221 27 97

Universal Sport
Ihr Fachgeschäft
für professionelle
Ausrüstung

3000 Bern 7 Zeughausgasse 27 3011 Bern Kramgasse 81 2502 Biel Bahnhofstrasse 4	Tel. 031 22 78 62 Tel. 031 22 76 37 Tel. 032 22 30 11	1700 Freiburg 1003 Lausanne 8402 Winterthur 8001 Zürich	34, Bd. de Pérolles 16, rue Pichard Obertor 45 am Löwenplatz	Tel. 037 22 88 44 Tel. 021 22 36 42 Tel. 052 22 27 95 Tel. 01 221 36 92
---	---	--	---	--

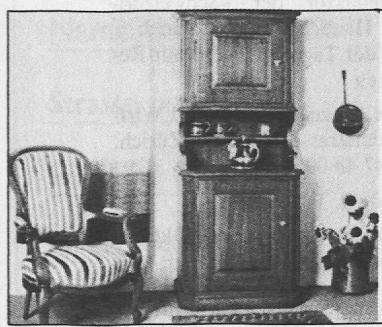
intersport **universal sport** **cir**

**SIE+ER club
kbr**

Briefkontakte, Tanz-
partys, Wanderungen,
Geselligkeit als Wege zum Du und
zur Partnerschaft für unverheiratete,
katholische Damen und Herren ab 20.
Brief- und Freizeitclub kbr
(Katholischer Bekanntschaftsring,
8023 Zürich, Telefon 01 · 221 23 73)

Ich erwarte gratis und diskret Ihre Club- Unterlagen:

Herr/Frau/Frl. _____
PLZ/Ort _____
Strasse _____ Zivilst. _____
Alter _____ Beruf _____ LZ _____



Ihre Werkstätte für anspruchsvolle Arbeiten aus Holz
Ihre Ausstellung für gute Küchen und Schweizer Möbel
Ihre Einkaufsmöglichkeit für Boutique- und Geschenkartikel

BALTENSBERGER AG BÜLACH
MÖBEL KÜCHEN INNENAUSBAU
ZÜRICHSTR. 1 **BOUTIQUE** ☎ 01 860 45 85

25 Jahre Reisen des Schweizerischen Lehrervereins

In «SLZ» 23 vom 10. November veröffentlichen wir das Programm 1984.

Herbstferien 1983

Sicher denken Sie noch kaum daran. Und doch rücken sie immer näher. Möchten Sie sich während dieser Zeit weiterbilden? Lockt Sie ein fernes Land? Wäre ein Auslandsaufenthalt nicht auch befruchtend für Ihren Unterricht?

Keine Angst, wir bieten Ihnen keine Serienreisen an. Unsere kleinen Gruppen setzen sich aus Leuten der verschiedensten Berufe zusammen. Was verbindet, sind die ähnlichen Interessen, die Freude an Reisen, wie man sie sonst kaum findet.

Geniessen Sie die Vorfriede, indem Sie in unserem Prospekt «schnüffeln».

Burgund, Wien, Altes Russland, Griechenland, Ägypten sind einige unserer Ziele.

Achtung!

Einzelne Reisen sind schon stark gebucht oder sogar ausgebucht. Eine baldige Anmeldung (evtl. auch provisorisch) lohnt sich.

Auskunft und Prospekte

Schweizerischer Lehrerverein, Reisedienst, Ringstrasse 54, Postfach 189, 8057 Zürich, Telefon 01 312 11 38. Willy Lehmann, Chrebsbachstrasse 23, 8162 Steinmaur, Telefon 01 853 02 45 (ausser Schulferien).

An Reisedienst SLV, Postfach 189, 8057 Zürich

Bitte senden Sie mir gratis und unverbindlich:

- Programm der Herbstreisen
 Seniorenprogramm (im Hauptprospekt enthalten)

Name _____

Strasse _____

Ort _____

Pädagogischer Rückspiegel

SG: Vielfältige Reformarbeit
(Aus dem Tätigkeitsbericht der Pädagogischen Arbeitsstelle)

Die Pädagogische Arbeitsstelle des Kantons St. Gallen bearbeitet im Auftrag des Erziehungsrates Probleme aller Schulstufen, insbesondere der Volksschulstufe. Dabei arbeitet sie sehr eng mit den Pädagogischen Kommissionen, der Lehrerschaft und ihren Subkommissionen zusammen. Alljährlich erstattet sie einen umfangreichen Bericht über ihre Tätigkeit im vergangenen Schuljahr.

1982/83 wurden folgende Projekte bearbeitet: Muttersprache, Arbeitslehre, Gesundheitserziehung, Fremdsprachunterricht, Mathematik und ein kantonales Anschlussprojekt SIPRI (Überprüfung der Situation der Primarschule). Im administrativen Bereich der Pädagogischen Arbeitsstelle angegliedert sind: die Koordinationsstelle Fremdsprachunterricht der Erziehungsdirektorenkonferenz-Ost, das wissenschaftliche Sekretariat Fremdsprachunterricht der Erziehungsdirektorenkonferenz Schweiz, das Funkkolleg Französisch und die Entwicklung eines Lehrmittels für Lehrmeisterkurse im Auftrag des BIGA.

Praxisnahe Forschung

Sämtliche Projektarbeiten, über die im Tätigkeitsbericht 1982/83 berichtet wird, stehen in engem Praxisbezug. Die Projektleiter sind nur teilweise für die Tätigkeit an der Pädagogischen Arbeitsstelle freigestellt, zum andern Teil sind sie an irgendeiner Schule tätig oder üben eine Tätigkeit aus, die in engem Kontakt mit der Schule steht. In jedem Projekt arbeiten zahlreiche aktive Lehrer der betreffenden Stufen intensiv mit. Die Zusammenarbeit mit den Pädagogischen Kommissionen aller Stufen ist sehr eng. Durch diese Massnahmen wird gewährleistet, dass notwendige Reformen in engem Kontakt mit der betroffenen Lehrerschaft durchgeführt werden können.

Muttersprache

Im Rahmen dieses umfangreichen Projektes wird dem Erstleseunterricht besondere Beachtung ge-

schenkt. Es werden Lehrmittel erprobt und die Probleme und Bedürfnisse bearbeitet, die im Bereich des Erstlesens und der Leseförderung in Sonderklassen bestehen. Auf der Grundlage der neu geschaffenen St. Galler Lehrpläne für die Primarschule wird ein Teilprojekt «Aufsatzunterricht – Texte schaffen» in Angriff genommen.

Fremdsprachunterricht

Die Erprobung des Lehrwerks «On y va» auf der Sekundarstufe in den Bezirken Rorschach, Unter- und Oberrheintal verläuft planmässig. Auch für die Mittelstufe liegen erprobte Lehrmittel vor. Der Französischunterricht an den Seminarien orientiert sich nun weitgehend an den Bedürfnissen der Kommunikationsfähigkeit und der allfälligen künftigen Praxis. Für Mittelstufenlehrer der Region Ostschweiz werden wertvolle Kurse zur Verbesserung der eigenen Sprachkompetenz angeboten. Die Vorverlegung des Fremdsprachunterrichts in die Primarschule wird in Zusammenarbeit mit der Koordinationsstelle der Erziehungsdirektorenkonferenz-Ost vorbereitet.

Gesamtschweizerische Beiträge

Viele Projektleiter der Pädagogischen Arbeitsstelle des Kantons St. Gallen arbeiten in interkantonalen Arbeitsgruppen mit und leisten damit einen Beitrag zur inneren Schulkoordination. Von St. Gallen aus wird auch das Funkkolleg Französisch geleitet, an dem sich 9000 Deutschschweizer beteiligen. Im Auftrag des BIGA wird ein Lehrmittel entwickelt, das für Lehrmeisterkurse begleitend sein soll.

Reformen?

Im Tätigkeitsbericht 1982/83 wird aufgezeigt, dass an der Pädagogischen Arbeitsstelle vielfältige Re-



RAPIDO 3 Modelle
für 4-6 Personen



5742 Kölliken AG
Industriering 1000
Telefon 064 43 67 45

holiday import Camping-Fachgeschäft



Besuchen Sie das einzigartige Spezialgeschäft mit der Musikabteilung im 1. Stock für

Schul- + Hausmusik

Sie finden bei uns eine grosse Auswahl **Blockflöten, Orff-Instrumente, Kantelen** und **Streichsaler** unter anderem sowie einschlägige **musikpädagogische** Literatur.

R. u. W. Jenni, Spielzeug + Musik

Theaterplatz 6, 3011 Bern, Telefon 031 22 11 96

Lic. phil., zweisprachig, mit Lehrausbildung und Erfahrung der öffentlichen Verwaltung übernimmt

Redaktions- und Übersetzungsaufträge

Sprachen: Deutsch, Französisch; Übersetzungen auch aus dem Italienischen und dem Englischen.

Anfragen unter Chiffre
G-05-306633, Publicitas, Bern

WIMPEL - ABZEICHEN

Wappenscheiben
Mützen T-Shirts Bierkrüge
Selbstkleber Startnummern
Alle Vereins-Fest-+Werbeartikel

RTZ-KUNST
GLÄSER
ABZEICHEN

NISS-FANNEN

EIG. GRAVUR
POKALE
BECHER

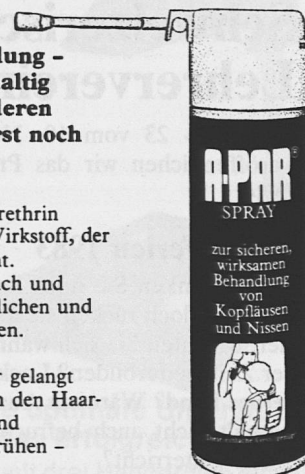
SIEGRIST 4900 Langenthal
Tel. 063 22 77 88

SCHÜLER-MEDAILLEN
SCHÜLER-EHRENPREISE
SCHÜLER-ERINNERUNGSPREISE

Kopfläuse?

...eine zunehmende Plage!

Ein neues Präparat -
einfach in der Anwendung -
wirkt rasch und nachhaltig
gegen Kopfläuse und deren
Nissen. Und schützt erst noch
vor Ansteckung!



A-PAR ist auf Basis von Pyrethrin hergestellt, einem aktiven Wirkstoff, der auch in der Natur vorkommt. A-PAR ist sehr gut verträglich und macht Schluss mit umständlichen und unangenehmen Behandlungen.

Dank dem Spezialzerstäuber gelangt A-PAR gezielt und sicher an den Haaransatz, wo sich die Läuse und Nissen verstecken. Kurz sprühen - das genügt!

A-PAR vernichtet Läuse und Nissen und schützt wirksam vor Ansteckung.

A-PAR[®]

SPRAY

In Apotheken und Drogerien.

Abonnements-Bestellschein

Ich abonniere die «Schweizerische Lehrerzeitung»

Ich bin Mitglied des SLV, Sektion _____

Ich bin nicht Mitglied des SLV

Name: _____ Vorname: _____

Strasse, Nr.: _____ PLZ, Ort: _____

Einsenden an:

Zeitschriftenverlag Stäfa, 8712 Stäfa

formarbeit geleistet wird. Diese darf aber niemals um ihrer selbst willen gemacht werden, sondern muss in enger Beziehung zur Basis – eine wertvolle Besonderheit der St. Gallen Arbeitsstelle – verantwortungsvoll im Hinblick auf die Schule und ihre Schüler ausgewählt werden.

BRD: Absentismus bei Lehrern?

22	Do	Je	FERIEN
23	Fr	Ve	"
24	Sa	Sa	"
25	So	Di	FERIEN ENDE
26	Mo	Lu	SCHULBEGINN krank!
27	Di	Ma	SCHULE
28	Mi	Me	"
29	Do	Je	"

Über Krankmeldungen unter den rund 70 000 Lehrern an den niedersächsischen Schulen will sich Kultusminister Georg-Berndt Oschatz (CDU) «durch eine repräsentative Erhebung» ein umfassendes und detailliertes Bild verschaffen. Besonders vor und nach Wochenenden und Schulferien, sagt man, fehlten Lehrer besonders oft. Dazu Oschatz: «Es ist endlich einmal an der Zeit, der Öffentlichkeit die genauen Tatsachen unüberlegter und unbewiesener Vorwürfe und Mutmassungen vorzurechnen. Es geht mir ausschliesslich darum, ein offensichtlich weitverbreitetes Vorurteil durch hieb- und stichfeste Beweise öffentlich widerlegen zu können.» (nach «E+W» 5/83)

Japan: Bildung ernst genommen

(ead) In Japan besuchen Kinder vom 6. bis zum 12. Lebensjahr die Grundschule. Dann wechseln sie bis 15 in die «untere Mittelschule», anschliessend bis 18 in die «obere Mittelschule». 94% der Japaner studieren bis 18. Die Lehrer entscheiden, in welche Schule ein Kind versetzt wird. Jedes möchte natürlich die Mittelschule in einem Eliteinstitut absolvieren. Wer es nicht schafft, hat mit 18 kaum die Chance, in eine der Spitzenuniversitäten von Tokio aufgenommen zu werden.

USA: Teenagerschwangerschaften

(ead) Etwa 1,2 Millionen Teenager werden jährlich in den Vereinigten Staaten schwanger. 75% von ihnen brauchen dann als Mütter während Jahrzehnten öffentliche Unterstützung. Das kostet den Staat jährlich 8,6 Milliarden Dollar. Rund 85% der jungen Mütter kehren nach der Geburt des Kindes nicht mehr in ihre Schule oder an ihren Ausbildungsplatz zurück.

«... und ausserdem»

(Welche) Grammatik für die Unterstufe?

Eine Arbeitsgruppe zur Koordination im Deutschunterricht befasst sich mit der Koordination zwischen den in den letzten Jahren geschaffenen Lehrmitteln und den noch zu entwickelnden Deutschlehrmitteln für die Sekundarschule und für die Mittelstufe; dazu sind die Neufassungen der Lehrpläne der Volksschule im Bereich Grammatik vorzubereiten und der Erziehungsbeschluss vom 16. Juni 1970 betreffend die grammatische Terminologie auf allen Stufen der Volksschule zu überprüfen.

Die Arbeitsgruppe sieht – auch für die Primarschule – lateinische Termini dort vor, wo die deutschen unzutreffend oder missverständlich sind.

Der Kantonalvorstand der Elementarlehrerkonferenz des Kantons Zürich unterstützt die Bestrebungen zur Einführung einheitlicher Bezeichnungen auf allen Stufen und ist der Meinung, dass die Erwähnung der drei lateinischen Bezeichnungen Nomen, Verb und Adjektiv bereits auf der Unterstufe berücksichtigt werden kann.*

Der Vorschlag für den Teilbereich Grammatik des Lehrplans sieht wie folgt aus:

Unterstufe / 1. bis 3. Klasse

Ein Gefühl für den Satz als klangliche und inhaltliche Einheit.

- Sätze kann man abgrenzen (Klangprobe).
- Sätze kann man umstellen (Verschiebeprobe).
- Mit Sätzen kann man erzählen, fragen und rufen.
- Sätze werden abgeschlossen durch Punkt, Fragezeichen und Ausrufezeichen; in Sätzen kommen Doppelpunkt und Komma vor.
- Sätze können in verbale Wortketten verwandelt werden (ohne den Begriff der verbalen Wortkette einzuführen).

Erste Einsicht in die Unterscheidung der drei grossen Wortarten *Verb*, *Nomen* (Namenwort) und *Adjektiv* (Wiewort), doch ohne

* ELK-Informationen, November 1982, Nr. 18

Definitions- und Zuordnungsübungen.

Ein Gefühl für den Ausdruck von Gegenwärtigem und Vergangem in der Sprache, ohne auf die grammatischen Zeiten besonders einzugehen.

Dazu die Meinung einer Kollegin:

Meine siebenundzwanzigjährige Lehrtätigkeit und Erfahrung an der Unterstufe verpflichten mich zu folgenden Bemerkungen über das obenstehende Thema:

1. *Als Elementarlehrer sind wir mitverantwortlich für die Elementarbildung unserer Unterstufenkinder.* Über sie sagt Pestalozzi: «Die Elementarbildung folgt dem Stufengang der Natur in der Entwicklung des Menschen.» Angesichts dieser pestalozzischen Forderung muss sich jeder echte Elementarlehrer ernsthaft fragen, ob es den natürlichen Sprachkräften und -bedürfnissen seiner sechs- bis neunjährigen Kinder wirklich entspreche, dass sie «Einsicht gewinnen in die drei Wortarten Verb, Nomen und Adjektiv».

Wenn wir Unterstufenlehrer in der Tat die lebendigen Kinder vor uns sehen mit ihren natürlichen Anliegen (und nicht einen Wust von Lehrmitteln und Arbeitsblättern, die die Druckmaschinen in Betrieb halten), müssen wir diese Lehrplanforderung entrüstet und entschieden von uns weisen.

2. Der Lehrplan von 1966 kennt noch das Wesen des Unterstufenkinds. *Kein Wort von Grammatik kommt darin vor! Schulung des Sprachgefühls! Freude an der Sprache! Lernen aus der Anschauung, aus dem Erlebnis!* «Das Leben bildet!» (Pestalozzi) Wenn wir mit unserem Unterricht darauf eingehen wollen, sind die Sprachstunden mit dem Lesen von guten Geschichten, mit Gedichten, Theaterspielen und mit einfachen orthographischen Übungen randvoll ausgefüllt.

Alex R. Furger
Fanny Hartmann

Vor 5000 Jahren...

So lebten unsere Vorfahren in der Jungsteinzeit
171 S., 55 Zeichn., 22 Farb-,
139 Schwarzweissbilder,
Ppbd. Fr. 34.–

Dazu vier dekorative Poster
«Jungsteinzeit» (je 50 ×
70 cm) in Rolle zusammen
Fr. 13.–



KANTON BASEL-LANDSCHAFT

Die Sekundarschule Oberdorf BL

sucht auf Beginn des Wintersemesters, 17. Oktober 1983, eine(n)

Sekundarlehrer(in)

phil. I (mit Französisch)

Teilpensum 22 Std., Anmeldefrist bis 24. September 1983.

Anfragen und Bewerbungen an:
Rektor R. Schad, Sekundarschule,
4436 Oberdorf, Telefon privat
061 97 90 63, Schule 061 97 06 84.

Schule Kloten

Auf Schulbeginn nach den Herbstferien (24. Oktober 1983) ist an unserem Sprachheildienst die Stelle einer

dipl. Logopädin

mit Teilzeitpensum von mind. 12 Stunden wöchentlich neu zu besetzen.

Für den grössten Teil der Stunden werden Sie an unserem Sprachheilkindergarten eingesetzt. Unser Sprachheildienst besteht aus einem gut harmonisierenden Team, das sich jetzt schon freut, Sie als neue Kollegin begrüssen zu können.

Die Besoldung entspricht der Primarlehrerbesoldung inkl. Sonderklassenzulage. Wenn Sie im Besitze des entsprechenden Diploms über Ihre SAL- oder HPS-Ausbildung sind, senden Sie bitte Ihre Bewerbung mit den üblichen Unterlagen an das Schulsekretariat, zuhanden der Sonderklassenkommission, Stadthaus, 8302 Kloten (Telefon 01 813 33 00).

Schulpflege Kloten

Schulpflege Arboldswil

Wir sind eine kleine, fortschrittliche Gemeinde im Hinterbaselbiet, mit modernem Schulhaus, und suchen auf Frühjahr 1984

Primarlehrer(in)

für unsere vierte und fünfte Klasse. Besoldung gemäss kantonalen Ansätzen. Auf Wunsch Dienstwohnung (EFH).

Weitere Auskunft erteilt gerne der Schulpflegepräsident, G. Springer, Telefon 061 95 10 59. Offerten an Schulpflege Arboldswil, 4411 Arboldswil BL.

Rudolf Steiner-Schule, St. Gallen

Auf Frühling 1984, evtl. auch früher, suchen wir

eine Lehrkraft

die **Fremdsprachen (Englisch, Französisch, Latein)** an unserer Unter- und Oberstufe unterrichtet.

Interessenten, die im Sinne der Menschenkunde von Rudolf Steiner unterrichten möchten, wenden sich mit näheren Angaben an: **Rudolf Steiner-Schule, Zwinglistrasse 25, 9000 St. Gallen, Telefon 071 22 60 18.**

BBC-Lehrlingsstiftung Hans Gygi

Die Lehrlingsstiftung Hans Gygi ermöglicht es finanziell ungenügend bemittelten jungen Leuten, eine Lehre in einem Werkstattberuf bei Brown Boveri aufzunehmen.

Die nach dem Willen des Erblassers – einem ehemaligen BBC-Lehrling und langjährigen Montagekontrolleur – gegründete gemeinnützige Stiftung hat ihren Sitz in Baden. Sie ist bei der BBC Aktiengesellschaft Brown, Boveri & Cie. domiziliert.

Ein Beitrag aus der Hans-Gygi-Stiftung ist an folgende Voraussetzungen gebunden:

1. Der Bewerber muss nachweisen können, dass er sich eine Berufslehre bei Brown Boveri ohne fremde Hilfe nicht oder dann nur unter erheblichen Verzicht leisten kann.
2. Der Bewerber muss sich mit einer Lehre in einem Werk von Brown Boveri oder einer Brown-Boveri-Konzerngesellschaft einverstanden erklären.
3. Der Bewerber muss zum Zeitpunkt der Bewerbung Schweizer sein oder glaubhaft darlegen können, dass er während der Lehrzeit Schweizer werden wird.

Interessenten, die diese Voraussetzungen erfüllen, wenden sich bitte an den

**Stiftungsrat der BBC-Lehrlingsstiftung
Hans Gygi
BBC Aktiengesellschaft
Brown, Boveri & Cie.
5401 Baden**

3. Grammatikalische *Begriffe* wie Nomen, Verb usw. können nicht anschaulich gemacht werden, und ihre Einführung und Übung ist daher für die Unterstufe als einseitig kopflastig unbedingt abzulehnen. (Nebenbei möchte ich noch fragen, wie man diese Dinge üben kann ohne Definitions- und Zuordnungsübungen?) Solche Forderungen gehören zu Lehrer Glüphis «*Lirilari-Wesen*» (Pestalozzi, Lienhard und Gertrud). Glüphi: «Das Lirilariwesen jedenfalls, das man in so vielen Schulen treibt, will ich nicht dulden. Ich meine damit alles, was den Kindern so eine Art gibt, mit dem Maul ein Weites und Breites über Dinge zu machen, hinter denen für sie nichts steckt und sie nicht verstehen, mit denen man ihnen aber das Gedächtnis dermassen anfüllt, dass das rechte Alltagshirn, d. h. der für das Leben notwendige Verstand dadurch zugrunde geht.»

4. Die Übung grammatikalischer Begriffe gehört in eine *spätere, vorwiegend verstandesmässig geprägte, natürliche Entwicklungsphase des Kindes*. Sie wird aber auch da nur erfolgreich sein, wenn in der Unterstufe durch die Erfüllung des jetzt geltenden Lehrplans der Grundstein zu einem sicheren Sprachgefühl gelegt wurde.

5. Die neuen Lehrplanvorschläge sehen Klang- und Verschiebeprobieren vor, um das Vorhandensein eines Satzes nachzuprüfen oder zu beweisen. Unsere Kinder aber wollen Dinge erzählen, die sie *bewegen*, und dazu müssen wir sie befähigen! *Sie können, wollen und sollen ihre Sprache nicht intellektualisiert, von Gefühl und Inhalt getrennt, auf Distanz betrachten.*

6. Den Kindern der Unterstufe kann man bescheidenste grammatikalische Kenntnisse aufzwingen, gewiss. *Aber nicht alles – scheinbar – Machbare ist erlaubt.*

7. Es ist besorgniserregend, wie tief der Graben zwischen den berechtigten, oft formulierten *Forderungen der Pädagogik* nach ganzheitlicher Erziehung, nach Selbstentfaltung und der wirklich *ausgeübten Praxis* ist. Diese Praxis, die uns obligatorische Lehrmittel schafft, die immer anmassender und einseitiger den Intellekt ansprechen (und wäre es nur schon durch ihren unangemessenen Umfang). Diese Praxis bringt uns eine der seelischen Dimension beraubte Sprache, die entwertet und

nicht mehr wahrhaftig ist. Sie ist mit dem Leben nicht im Einklang.

8. *Was heisst es, ein Lehrmittel ist obligatorisch?* An sehr kompetenten Stellen habe ich mich erkundigt. Es bedeutet: Das Lehrmittel muss von der Schulgemeinde angeschafft werden, wenn eine Lehrperson damit arbeiten *will*. Das Wort «obligatorisch» wird aber so angewendet, dass wir Lehrer meinen, wir *müssen* damit arbeiten.

Wir müssen den Lehrplan erfüllen, nicht aber ein Lehrmittel durcharbeiten. Martha Kübler, Freudwil

Hinweise

Wettbewerb

«Schweizer Jugend forscht»

Einem Lehrer (einer Lehrerin) danken jeweils die meisten Teilnehmer(innen) den entscheidenden Anstoss zum Mitmachen. Jetzt ist der Hinweis auf den nächsten Wettbewerb fällig: Am 20. September ist Anmeldeschluss. Die Arbeiten können jedoch bis zum 25. Oktober eingereicht werden. Auch Schularbeiten (Einzel- oder Gemeinschaftsarbeiten) können beim SJF-Wettbewerb Anerkennung finden, sofern eigenständiges Forschen/Experimentieren der Schüler im Vordergrund steht.

Auskunft und Wettbewerbsunterlagen erhalten Sie bei Schweizer Jugend forscht, Technoramastrasse 1, 8404 Winterthur, Telefon 052 27 44 40.

TV-HINWEISE

Serie Staatsbürgerkunde

1. Das Parlament

Einblick in die Arbeitsweise/Tätigkeit von National- und Ständeräten. *Erstausstrahlung: Do, 1.9.83, 17.15*
Schülerausstrahlungen: Dienstag, 6.9., 8.45; Freitag, 9.9., 9.15; Dienstag, 13.9., 10.30 Uhr.

Grundtvig –

Volkserzieher Dänemarks

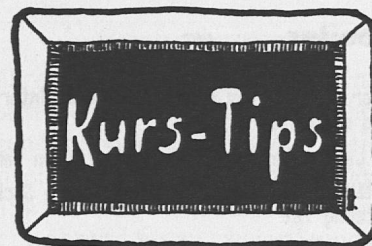
Radio DRS 2, Sonntag, 11. September, 08.30 Uhr

Geschichte der Frauenbewegung in der Schweiz

Serie «Spurensicherung», Radio DRS 2, jeweils 14.05 Uhr (Rubrik Familie und Gesellschaft), 6 Sendungen zur Geschichte der Frauenbewegung. Sendedaten: 8., 16., 29. September, 6., 14. und 27. Oktober 1983.

Der Mensch und die Maschine

Ausstellung im Technorama, Winterthur, bis 25. September 1983 (täglich 10 bis 17 Uhr, Dienstag 10 bis 21 Uhr). Fotos von H.R. Bra-maz, UNESCO-Preisträger, Industrie- und Werbefotograf.



Was fehlt uns heute?

Unter diesem Titel führt die *Stiftung Lucerna* vom 10. bis 14. Oktober dieses Jahres in der Aula der Kantonsschule am Alpenquai Luzern ihren 57. Ferienkurs durch. Gegenstand der Referate und Aussprachen sind die grossen Mängel unseres gegenwärtigen Lebens, unter denen wir mehr oder weniger stark, mehr oder weniger bewusst leiden: was uns fehlt in der Beziehung zur Sinnfrage, zu uns selbst, zu unserem Körper, zur Vergangenheit, zu Gesellschaft und Staat. Der Kurs steht allen Interessierten offen. *Anmeldung und Auskunft* bei Dr. Rudolf Meyer, Hofwil, 3053 Münchenbuchsee (Telefon 031 86 01 35).

Forum für Musik und Bewegung in Lenk

Oktoberkurse 9. bis 15. Okt. 1983
Leitung: Joseph Röösl
Kursprogramm und Anmeldung beim Verkehrsbüro, 3775 Lenk (Telefon 030 3 15 95).

Wachsen durch Entdecken, Erleben und Lernen in Gruppen

Selbsterfahrungsgruppe
(max. 7 Männer, 7 Frauen)
3. bis 7 Oktober 1983 (Beginn 10 Uhr, Schluss 16 Uhr) im Bildungshaus Mattle, Morschach SZ.
Anmeldung: Thérèse und Max Feigenwinter, Wölbrüti, 7320 Sargans

Alternative Religiosität

Seminar der UNESCO-Kommission über die neuen religiösen Bewegungen unter Jugendlichen, Montreux, 10. bis 12. November 1983. Detailprogramme und Anmeldung beim Sekretariat der UNESCO-Kommission, Eigerstrasse 71, 3003 Bern. Anmeldeschluss: 19. September 1983

Welcher / welche

Sekundarlehrer/ -in phil.nat.

möchte gerne sein Unterrichtpensum reduzieren und in der verbleibenden Zeit (mind. 2 Tage pro Woche) seine Erfahrung anderweitig in den Dienst der Schule stellen?

Wir suchen einen

Mitarbeiter, der

- ▶ bei der Planung von praxisbezogenen Unterrichts-
räumen mithilft
- ▶ gerne Lehrer beim Kauf von Lehrmitteln beraten möchte
- ▶ speditiv Aufgaben bearbeitet, für die Sachwissen Vor-
aussetzung ist
- ▶ Freude an Elektronik und Informatik hat.

Interessiert Sie diese abwechslungsreiche Tätigkeit, so setzen Sie sich mit uns in Verbindung (Kurt Jungi verlangen).

KILAR AG 
CH-3144 GASEL 031 8418 84

Lehrmittel und Ausrüstungen für den Unterricht

Schulgemeinde Münchwilen

Wir suchen auf Beginn des Wintersemesters 1983/84 (oder auf einen zu vereinbarenden späteren Termin) einen

Reallehrer

weil aus unserem Dreierteam ein Lehrer an die Landwirtschaftliche Schule Arenenberg gewählt wurde.

Interessenten, die sich näher über unsere Schulverhältnisse und unsere neuzeitlichen Schulanlagen informieren möchten, erhalten Auskunft bei Reallehrer Peter Züllig, Isenbühl, 9543 St. Margarethen TG (Telefon 073 26 40 20).

Bewerbungen mit den üblichen Unterlagen sind zu richten an Schulpräsident Rudolf Forrer, Sonnenhal-
denstrasse 5, 9542 Münchwilen (Telefon 073 26 28 15).

Oberstufenschulpflege Bülach

Wir suchen auf Beginn des Wintersemesters 1983/84, d.h. 24. Oktober 1983, eine

Hauswirtschaftslehrerin (volles Pensum)

Die bisherige Stelleninhaberin tritt aus familiären Gründen aus dem Schuldienst zurück.

Ein kollegiales Lehrerteam, aufgeschlossene Behörden und eine gut und modern eingerichtete Schulküche bieten Gewähr für ein angenehmes Arbeitsklima.

Weitere Auskünfte erteilt Ihnen gerne die Präsidentin der Frauenkommission, Frau Ursula Gassmann, Telefon 01 860 29 72.

Interessentinnen richten ihre Bewerbung bitte an die Oberstufenschulpflege Bülach, Hans-Haller-Gasse 9, 8180 Bülach.

Die Oberstufenschulpflege

Albert Müller Verlag Rüschlikon

Wir suchen

Verlagsredaktor oder Verlagsredaktorin

Aufgaben: Überarbeitung von Sachbuch-Manuskripten im Hinblick auf Stil, Systematik, inhaltliche Konsequenz. Auswahl von Bildmaterial. Titelgebung. Verfassen von Klappen- und Katalogtexten.

Anforderungen: Breite Allgemeinbildung, tadellose Beherrschung des Deutschen, ausgezeichnetes Verständnis des Englischen und des Französischen. Beweglichkeit, Ausdauer, wenn möglich Berufs- oder Branchenerfahrung.

Vorteile: Abwechslungsreiche, sehr selbständige Arbeit. Kleines, gut harmonisierendes Team. Schöne Lage im Grünen, 8 km von Zürich entfernt.

Wir erbitten die üblichen Bewerbungsunterlagen und Handschriftprobe an Albert Müller Verlag AG, Dr. B. Recher oder Frau Dr. Jacober, Postfach, 8803 Rüschlikon.

Lehrerzeitung

erscheint alle 14 Tage
128. Jahrgang

Herausgeber: Schweizerischer Lehrerverein
Sekretariat: Ringstrasse 54, Postfach 189, 8057 Zürich, Telefon 01 311 83 03 (01 312 11 38, Reisedienst)
Zentralpräsident:
Rudolf Widmer, Wissegg, 9043 Trogen

Redaktion:
Chefredaktor: Dr. Leonhard Jost, 5024 Küttigen, Telefon 064 37 23 06
Heinrich Marti, 8750 Glarus, Telefon 058 61 56 49
Christian Jaberg, Postfach, 3032 Hinterkappelen, zuständig für Einsendungen aus dem deutschsprachigen Teil des Kantons Bern
Hans Rudolf Egli, Seminarlehrer, Breitenstrasse 13, 3074 Muri BE, Telefon 031 52 16 14, Redaktion der «Schulpraxis»-Nummern (ohne «SLZ»-Teil)

Ständige Mitarbeiter:
Gertrud Meyer-Huber, Lausen
Hermenegild Heuberger, Hergiswil bei Willisau
Dr. Gertrud Hofer-Werner, Bern
Rosmarie Kull-Schlappner, Ascona
Brigitte Schnyder, Ebmatingen
Die veröffentlichten Artikel brauchen nicht mit der Auffassung des Zentralvorstandes des Schweizerischen Lehrervereins oder der Meinung der Redaktion übereinzustimmen.

Präsident Redaktionskommission: Dr. K. Schätti, Säntisstrasse, 8200 Schaffhausen

Beilagen der «SLZ»:

Berner Schulblatt
(alle 14 Tage, nur «Berner Auflagen»)
Redaktion: Christian Jaberg, 3032 Hinterkappelen

Stoff und Weg (13mal jährlich)
Unterrichtspraktische Beiträge
Redaktion: Heinrich Marti, 8750 Glarus

Bildung und Wirtschaft (6mal jährlich)
Redaktion: J. Trachsel, Verein «Jugend und Wirtschaft», Dolderstrasse 38, Postfach, 8032 Zürich

Buchbesprechungen (8mal jährlich)
Redaktion: E. Ritter, Pädagogische Dokumentationsstelle, Rebgrasse 1, 4058 Basel

Berner Schulpraxis (6mal jährlich)
Redaktion: H. R. Egli, Breitenstr. 13, 3074 Muri

Zeichnen und Gestalten (4mal jährlich)
Redaktoren: Heinz Hersberger (Basel), Dr. Kuno Stöckli (Zürich), Peter Jeker (Solothurn). – Zuschriften an H. Hersberger, 4497 Rünenberg

Das Jugendbuch (6- bis 8mal jährlich)
Redaktor: W. Gadiant,
Gartenstrasse 5b, 6331 Oberhünenberg

Pestalozzianum (2- bis 4mal jährlich)
Redaktorin: Rosmarie von Meiss,
Beckenhofstrasse 31, 8035 Zürich

SKAUM-Information (3mal jährlich)
Beilage der Schweizerischen Kommission für audiovisuelle Unterrichtsmittel und Medienpädagogik.
Redaktion:

Dr. C. Doelker, c/o Pestalozzianum, 8035 Zürich

Neues vom SJW (4mal jährlich)
Schweizerisches Jugendchriftenwerk
Seefeldstrasse 8, 8008 Zürich

echo (3mal jährlich)
Mitteilungsblatt des Weltverbandes der Lehrerorganisationen (WCOTP)

Inserate und Abonnemente:
Zeitschriftenverlag Stäfa, 8712 Stäfa,
Telefon 01 928 11 01, Postscheckkonto 80-148
Verlagsleitung: Tony Holenstein

Annahmeschluss für Inserate: Freitag,
13 Tage vor Erscheinen

Inserateteil ohne redaktionelle Kontrolle und Verantwortung.

Abonnementspreise (inkl. Porto):

Mitglieder	Schweiz	Ausland
jährlich	Fr. 41.–	Fr. 59.–
halbjährlich	Fr. 23.–	Fr. 34.–

Nichtmitglieder	Schweiz	Ausland
jährlich	Fr. 53.–	Fr. 71.–
halbjährlich	Fr. 30.–	Fr. 41.–

Einzelpreis Fr. 3.– + Porto

Abonnementsbestellungen und Adressänderungen sind (ausgenommen aus dem Kanton Bern) wie folgt zu adressieren: «SLZ», Postfach 56, 8712 Stäfa.

Interessenten und Abonnenten aus dem Kanton Bern melden sich bitte ausschliesslich beim Sekretariat BLV, Brunngrasse 16, 3011 Bern, Telefon 031 22 34 16

Druck: Buchdruckerei Stäfa AG

Schweizerische Lehrerkrankenkasse:
Hotzstrasse 53, 8042 Zürich, Telefon 01 363 03 70

Vorsicht bei während

So unscheinbar das Wörtchen «während» ist, bedarf es doch einer eingehenden Betrachtung. Denn sicher haben auch Sie sich schon geärgert über Sätze wie die folgenden: Während an die dreier Stunden musste der Verkehr umgeleitet werden; während dem Ersten Weltkrieg lebte er in Zürich; während nicht weniger als eines vollen Jahres besuchte er den Kurs; während bis zu zweier Stunden floss das Öl ungehindert aus; er war während an die zweier Wochen abwesend; während weit über vierer Jahre (auch das ist schon dagewesen!).

Vorsicht bei «während» ist deshalb am Platz, weil das Wörtchen als *Präposition* wohl grundsätzlich den *Genitiv verlangt* (während des Krieges, während des Marktes). Der *Dativ* ist in *mundartlich* gefärbten Texten (während dem Schiessen, während dem Hauptverlesen – das heisst, wenn der Genitiv zu gespreizt wirken müsste) und dann zulässig, wenn zwischen die Präposition und das von ihr abhängige Hauptwort ein anderes Substantiv mit starkem Genitiv tritt: «Während unseres Lehrers vierstündigem Vortrag schliefen einige Schüler ein»; ebenfalls Mehrzahl-Substantive ohne Artikel stehen nach «während» im Dativ: während Jahren, während Unterbrüchen.

Sonst aber muss man stets vor Augen halten, dass «während» die *Gleichzeitigkeit zweier Ereignisse oder den Zeitraum bezeichnet, in dem etwas geschieht*. Denn «während» kommt vom Verb «währen» = dauern. Noch im 18. Jahrhundert sagte man «während der Ernte» – so wie wir heute noch sagen «glänzender Stimmung» oder «klagen des (jetzt -den) Herzens». Daraus geht eindeutig hervor, dass es sich um ein *Mittelwort der Gegenwart* handelt, *das stets und ausschliesslich auf die Frage antwortet: «Wann?»* Nämlich als der Krieg währte, als das Herz klagte. Richtig ist somit: Er stand (wann?) während des Gewitters unter dem Vordach, er rauchte (wann?) während des Konzerts. Unrichtig sind während-Sätze, die auf die Frage «Wie lange?» antworten. Auf die Frage «Wie lange?» folgte entweder der einfache Akkusativ («Er arbeitete zwei Wochen an seinem Aufsatz»), oder man verbindet den Akkusativ mit dem Wörtchen «lang» («Die Strasse war drei Tage lang gesperrt», was auch alle Zusätze wie «an die», «nicht weniger als», «bis zu», «weit über» erlaubt). Eine weitere Möglichkeit bietet das Wort «hindurch»: «Er schief die ganze Zeit hindurch».

Nicht Genitiv oder Dativ? ist also die entscheidende Frage, sondern die Frage «Wann oder wie lange?» «Während», richtig angewendet, verlangt die Gleichzeitigkeit zweier Ereignisse. «Während» setzt Begebenheiten oder Geschehnisse voraus, die «währen», und nicht bloss ein Zeitmass!

Es ist dieses Erfordernis der Gleichzeitigkeit, dessen Fehlen auch manchen Satz mit «während» als *Bindewort* verunglückt oder gar komisch erscheinen lässt: «Während Paul seiner Leidenschaft für das Hackbrett frönte, gab sich seine jüngere Schwester dem Kunstgesang hin.»

David

Fragen zur Sprachecke und zu Sprachproblemen an Dr. Hans U. Rentsch, Theaterstrasse 32, 8400 Winterthur.

FREIE EVANGELISCHE

SCHULE

ZÜRICH I

In unserem Lehrzimmer ist noch ein Platz frei für unsere(n) neue(n) Kollegin (Kollegen), die (der) die Hauptverantwortung für eine Klasse des **Zehnten Schuljahres für Realschüler** übernimmt. Deshalb suchen wir auf das Schuljahr 1984/85 eine(n) fachlich ausgewiesene(n)

Oberstufenlehrer(in)

der (die) Freude hat am Aufbau einer neuen Schulstufe, am Ausprobieren eigener Ideen, an der Verantwortung für Jugendliche und an der Zusammenarbeit mit den anderen Lehrern; und der (die) offen und bereit ist, sich aus einer christlichen Grundhaltung heraus mit Fragen des Menschseins in unserer Welt auseinanderzusetzen.

Anforderungen: Sekundar- oder Reallehrer mit zürcherischem Patent oder gleichwertiger Ausbildung, einige Jahre Praxis.

Weitere Auskünfte erteilt Ihnen gerne der Rektor der Freien Evangelischen Schule Zürich 1.

Ihre Bewerbung mit den üblichen Unterlagen wollen Sie bitte richten an Pfr. P. Scheuermeier, Rektor der Freien Evangelischen Schule Zürich 1, Waldmannstrasse 9, 8001 Zürich, Telefon 01 251 51 91.

Internationaler Schüleraustausch?

«Youth for Understanding», Teil einer weltweit tätigen Schüleraustauschorganisation, sucht eine(n)

Geschäftsführer(in) (national director)

Voraussetzungen für diese anspruchsvolle Stelle (etwa 15 bis 20 Stunden pro Woche) sind: Fähigkeit zur Leitung der schweizerischen Organisation, Motivierung eines grösseren Stabes freiwilliger Mitarbeiter, Freude am Umgang mit Schülern, Teamgeist sowie mündliche und schriftliche Beherrschung der englischen Sprache. Einarbeitung sobald wie möglich. Bewerber im Alter zwischen 27 und 40 Jahren aus dem Kanton Bern werden bevorzugt.

Bewerbungen mit den vollständigen Unterlagen sind zu richten an: RA Franz Szolansky, Vorstandspräsident «Youth for Understanding, Schweiz», Dufourstrasse 116, 8008 Zürich.

Über 20 Jahre
Erfahrung
im Planen
und Bauen



Büros in:
4922 Bützberg
4410 Liestal
9500 Wil

Orientieren Sie sich über unser reichhaltiges Angebot. Verlangen Sie Unterlagen.

Idealbau
Bützberg AG
4922 Bützberg
063 43 22 22

idealbau

Stiftung Zürcher Sprachheilschule Unterägeri

Auf Beginn des Jahres 1984 ist in unserer Heimschule folgende Lehrstelle neu zu besetzen:

1 Lehrer(in) an die Unterstufe

In unseren Kleinklassen unterrichten wir 8 bis 12 normalbegabte, lern- und verhaltensbehinderte Kinder.

Wir erwarten eine tragfähige Lehrerpersönlichkeit mit Unterrichtserfahrung. Zudem ist eine sonderpädagogische Zusatzausbildung erwünscht. Bei Eignung könnte eine entsprechende Ausbildung berufs begleitend am HPS Zürich nachgeholt werden.

Die Anstellungsbedingungen entsprechen im wesentlichen denjenigen des Kantons Zürich.

Auskünfte erteilt gerne die Direktorin: Frau Heidi Nussbaumer, Telefon 042 72 10 64.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung, die Sie bitte mit den üblichen Unterlagen richten an die Direktion der Stiftung Zürcher Sprachheilschule, Höhenweg 80, 6314 Unterägeri.

Oberstufengemeinde Kreuzlingen

Auf Herbst 1983 (oder eventuell später) suchen wir einen

Reallehrer

Eine fehlende Reallehrerausbildung könnte noch absolviert werden.

Der Arbeitsplatz befindet sich im modernen Egelsee-Schulhaus mit Sporthalle und Hallenschwimmbad.

Nähere Auskunft erteilt:
Hannes Bollinger, Schulvorstand
(Telefon privat 072 72 59 75).

Bewerbungen sind zu richten an:
Oberstufengemeinde Kreuzlingen,
z. Hd. von Herrn Theo Beeli,
Schulpräsident, Hauptstrasse 53,
8280 Kreuzlingen.

Kaufmännische Berufsschule Aarau

Auf Beginn des Schuljahres 1984/85 (April 1984) sind an unserer Schule folgende Lehrstellen zu besetzen:

An der Abteilung **Kaufmännische Lehre:**

3 Stellen für Sprachfächer

Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch, jeweils für zwei oder drei Sprachen, verschiedene Kombinationen möglich (Gymnasiallehrer oder Bezirkslehrer mit Unterrichtserfahrung)

1 Stelle für Handelsfächer

(diplomierter Handelslehrer oder gleichwertiger Ausweis, Unterrichtserfahrung)

1 Stelle für Schreibfächer

Maschinenschreiben und Stenografie (Inhaber des Lehrdiploms für Maschinenschreiben und wenn möglich Stenografie, Unterrichtserfahrung)

An der Abteilung für **Verkaufspersonal:**

1 Stelle für allgemeinbildende Fächer

(Gewerbelehrer, Berufsschullehrer, Sekundarlehrer)

Anmeldungen sind bis 30. September 1983 dem Rektorat der Kaufmännischen Berufsschule Aarau, Pestalozzischulhaus, Bahnhofstrasse 46, 5001 Aarau, einzureichen, wo auch Auskünfte über die Stellen eingeholt werden können (Tel. 064 22 16 36).

Rektorat



Schule Dietikon

Für den Logopädischen Dienst der Schule Dietikon suchen wir für Eintritt per sofort oder nach Vereinbarung

tüchtige Logopädin oder Logopäden

zur Behandlung von Kindern mit Sprachstörungen und mit Lese-Rechtschreib-Schwäche.

Es handelt sich um Einzel- und Gruppentherapie.

Pensum: ½ Stelle (14 Wochenstunden) oder mehr.

Wir bieten Ihnen:

- angenehme Zusammenarbeit
- Besoldung gemäss den kantonalen Ansätzen für Sonderklassenlehrer
- Anrechnung der auswärtigen Dienstjahre

Wir freuen uns, wenn Sie an der Übernahme einer solchen Stelle interessiert sind.

Weitere Auskunft erteilt gerne der Chef des Logopäd. Dienstes, Hr. Pierre Berger (Tel. G 495 46 38), oder das Schulsekretariat (740 81 74).

Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen richten Sie bitte an folgende Adresse: Schulsekretariat, Postfach, 8953 Dietikon 1.

Freies Gymnasium in Zürich

Auf Beginn des Schuljahres 1984/85 sind an unserer Schule die folgenden Hauptlehrerstellen zu besetzen:

1 Lehrstelle für Deutsch und Geschichte

1 Lehrstelle für Französisch

Das Freie Gymnasium ist eine evangelische Mittelschule mit staatlich anerkanntem Maturitätszeugnis und führt die folgenden Abteilungen:

- Literargymnasium (Typus A)
- Realgymnasium (Typus B)
- Mathematisch-Naturwissenschaftliches Gymnasium (Typus C)
- sowie eine Sekundarschule und zwei Vorbereitungsklassen

Bewerber, die sich über ein abgeschlossenes Hochschulstudium, das Diplom für das höhere Lehramt und Lehrerfahrung ausweisen können, richten ihre Anmeldung bis 30. September 1983 an das Rektorat des Freien Gymnasiums, Arbenzstrasse 19, 8008 Zürich (Telefon 01 251 37 33).

Schulen Bezirk Einsiedeln Rektorat

Wegen Pensionierung ist auf Frühjahr 1984 (30. April) eine Stelle neu zu besetzen:

Hilfsschullehrer(in) (Unterstufe)

Interessenten mit HPS-Abschluss oder gleichwertiger Ausbildung, gegebenenfalls mit Unterrichtserfahrung an dieser Stufe, erhalten den Vorzug.

Auskünfte erteilen:

Frau Ursula Dubs, Schulrätin,
Telefon 055 53 17 95 und/oder
Rektorat 055 53 26 00

Bewerbungen an:

Rektorat, Schulen Bezirk Einsiedeln,
Postfach 225, 8840 Einsiedeln

Engadin

Gemütliche, komfortable

Gruppenunterkunft

für 10 bis 30 Personen. Selbstverpflegung.

Fam. Rudigier, 7522 La Punt-Chamues-ch
Telefon 082 7 18 09

Adelboden

Zu vermieten modern eingerichtetes

FERIENHEIM

für maximal 62 Personen.

Für Skilager, Gruppen, Vereine oder Weekend.
Frei ab 10.1. bis 29.1.1984, 18.2. bis 4.3. 1984 und
ab 18.3.1984.

Anfragen: Telefon 033 73 22 92, Frau Burn



**Die gute
Schweizer
Blockflöte**

**Ein Kleininserat
in der SLZ
verschafft Ihnen
Kontakte!**

Aareschlucht bei Meiringen

Berner Oberland

**Einzigartiges Naturwunder
Lohnendes Ausflugsziel**

Zu vermieten

im Sommer- und Winterkurort

Samnaun, Graubünden, Ferienlager

mit Elektro-Einbauküche. Platz für 30 bis 50 Betten, gut isolierter Elementbau mit Zentralheizung und fliessendem Wasser. Geeignet für Ferienkolonien, Firmenferienlager oder Skiclubs.

Anfragen an: Telefon 081 24 42 44 (Bürozeit)

Selva GR (Sedrun)

Günstig für Ferien oder Klassenlager, etwas abseits, neu modernisierte und gut eingerichtete Häuser zu je 32 und 60 Betten. Selbstverpflegung. Preis je nach Saison.

Verein Vacanza, M. L. Degen, Hirtenhofring 20, 6005 Luzern,
Telefon 041 44 88 59

Sind Sie Mitglied des SLV?

Ferienzentrum 2043 Malvilliers
Tel. 038
36 16 20



Neuenburger Jura

Ferienzentrum für Seminare, Ferienkolonien, Skilager usw. 100 Plätze. Mit Bäumen bepflanzter Park. Ganzes Jahr offen. Vollpension ab Fr. 22.- (20% Reduktion Aussersaison). Dokumentation auf Verlangen.

Historisches Museum Murten

Sammlungen zur Stadtgeschichte und zur Geschichte des Murtengebietes. Tonbildschau über die Burgunderkriege. Sonderausstellung vom 7. Mai bis 18. September: «Armin COLOMBI, Retrospektive». Öffnungszeiten: täglich, mit Ausnahme von Montag, von 10 bis 12 Uhr und 13.30 bis 18 Uhr. Gesellschaften und Schulen ausserdem auf Voranmeldung. Telefon 037 71 31 00

Sportliche Lehrerin, 33, blickt ab Frühling 1984 über den Schulzimmerand hinaus und liebäugelt mit Neuseeland und Umgebung. Hast Du, aufgestellter

Reisepartner

Zeit und Lust, mit mir Reisepläne zu schmieden und für einige Monate das Bündel zu packen? Melde Dich doch unter Chiffre 2863 an die Schweiz. Lehrerzeitung, 8712 Stäfa

Pension «Berg- sonne» Eggerberg

an der Lötschberg-Südrampe. Viele kleinere und grössere Wander- und Ausflugsmöglichkeiten. Unterkunft in Massenlager für Schulreisen besonders geeignet.

Fam. Pfammatter Berchtold,
Telefon 028 46 12 73

Gemeindeschulpflege Volketswil

Wir suchen auf Herbst 1983 oder nach Vereinbarung

1 Logopädin (oder Logopäden)

für mindestens Halbamt oder mehr Stunden.

Interessentinnen oder Interessenten wollen sich bitte direkt bei Frau Jordi, Weiherhof 15, 8604 Volketswil, Telefon 945 10 56, oder beim Schulsekretariat Volketswil, Telefon 945 60 95, melden.

Schule Opfikon-Glattbrugg

An unserer Schule ist auf den Beginn des Wintersemesters 1983 (24. Oktober 1983)

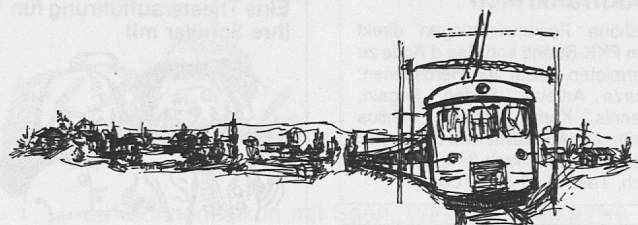
1 vollamtliche Lehrstelle für Mädchen-Handarbeit für die Oberstufe

neu zu besetzen.

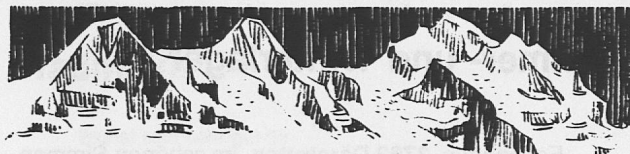
Die Gemeindeforderungen entsprechen den gesetzlichen Höchstansätzen; auswärtige Dienstjahre werden angerechnet.

Interessentinnen laden wir freundlich ein, die Bewerbung an die Präsidentin der Frauenkommission, Frau Gertrud Keller, Wallisellerstrasse 149, 8152 Opfikon, zu richten. Sie erteilt Ihnen unter Telefon 01 810 71 23 auch gerne nähere Auskünfte.

Die Schulpflege



Schulreisen · Klassenlager · Exkursionen



Jungfrau-Region

Das einmalige Ausflugs- und Wanderparadies! Ganze Schulklassen finden in unseren Massenlagern bequem Unterkunft.

BAHNHOFBUFFET KLEINE SCHEIDEGG (2061 m)

Telefon 036 55 11 51 – 70 Schlafstellen

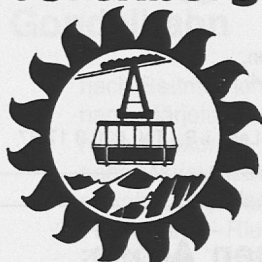
Unterkunft/Frühstück Fr. 16.– Halbpension Zuschlag Fr. 14.–

HOTEL EIGERGLETSCHER (2320 m)

Telefon 036 55 22 21 – 50 Schlafstellen

Unterkunft/Frühstück Fr. 18.– Halbpension Zuschlag Fr. 14.–

Sörenberg Ihr Ausflugs-Hit Brienzer Rothorn ein Begriff



Brienzer Rothorn

Ein einzigartiges Erlebnis! 2350 m ü. M., höchster Gipfel im Kanton Luzern.

- Herrliche Rundschau über die Alpen und das ganze Mittelland
- Einmaliges Wandergebiet (Höhenweg Rothorn bis Lungern-Schönbühl)
- Günstige Verpflegung und ermäßigte Billette für Schulen und Familien

2350 m ü. M., Sommer und Winter
Zentralschweiz Suisse centrale Central Switzerland

Luftseilbahn Sörenberg – Brienzer Rothorn, Telefon 041 78 16 80

Heinzenberg–Sonnenberg Bergrestaurant Solaria 7431 Tschappina

Familienhotel für Weekend und Ferien, 60 Betten. Speziell für Clubs, Vereine und Schulen. In lawinensicherem Alpengebiet mit 3 Skiliften, 20 km präparierte Pisten, mitten im Strahlergebiet Piz Beverin. Geführte Touren, günstige Preise.

Wintersaison 1983/84 noch Termine frei.

Familie Hess, Telefon 081 81 39 75

FLUMSER BERG



Das ideale Wandergebiet ob dem Walensee

Mit der Luftseilbahn ab Unterterzen in 15 Minuten in die Flumserberge.

- Ausgangspunkt herrlicher und gefahrloser Wanderungen
- Schöne Alpenflora und -fauna
- Talstation liegt direkt an der Hauptstrasse und neben der SBB-Station
- Spezialarrangements für Schulen, Vereine und Gesellschaften

Luftseilbahn Unterterzen–Tannenbodenalp AG
8882 Unterterzen, Telefon 085 4 13 71

Valbella/Lenzerheide

In unseren neuzeitlich umgebauten Touristenunterkünften haben wir Sommer/Herbst/Winter für Ferienlager/Schulwochen/Schulreisen noch verschiedene Termine frei. Gerne unterbreiten wir Ihnen Offerten und Prospekte. Skilagerwochen noch frei: 8. bis 14. Januar 1984, 17. Februar bis 3. April 1984.

Berghotel Tischa Sartons, 7077 Valbella, Tel. 081 34 11 93

Landschulwochen, Seminare: Noch einzelne Wochen frei in diesem Herbst. **Skilageraufenthalte** (Winter 1984): Sei es nun in Graubünden, Wallis, Innenschweiz oder sonstwo. Rund **20 Gruppenferienhäuser** stehen zur Auswahl. Zögern Sie nicht länger und verlangen Sie kostenlose, detaillierte Unterlagen direkt bei Ihrem Gastgeber:



Dufour-Ferienheimzentrale
Postfach, 4020 Basel
Telefon 061 42 66 40

Ski- und Ferienhaus Pension Rösliwies, Wildhaus



80 Betten, das ideale Haus für Schullager, Kurse, Vereine usw. Bestens eingerichtet und nur 200 m zu den Skiliften Gamsrugg. Gute Küche, günstige Preise.

Es sind noch Daten frei: 8. bis 23. Januar 1984 und ab 25. Februar 1984.

Auskunft erteilt Fam. Näf, Junkerstrasse 28, 9500 Wil, Telefon 073 22 12 24

Braunwald

autofreier Sommer- und Winterkurort.
Jugendherberge – geeignet für **Landschulwochen, Wanderlager, Skilager, Schulreisen und Familienferien.** Interessante Termine frei.

Auskunft: Tel. 058 84 13 56

Ferienhaus Scalotta Marmorera bei Bivio GR

Das Haus für Sommer- und Winterlager, Schulwochen, bis 120 Plätze, Halb- oder Vollpension.

A. Hochstrasser, 5703 Seon, Telefon 064 55 15 58 oder H.P. Keller, 7451 Marmorera, Telefon 081 75 15 52 oder 75 12 44.

Ferien- und Gruppenhaus City

28 bis 32 Plätze in 13 komfortablen Zimmern. 1 Speisesaal, 1 Aufenthaltsraum. Nähe Skilift und Langlaufloipe und Luftseilbahnen, vielseitige Wanderwege. **Auskunft:** Walter Andenmatten, 3901 Saas Grund, Telefon 028 57 29 71.

Sommer- und Winterlager

Ferienhaus, **3763 Därstetten**, im schönen Simmental, 750 m ü. M., herrliches Wandergebiet.

110 Plätze, mit elektrischer Küche, schöne Aufenthaltsräume, Duschen.

Anfragen an **Gemeindeschreiberei**
3763 Därstetten, Telefon 033 83 11 73

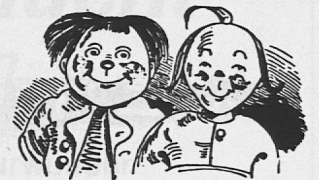
Südfrankreich

Schöne Ferienwohnungen direkt am FKK-Strand von Cap d'Agde zu vermieten. Ideal für Herbstferien: Kurze Anreise, Surfen, Segeln, Tennis, Kurse, Fitness, nahtlos Bräunen. **Auskunft und Prospekt:** Sun Club, Postfach 276, 8056 Zürich, Telefon 01 57 40 00

Sedrun, 1500 m ü. M.

Ferienlager Spinatscha noch frei bis 2. Januar 1984 und ab 10. März 1984. Platz für etwa 48 Personen. Wir nehmen auch kleinere Gruppen auf. Heimelig eingerichtet. Mässige Preise. Geeignet für Schulen, Klassenlager oder Gruppen. Anfragen an: Raimund Venzin, 7188 Sedrun, Telefon 086 9 11 31, nachmittags und abends.

Eine Theateraufführung für Ihre Schüler mit



MAX UND MORITZ

Kindermusical nach Wilhelm Busch
Wir gastieren in der ganzen Schweiz
Auskunft: Tournée-Theater Born Zürich, Postfach 360, 8051 Zürich, Telefon 01 40 44 87

Ski- und Ferienlager in Saas Almagell Wallis, 1672 m über Meer

Gut eingerichtetes Haus mit 30 Betten, mit fliessend Kalt- und Warmwasser. Alles Zweier- und Dreierzimmer. Günstige Verpflegung mit Vollpension. Noch freie Termine Januar/Februar 1984.

Familie Peter-Marie Zurbriggen, Ferienhaus Bergblüemli
3905 Saas Almagell, Telefon 028 57 25 15

Metsch-Lenk, Hahnenmoosgebiet Skihaus

für 25 bis 30 Schüler zu vermieten.
Frei vom 13. bis 18. Februar 1984.

Auskunft erteilt:
Emil Hählen, Chalet Oertli, 3775 Lenk i. S., Tel. 030 3 17 87

Ski- und Ferienhaus «STAR», Flumserberge

für Selbstversorger, 25 Personen. Pauschalpreis: Winter/Sommer Fr. 200.-/150.- je Tag und Kurtaxe.

Auskunft: R. Reutlinger,
Telefon 01 44 30 04

Für Klassenlager und Ausflüge

Berggasthaus
Piz Scalottas
Lenzerheide-Valbella
Telefon 081 34 18 22

Skilager im sportlichen Arosa Winter 1983/84

Wir haben noch freie Plätze in der Zeit vom 14. Januar bis Mitte April 1984. Es stehen für 54 Personen Schlafplätze zur Verfügung.

Halbpension: Erwachsene Fr. 34.- pro Tag
Kinder bis 12 Jahre Fr. 28.- pro Tag

Anfragen:
Carlo Marazzi AG, Baugeschäft, 7050 Arosa, Telefon 081 31 13 77

Niederrickenbach – Haldigrat (NW)

Ideal für Klassenlager, Schulverlegungen und Skilager

Anfragen:
Hotel Engel, 6385 Niederrickenbach (1160 m ü. M.)
Tel. 041 65 13 66
Panorama-Berghaus Haldigrat, 6385 Niederrickenbach
(2000 m ü. M.) Tel. 041 61 27 60 / 61 44 62

Pour vos séminaires, classes vertes et blanches

Centre du Louverain

alt. 1000 m, Jura neuchâtelois
Prix modérés. Pension complète.
Possibilité de cuisine indépendante.

Ski de fond. Promenades

Le Louverain, 2206 Les Geneveys-sur-Coffrane
tél. 038 57 16 66



JZK

Jugendzentrum Kandersteg

Mit vier Häusern und 17,5 ha Gelände zählt das JZK zu den grössten jugendtouristischen Betrieben der Schweiz. Verlangen Sie weitere Auskünfte über Telefon 033 75 11 39.

Studienfahrten durch Holland auf Jugendhotelschiffen und traditionellen Segelschiffen

Angenehme Unterkunft und interessante Preise für Gruppen ab 15 Personen. In 6 bis 7 Tagen erleben Sie auf Hollands Kanälen die Städte: Amsterdam-Haarlem-Leiden-Den Haag-Delft-Rotterdam-Gouda. (Preis ab DM 128,50 p.P.) oder 5 Tage IJsselmeer und Wattenmeer (Preis ab DM 120,- p.P.), Verpflegung DM 15,- p.P./p.T., Selbstversorgung möglich. Besichtigung der Schiffe nach Vereinbarung.
Auskünfte und Prospekt: Channel Cruises Holland, Oudlandsdijk 8, 1141 PH Monnickendam/Holland. Ruf-Durchwahl: 0031-2931.60228 oder 2932.60228 oder 2933.60228.

Sind Sie Mitglied des SLV?

Halbe Holzklammerli

für Bastelarbeiten geeignet, sorgfältig geprüft, kein Ausschuss, liefert
Surental AG, 6234 Triengen
Telefon 045 74 12 24



Lager:
Zimmer mit 2, 3, 4
und 8 Betten.
Etagendusche, Etagen-WC.
Ideal für Ihre Schulreise
ins Aletschgebiet.



Frutigen

Geeignetes Haus für Ski- und Schullager. Nähe Sportzentrum, Schwimmbad und Hallenbad.
36 Betten, gut eingerichtete Küche und grosser Aufenthaltsraum.

Anfragen an:
TVN Hausverwaltung, J. Rieder, Laubeggstrasse 68, 3006 Bern
Telefon 031 44 02 81 P, 44 25 81 G

Ferienlager Glaretsch

Klassenlager oder Schulreisen. Monat September 1983 noch frei. 50 Plätze, komplett ausgerüstet.

Gion Candinas, 7181 Segnes,
Telefon 086 7 51 37





1950 m ü. M.

auf Sonnenbalkon mit Seen, Wäldern, Wanderwegen im Tourenzentrum des Aletschgebietes nach Aletschwald und Eggishorn.

2,3 km lange, technisch bestausgerüstete

Gondelbahn

ab Bettmeralp (1980 m) nach Bettmerhorn (2700 m) mit grandiosem Alpen- und Gletscherpanorama. Bergrestaurant mit Rundblick.

Wanderungen ab Bergstation Gondelbahn

nach Bettmerhorngipfel 30 Minuten
 nach Märjelensee 2 Stunden
 nach Konkordia 5 Stunden
 nach Märjelensee und zurück über Kühboden–Bettmeralp 5 Stunden; nach Bettmergrat–Aletschwald–Riederfurka–Rieder- und Bettmeralp 4 Stunden.
 Zufahrt ab Talstation Betten FO mit Grossluftseilbahn nach Bettmeralp in 8 Minuten.

Weitere Auskunft:

Direktion LBB, 3981 Betten, Tel. 028 27 12 81

Verkehrsbüro, 3981 Bettmeralp, Tel. 028 27 12 91

Wir haben unser Heim renoviert und umgebaut!

Pfadiheim

Eignet sich sehr gut für

Schul-Intensivwochen

Ruhige Lage. Zufahrt möglich über den Fussweg ab Bahnhof in fünf Minuten erreichbar. Bietet 42 Personen Schlafplätze. Tageskurse, Platz für 70–80 Personen, alle nötigen Einrichtungen sind vorhanden, interessante Umgebung.

Verlangen Sie den Prospekt und die Preisliste bei:

Frau Marlies Stadelmann, Haselwart 1, 6210 Sursee, Telefon 045 21 20 88

Rheinschiffahrten

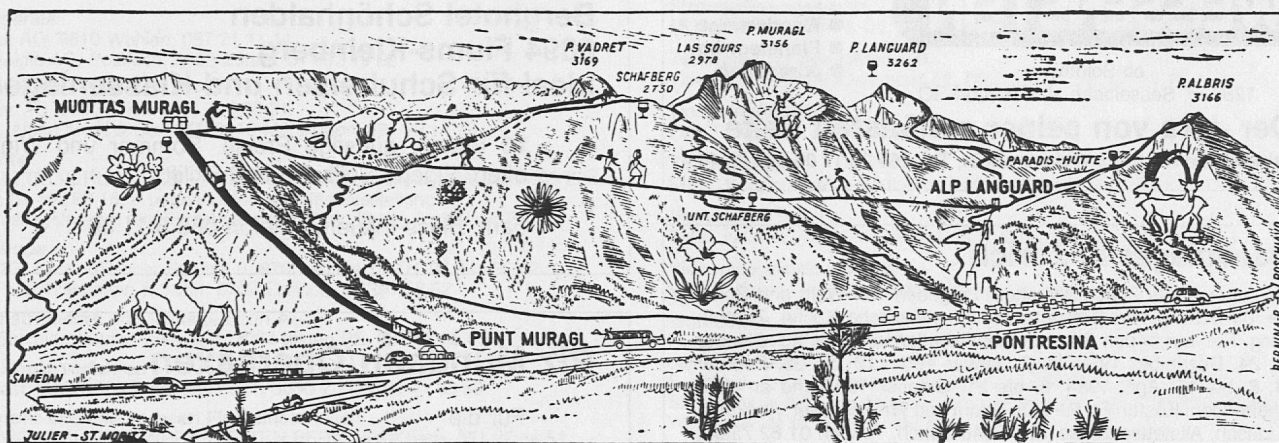
zwischen

Rheinfall und Rekingen



Fahrten mit Schiffen oder Weidlingen; wählen Sie! Telefonieren Sie uns.

Frigerio's Rheinschiffahrten, 8427 Freienstein, Telefon 01 865 12 12



- | | | |
|------------------|------------------|------------------|
| 1 Punt Muragl | 7 Unt. Schafberg | 12 Paradies |
| 2 Muottas Muragl | 8 Piz Muragl | 13 Röntgenweg |
| 3 nach Samedan | 9 Piz Languard | 14 Pontresina |
| 4 zum Muraglsee | 10 Alp Languard | 15 Talweg |
| 5 Hochweg | 11 Piz Albris | 16 zum Schafberg |
| 6 Segantinihütte | | |

2 Bergbahnen im Engadinergebiet der Höhenwanderungen

Muottas Muragl – Segantinihütte

(letzte Wirkungsstätte des grossen Meisters)

Alp Languard

sind Begriffe für lehrreiche und genussvolle Schulausflüge!

Reisevorschläge unterbreitet bereitwilligst Tel. 082 3 39 42.

Eine Fahrt mit der **Muottas-Muragl-Bahn** ist unvergleichlich schön!

Muottas Muragl, 2456 m ü. M., liegt im Zentrum des Oberengadins. Eine leistungsfähige Standseilbahn überwindet in 15 Minuten den Höhenunterschied von 714 m zwischen Talsohle des Engadins und diesem weltbekannten Aussichtspunkt. Im Berghotel **Muottas Kulm** wird jedermann gut und preiswert bewirtet.

Reduzierte Taxen für Schulen und Gesellschaften auf der Drahtseilbahn!

Auskunft erteilt bereitwilligst die Betriebsleitung der Muottas-Muragl-Bahn in Punt Muragl.

Neu: Preisgünstige Übernachtungsmöglichkeiten für 50 Personen.



MONTE LEMA 1624 m ü.M. Malcantone/Tessin

einer der schönsten Aussichtspunkte der Südschweiz

Der Monte Lema ist der Ausgangspunkt für genussreiche und vielseitige Bergwanderungen (300 km). Grosser Beliebtheit erfreut sich der vierstündige Marsch, genannt Höhenweg, vom Monte Lema zum Monte Tamaro oder nach Indemini (Gambarogno). Grossartige Panoramarundschau über die farbenfrohen Dörfer des Malcantone, über den Luganer- und Langensee sowie über die lombardische Ebene. Die Talstation in Miglieglia ist leicht erreichbar mit den direkten Postautokursen ab Lugano und ab FLP Bahnhof Magliaso. Übernachtungsmöglichkeiten. Ununterbrochener Fahrbetrieb 08.30 bis 17.30 Uhr.

Fahrpreis:	einfach	retour
Gruppe	6.—	10.—
Schüler bis 16 Jahre	4.—	5.—

Auskunft und Prospekte:
Verkehrsverein Malcantone/Caslano, Tel. 091 71 29 86

WEISSENSTEIN

ob Solothurn
1280 m, Sesselbahn ab Oberdorf SO

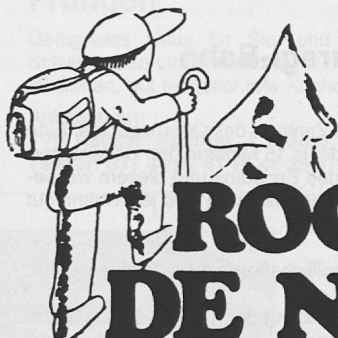
- Wanderwege
- Planetenweg
- Juragarten

Der Jura von seiner schönsten Seite

Bergbahn und Kurhaus Weissenstein, Tel. 065 22 17 06 / 22 20 48

Klassenlager in Zürich

CVJM-Jugendhaus Zürich-Altstetten, umgeben von Wald und Spielwiese, 38 Schlafplätze (Matratzenlager), elektrische Küche, Zentralheizung. Frei nur in den Stadtzürcher Schulferien: 8. bis 23. Oktober 1983; 24. Dezember 1983 bis 2. Januar 1984; 18. bis 26. Februar 1984; 8. bis 15. April 1984; 6. bis 21. Oktober 1984 und an allen Wochenenden. Kosten Fr. 5.— plus Strom und Warmwasser. Auskunft: Max Lätsch, Altstetterstrasse 126, 8048 Zürich, Telefon 01 62 75 68.



Wandergebiet
über dem
Genfersee

ROCHERS DE NAYE 2045 m

Prospekte und
Informationen: **Publizitäts- und Reisedienst MOB**
1820 Montreux

wie wäre es mit einer Schulreise in den weltbekannten Basler Zoo? Einzigartiges Vivarium mit Fischen und Reptilien. Prachtige Freianlagen in schöner Parklandschaft. Modernes Affenhaus mit Grossfamilien bei Gorilla, Schimpansen und Orang Utan. Neuer Kinderzoo. Restaurants. Auskunft: (061) 54 00 00.

ZOO BASEL

immer im Grünen



Leukerbad

Touristenlager
Bergfreude
Skilager
Schulreisen
Landschulwochen

in gut eingerichtetem Haus. Günstige Übernachtungsmöglichkeit für Schulreisen. Herrliches Ski-, Wander- und Badegebiet.

Frau B. Fugnanesi-Loretan, Pavillon,
Telefon 027 61 17 61 privat, 61 14 80 Touristenlager

Berghotel Schönalden 8894 Flums-Kleinberg Ideal für Schulreisen und Klassenlager

90 Betten, günstige Preise. Sommer und Winter offen. Eigene Seilbahn und Skilift.

Fam. Bless-Inauen, Telefon 085 3 11 96

Piz Mundaun/Obersaxen

Für die

Wintersaison 1983/84

sind noch folgende Termine frei:

Restaurant Talstation Valata (42 Plätze)
31. Dezember 1983 bis 14. Januar 1984; 22. bis 28. Januar 1984; 26. Februar bis 3. März 1984; 11. bis 24. März 1984

Gasthaus Bündnerrigi (80 Plätze)
8. bis 21. Januar 1984

Sporthotel Chesa Mundaun (140 Plätze)
9. bis 16. Januar 1984; 12. bis 20. Februar 1984; und ab 10. März 1984

Für weitere Auskünfte:
BERGBAHNEN PIZ MUNDAUN AG
7131 Surcuolm, Telefon 086 3 13 44

Lehrerzeitung

Bezugsquellen für Schulbedarf und Lehrmittel Produkteverzeichnis

Ausrüstungen für alle Sportarten

Sporthaus Och, Bahnhofstrasse 56, 8001 Zürich, 01 211 65 50

Bibliothekkartendrucker

Orimia AG, Bernerstrasse Nord 182, 8064 Zürich, 01 64 12 20

Bücher für den Unterricht und die Hand des Lehrers

PAUL HAUPT BERN, Falkenplatz 14, 3001 Bern, 031 23 24 25,
LEHRMITTELVERLAG DES KANTONS ZÜRICH, Räfelfstrasse 32, 8045 Zürich,
Telefon 01 462 98 15, - permanente Lehrmittelausstellung!
SABE-Verlagsinstitut, Gotthardstrasse 52, 8002 Zürich, 01 202 44 77

Dia-Aufbewahrung

Journal 24, Dr. Ch. Stampfli, Walchstrasse 21, 3073 Gümligen BE, 031 52 19 10

Diamantinstrumente und Vorlagen für Zeichnen auf Glas

GLAS+DIAMANT, Schützengasse 24 (HB), 8001 Zürich, 01 211 25 69

Dia-Service

Kurt Freund, DIARA Dia-Service, 8056 Zürich, 01 311 20 85

Farbpapiere

INDICOLOR W. Bollmann Söhne AG, Postfach, 8031 Zürich, 01 42 55 90

Handarbeits-, Strick- und Klöppelgarne

Zürcher & Co., Handwebgarne, 3349 Zauggenried, 031 96 75 04

Handfertigkeitshölzer auf Mass zugeschnitten

Furnier- und Sägewerke LANZ AG, 4938 Rohrbach, 063 56 24 24

Handgeschöpfte Papiere aus Japan und Indien

Erich Müller & Co., 8030 Zürich, 01 53 82 80

Handwebgarne und Handwebstühle

Rüegg Handwebgarne AG, Tödistrasse 52, 8039 Zürich, 01 201 32 50

Zürcher & Co., Handwebgarne, 3349 Zauggenried, 031 96 75 04

Kassettengeräte und Kassettenkopierer

WOLLENSAK 3M, APCO AG, Schörl-Hus, 8600 Dübendorf ZH, 01 821 20 22

Keramikbedarf - Töpfereibedarf

Albert Islikker & Co. AG, Ringstrasse 72, 8050 Zürich, 01 312 31 60

Keramikbrennöfen

Tony Güller, NABER-Schulbrennöfen und Töpfereibedarf, 6644 Orselina
KIAG, Keramisches Institut AG, Economy-Schulbrennöfen und Töpferei-Bedarf,
3510 Konolfingen, 031 99 24 24

Klebstoffe

Briner & Co., Inh. K. Weber, HERON-Leime, 9000 St. Gallen, 071 22 81 86

Kopiergeräte

Cellpack AG, 5610 Wohlen, 057 21 11 11

René Faigle AG, Postfach, 8023 Zürich, 01 302 19 22

Laboreinrichtungen

Hunziker AG, 8800 Thalwil, 01 720 56 21

MUCO, Albert Murri & Co., AG, 3110 Münsingen, 031 92 14 12

Lehrmittel

LEHRMITTELVERLAG DES KANTONS ZÜRICH, Räfelfstrasse 32, 8045 Zürich,
Telefon 01 462 98 15, - permanente Lehrmittelausstellung!
SABE-Verlagsinstitut, Gotthardstrasse 52, 8002 Zürich, 01 202 44 77

Mikroskope

Nikon AG, Kaspar-Fenner-Strasse 6, 8700 Küsnacht ZH, 01 910 92 62

OLYMPUS, Weidmann & Sohn, 8702 Zollikon, 01 391 52 62

Musikinstrumente und -Anlagen von A-Z

Ruedi Schmid, Vertrieb, Eyweg 3, 3063 Ittigen BE, 031 58 35 45

Offset-Kopierverfahren

Ernst Jost AG, Wallisellenstrasse 301, 8050 Zürich, 01 41 88 80

Peddigrohr und alle anderen Flechtmaterialien

VEREINIGTE BLINDENWERKSTÄTTEN BERN, 3012 Bern, 031 23 34 51

Physikalische Demonstrations- und Schülerübungsgeräte

LEYBOLD HERAEUS AG, Zähringerstrasse 40, 3000 Bern, 031 24 13 31

METALLARBEITERSCHULE, 8400 Winterthur, 052 84 55 42

Steinegger & Co., Postfach 555, 8201 Schaffhausen, 053 5 58 90

Projektionstische

Aecherli AG, Tössstrasse 4, 8623 Wetzikon, 01 930 39 88

Theo Beeli AG, Postfach, 8029 Zürich, 01 53 42 42

Hunziker AG, 8800 Thalwil, 01 720 56 21

Projektionssysteme

Weyel AG, 4133 Pratteln, 061 81 81 54

Projektionswände

Theo Beeli AG, Postfach, 8029 Zürich, 01 53 42 42

Hunziker AG, 8800 Thalwil, 01 720 56 21

Projektions- und Apparatewagen

FUREX AG, Normbauteile, Bahnhofstrasse 29, 8320 Fehraltorf, 01 954 22 22

Projektoren und Zubehör

H = Hellraum, TF = Tonfilm, D = Dia, TB = Tonband, TV = Television,

EPI = Episkope

Bauer Film- und Videogeräte, Robert Bosch AG, 8021 Zürich, 01 277 63 06 (TF)

Ormig Schulgeräte, 5630 Muri AG, 057 44 36 58, Schweizer Produkt

Schul- und Saalmobiliar

Zesar AG, Postfach 25, 2501 Biel, 032 25 25 94

Schultheater

Max Eberhard AG, Bühnenbau, 8872 Weesen, 058 43 13 87

Eichenberger Electric AG, Zollikerstrasse 141, Zürich, 01 55 11 88, Bühnen-

einrichtungen, Verkauf/Vermietung von Theater- und Effektbeleuchtung

Schulwerkstätten

V. Bollmann AG, 6010 Kriens, 041 45 20 19

Lachappelle Werkzeugfabrik, Abt. Werkstätten, 6010 Kriens, 041 45 23 23

Hans Wettstein, Holzwerkzeugfabrik, 8272 Ermatingen, 072 64 14 63

Selbstklebefolien

HAWE Hugentobler+Vogel, Mezenerweg 9, 3000 Bern 22, 031 42 04 43

Spielplatzgeräte

Erwin Rüegg, 8165 Oberweningen ZH, 01 856 06 04

Hinnen Spielplatzgeräte AG, 6055 Alpnach-Dorf, 041 96 21 21

Miesch Geräte für Spiel und Sport, 9545 Wängli, 054 9 54 67

Sprachlehranlagen

CIR, Bundesgasse 16, 3000 Bern, 031 22 91 11 (TELEDIDACT 800)

REVOX ELA AG, Althardstrasse 146, 8105 Regensdorf, 01 840 26 71

TANDBERG, APCO AG, Schörl-Hus, 8600 Dübendorf ZH, 01 821 20 22

Stromlieferungsgeräte

MUCO, Albert Murri & Co. AG, 3110 Münsingen, 031 92 14 12

Television für den Unterricht

Visesta AG, Binzmühlestrasse 56, 8050 Zürich, 01 302 70 33

Tischtennistische

Ping Pong Lutz, 3097 Liebfeld, 031 53 33 01

Töpfereibedarf

KIAG, Keramisches Institut AG, 3510 Konolfingen, 031 99 24 24

Umdrucker

Ernst Jost AG, Wallisellenstrasse 301, 8050 Zürich, 01 41 88 80

Videoanlagen für die Schule

VITEC, Video-Technik, Probsteistrasse 135, 8051 Zürich, 01 40 15 55

Wandtafeln

Hunziker AG, 8800 Thalwil, 01 720 56 21

Jestor Wandtafeln, 5705 Hallwil AG, 064 54 28 81

E. Knobel, Chamerstrasse 115, 6300 Zug, 042 21 22 38

Schwertfeger AG, Wandtafelbau + Schreinerei, Güterstr. 8, 3008 Bern, 031 26 16 56

Weyel AG, 4133 Pratteln, 061 81 81 54

Webrahmen

ARM AG, 3507 Biglen, 031 90 07 11

Werkraumeinrichtungen und Werkmaterialien

OPO, Oeschger AG, Steinackerstrasse 68, 8302 Kloten, 01 814 06 66

Handelsfirmen für Schulmaterial

Aecherli AG, Alte Gasse 12+14, 8604 Volketswil, 01 945 46 87

Umdrucker, Thermo- und Nasskopiergeräte, Arbeitsprojektoren, Projektionstische, Leinwände, Zubehör für die oben erwähnten Geräte. Diverses Schulmaterial.

Erich Müller & Co., 8030 Zürich, 01 53 82 80

Handgeschöpfte Papiere aus Japan und Indien für Kunst, Druck, Batik, Tuschartikel, Schreib- und Zeichengeräte, Bastelmesser.

OFREX AG, 8152 Glattbrugg, 01 810 58 11

Allgemeines Schulmaterial, Spezialitäten, Zubehör für die nachgenannten Geräte: Hellraumprojektoren, Thermo- u. a. -Kopiergeräte, Umdrucker, Dia, Episkope, Projektionstische, Leinwände, Schneide- und Bindemaschinen.

Optische und techn. Lehrmittel, W. Künzler, 5108 Oberflachs, 056 43 27 43

Hellraumprojektoren, Episkope, Dia-Projektoren, Mikroskope, Fotokopierapparate, Zubehör (Elektrostatisch- und Normalpapier). In **Generalvertretung**: Leinwände, Umdrucker, AV-Speziallampen, Torsen und Skelette.

Racher & Co. AG, 8025 Zürich 1, 01 47 92 11

Farben, Mal- und Zeichenbedarf, Hellraumprojektoren und Zubehör, Zeichentische und -maschinen.

Eric Rahmqvist AG, Grindelstrasse 11, 8303 Bassersdorf, 01 836 82 20/21

Spezialartikel für Thermo-, Hellraum-, und Kopiergeräte sowie Projektorenstifte, Schulleim, Büromaterial etc.

Praktische Anregungen für den lebenskundlichen Unterricht. . .

. . . beispielsweise zu folgenden Situationen:

- wenn Schüler keine Initiative entwickeln
- wenn Schüler keine Verantwortung übernehmen wollen
- wenn einzelne Schüler ihre Meinung der ganzen Klasse aufzwingen
- wenn Schüler andere in starre Rollen und Klischees pressen
- wenn sich Schüler dem Lehrer und seinem Unterricht verweigern
- wenn ein Lehrer eine Klasse neu übernimmt
- wenn Schüler grob werden
- wenn eine Schulklasse in kleine Untergruppen auseinanderfällt
- wenn . . .

Solche und viele andere Unterrichtsprobleme liegen oft **unter der Oberfläche** unseres Schulalltags. Sie (und der Umgang mit ihnen!) beeinflussen wesentlich Leben und Arbeiten in der Schule. Davon muss «Lebenskunde» ausgehen!

Unter der Oberfläche ist ein als flexibles Handbuch gestaltetes Nachschlagewerk. Es enthält viele praktisch erprobte Unterrichtsvorschläge für das Fach Lebenskunde und Anregungen für die Bewältigung von Problemsituationen im Schulalltag.

Unter der Oberfläche entstand in Zusammenarbeit mit einer stufenübergreifenden interkantonalen Lehrergruppe. Das Werk ist auf die Lehrpläne vieler Deutschschweizer Kantone abgestimmt.

Die zahlreichen Themen, Aufgaben, Übungen, Spiele, Lesetexte und Abbildungen sind in vier grosse Kapitel gegliedert: ● Einander kennen und verstehen ● Miteinander sprechen und arbeiten ● Konfliktsituationen bewältigen ● Gemeinschaft pflegen.

Zum Lehrerhandbuch ist ein **Schülerheft** erschienen, welches die Arbeitsmaterialien enthält.

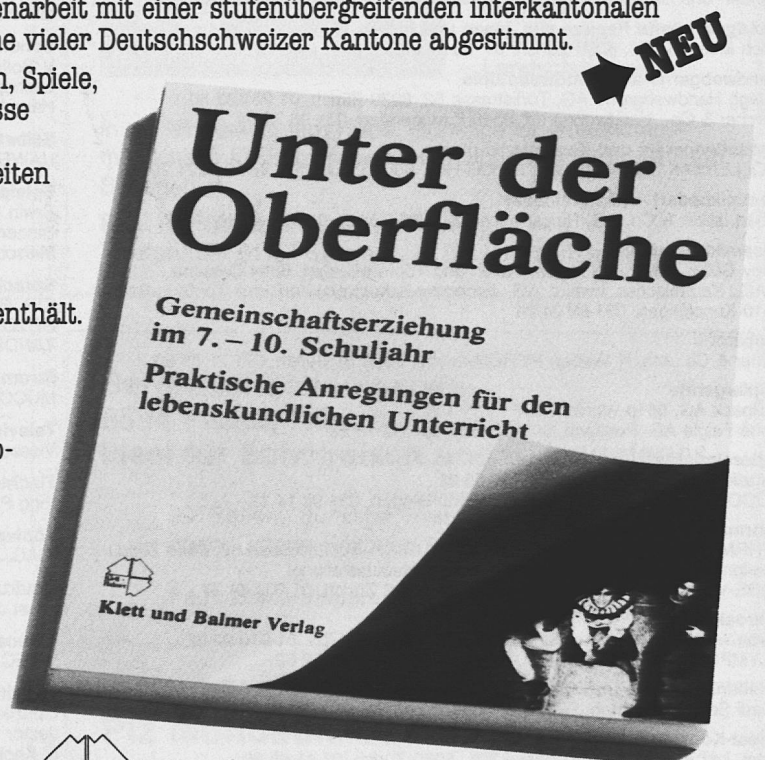
Unter der Oberfläche Bearbeitet von Karl Hurschler und Albert Odermatt
Mit einem Vorwort von Max Feigenwinter
160 Seiten, Format 21 x 25 cm, über 200 Abbildungen, ISBN 3-264-80080-2, Fr. 33.50

Schülerheft broschiert, 64 Seiten,
Format 21 x 25 cm, illustriert,
ISBN 3-264-80081-0, Fr. 7.- (Ab 16 Ex. 6.-)



Wir führen für das neue Lehrmittel Orientierungsveranstaltungen durch.

Bitte informieren Sie sich für Orte und Daten beim Verlag.



Klett + Balmer

Klett + Balmer & Co. Verlag, Chamerstrasse 12a, Postfach 347, 6301 Zug, Tel. 042 21 41 31



Bestellung

Bitte ausschneiden und an Ihre Buchhandlung schicken!

Ich bestelle aus dem Klett + Balmer & Co. Verlag, Zug:

_____ Ex. Unter der Oberfläche, Lehrerhandbuch, ISBN 3-264-80080-2, Fr. 33.50

_____ Ex. Unter der Oberfläche, Schülerheft, ISBN 3-264-80081-0, Fr. 7.- (Ab 16 Ex. Fr. 6.-)

Name:

Vorname:

Adresse:

Unterschrift:

Ort, Datum:

Schulpraxis

31. August 1983

Zeitschrift des Bernischen Lehrervereins · Beilage zur Schweizerischen Lehrerzeitung Nr. 18



Unsere Stimme

ihre Funktion und Pflege

Schulpraxis / Schweizerische Lehrerzeitung — Nr. 18

Zeitschrift des Bernischen Lehrervereins
Beilage zur Schweizerischen Lehrerzeitung

31. August 1983

Redaktion des «Schulpraxis»-Teils: H. R. Egli, Breichtenstrasse 13, 3074 Muri BE
Druck und Spedition: Eicher & Co., 3001 Bern

Heinrich von Bergen:

Unsere Stimme

ihre Funktion und Pflege

Einleitung	89
Das Stimmorgan als Ganzes	90
Haltung	91
Lockerungs- und Haltungsübungen	94
Allgemeines zur Atmung	101
Die Atmung beim Sprechen und Singen	102
Atemübungen	103
Tonerzeugung	109
Tonhöhe, Lautstärke, Register	112
Resonanz	114
Stimmübungen	119
Stimmbildung mit Kindern	123
Entwicklung der Stimme, Mutation, Stimmgattungen, Alter	127
Stimmstörungen	129
Gesunderhaltung der Stimme	131
Stimmumfänge von Kindern	Umschlagseite 3
Literaturverzeichnis	Umschlagseite 3

Titelbild: Seminaristinnen singen ein Terzett in der Kirche von Romainmôtier.

Adresse des Autors: Heinrich von Bergen, Burgerweg 42, 3360 Herzogenbuchsee

Liste der lieferbaren Hefte der «Schulpraxis» (Auswahl)

Nr.	Monat	Jahr	Titel
3	März	72	Die Landschulwoche in Littewil
4/5	April/Mai	72	Das Projekt in der Schule
6/7	Juni/Juli	72	Grundbegriffe der Elementarphysik
8/9	Aug./Sept.	72	Aus dem Seelenwurzgart
10/11/12	Okt.–Dez.	72	Vom Fach Singen zum Fach Musik
1	Januar	73	Deutschunterricht
2/3	Febr./März	73	Bücher für die Fachbibliothek des Lehrers
4/5	April/Mai	73	Neue Mathematik auf der Unterstufe
6	Juni	73	Freiwilliger Schulsport
7/8	Juli/Aug.	73	Zur Siedlungs- und Sozialgeschichte der Schweiz in römischer Zeit
9/10	Sept./Okt.	73	Hilfen zum Lesen handschriftlicher Quellen
11/12	Nov./Dez.	73	Weihnachten 1973 – Weihnachtsspiele
1	Januar	74	Gedanken zur Schulreform
2	Februar	74	Sprachschulung an Sachthemen
3/4	März/April	74	Pflanzen-Erzählungen. Artenkenntnis einheimischer Pflanzen
5	Mai	74	Zum Lesebuch 4 des Staatlichen Lehrmittelverlags Bern
6	Juni	74	Aufgaben zur elementaren Mathematik

Zu diesem Heft

Nach dem neuen Lehrplan für die Primar- und Sekundarschulen des Kantons Bern gehört zu den 16 Arbeitsbereichen im Fach Singen/Musik: Stimmpflege, Atem- und Sprechschulung. Das hier vorliegende Heft vermittelt die Grundlagen, den Lehrplan-Auftrag zu erfüllen. Lehrerinnen und Lehrer erhalten alle nötigen Hilfen, die Stimmen ihrer Schüler fach- und stufengerecht zu pflegen, aber auch ihre eigene zweckdienlich und schonend zu brauchen. Die Stimme – eines der wichtigsten Werkzeuge des Lehrers.

Wenn sich von einem «Schulpraxis»-Heft mit vollem Recht behaupten lässt, es sei aus der Praxis für die Praxis entstanden, dann von Heinrich von Bergens «Unsere Stimme». Die Arbeit ist unverkennbar aus eigenem Musizieren und Unterrichten herausgewachsen. Tauchten Schwierigkeiten auf, dann orientierte sich der Praktiker an der Theorie. Der Ausbildungsgang des Autors ist geprägt von Tun und Nachforschen, Fragen, Überlegen und neuem Tun. Das begann bereits im Seminar, wo Heinrich von Bergen vier Instrumente spielte, setzte sich fort in seiner zehnjährigen Amtszeit als Primarlehrer. Während dreieinhalb Jahren wirkte er als Gesanglehrer an einer Sekundarschule, seit 1966 als Musiklehrer am Staatlichen Seminar Bern, wo er auch Sologesang unterrichtet. 1978 absolvierte er während eines Urlaubjahres eine Zusatzausbildung in Stimmtherapie an der Hör-, Stimm- und Sprachabteilung des Inselspitals Bern. Hier befasste er sich intensiv mit den physiologischen Grundlagen der Stimmbildung. Seither arbeitet er nebenamtlich als Stimmtherapeut am Inselspital, wo er jederzeit Rat und Hilfe medizinischer Fachleute genießt. – Dank für die Durchsicht des Manuskripts schulden Autor und Redaktion der Oberärztin der Abteilung, Frau Dr. med. Sandra Lahovary.

Heinrich von Bergens Arbeit enthält eine Fülle von einleuchtend begründeten Übungsvorschlägen. Wer sie benützen will, kann gezielt auswählen, was er und seine Klasse braucht. So können sich wirksame individuelle Übungsreihen ergeben. Das Heft lädt dazu ein, aus den Übungen kein entmutigendes Pflichtpensum zu machen, sondern sie unverkrampft und spielerisch durchzuführen. Alle Ziele sind anzuvisieren im Sinne des Ratschlags, den der Autor einer Gesanglehrerin verdankt: Wollen, ohne wollen zu wollen!

Fortsetzung 4. Umschlagseite

Hans Rudolf Egli

Schulpraxis

31. August 1983

Zeitschrift des Bernischen Lehrervereins · Beilage zur Schweizerischen Lehrerzeitung Nr. 18

Heinrich von Bergen:

Unsere Stimme

ihre Funktion und Pflege

Einleitung

Der Gebrauch der Stimme ist für die meisten Menschen etwas so Selbstverständliches wie Essen, Trinken und Schlafen. Sie überlegen nicht weiter, wie die Klänge und Geräusche, die sie beim Sprechen und Singen hervorbringen, eigentlich zustande kommen. Erst wenn Störungen auftreten, fangen sie an, über die Stimmfunktion nachzudenken. Meist herrscht in diesem Falle grosse Unsicherheit und Hilflosigkeit, da unser Stimmorgan nicht äusserlich sichtbar ist, und zudem eine ganze Reihe der zur Stimmgebung nötigen physiologischen Vorgänge unbewusst ablaufen (die Muskeln der Stimmlippen lassen sich zum Beispiel nicht willentlich bewegen).

Einige Beispiele aus der Praxis mögen dies illustrieren:

Die dreissigjährige Sekundarlehrerin A. S. unterrichtet Geschichte und Deutsch. In ihrer Freizeit singt sie in einem Oratorienchor. Da sie in letzter Zeit immer mehr Mühe hatte, die hohen Töne zu erreichen, wechselt sie vom Sopran in den Alt. Doch diese Massnahme hilft ihr nur bedingt. Nach jeder Chorprobe hat sie eine belegte Stimme und Schmerzen, so dass sie in der Folge aus dem Chor austritt. Auch in der Schule machen sich die Stimmprobleme bemerkbar. In einer Geschichtsstunde versagt ihr die Stimme. Fünf Minuten lang kann sie nur noch flüstern. Mit der Zeit nehmen diese Störungen immer mehr zu. Es ist ihr jetzt unmöglich, eine Stunde lang zu sprechen. Soll sie den Beruf wechseln oder kann ihr geholfen werden?

R. A. ist ein vielbeschäftigter Mann: Primarlehrer, Chordirigent, Präsident der Vormundschaftskommission und Mitglied des Gemeinderates. Er leidet unter einem dauernden Räusperzwang, die Stimme klingt rau und heiser, beim Singen bricht

sie ab, die hohen Töne sind nicht mehr zu erreichen. Das Sprechen bei Sitzungen in rauchigen Lokalen wird ihm zur Qual. Lautes Rufen, wie es zum Beispiel der Turnunterricht oft erfordert, ist ihm unmöglich. Was soll er tun?

Auch bei den Schülern können stimmliche Probleme auftreten. Warum hat der Drittklässler Hans B. eine so merkwürdig tiefe und stets heisere Stimme, obschon er nicht erkältet ist und von Stimmbruch noch keine Rede sein kann?

Die Stimme der Seminaristin Barbara W. klingt hauchig. Sie hat soviel Luft darin, dass sie sofort ausser Atem kommt und keine hohen Töne singen kann.

Was kann ich tun, wenn meine Klasse beim Singen steigt oder sinkt? Warum klingt der Gesang meiner Schüler so hart und grell oder so kraftlos und verhaucht?

Damit seien die häufigsten der mit der Stimme zusammenhängenden Probleme, die in der Schule auftreten können, angedeutet. Fast alle diese Störungen und Schwierigkeiten haben nicht einen organischen Defekt als Ursache, sondern sind sogenannte funktionelle Störungen, das heisst sie sind die Folge eines Fehlverhaltens, eines falschen Gebrauchs des Stimmorgans.

Die vorliegende Arbeit soll den Lehrkräften helfen, solche Störungen und ihre Ursachen zu erkennen. Sie möchte ihnen das zum Verständnis der Zusammenhänge notwendige Wissen vermitteln und praktische Wege zu einer gesunden Stimmfunktion für Lehrer und Schüler aufzeigen.

Das Stimmorgan als Ganzes

Die an der Stimmgebung beteiligten Organe bilden ein *gekoppeltes System*. Ihre Funktionen beeinflussen sich gegenseitig und stehen in einer *Balance*, einem fein abgestimmten *Gleichgewicht* zueinander. Jede Störung dieses Gleichgewichts bedeutet auf die Dauer auch eine Störung der Stimme.



Abb. 1 (aus Melkus: Die Violine, Hallwag 1974)

Zum besseren Verständnis dieser Zusammenhänge vergleichen wir das *Stimmorgan* mit einem *Instrument*. Jedes Musikinstrument besteht im Prinzip aus *drei Teilen*: einem schwingenden, einem schwingungserzeugenden und einem schwingungsverstärkenden (resonanzgebenden). Bei der *Violine* zum Beispiel entsprechen diesen Teilen die schwingende Saite, der diese Schwingungen erzeugende Bogen und der schwingungsverstärkende und klanggebende Resonanzkörper des Instruments.

Auch unser *Stimminstrument* weist diese Dreiteilung auf: die Schwingung der Stimmlippen im Kehlkopf, der diese Schwingung erzeugende Druck der Ausatemluft und die resonanzgebenden Mund-, Nasen- und Rachenräume oberhalb des Kehlkopfs.

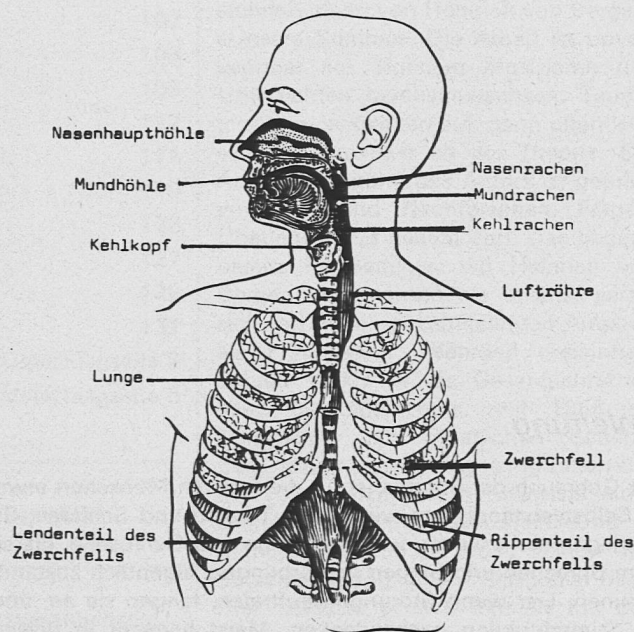


Abb. 2 (aus Seidner/Wendler: Die Sängerstimme, Heinrichshoven 1978)

Bleiben wir noch etwas länger beim Vergleich Instrument–Stimme.

Ein schöner, wohlklingender Ton entsteht nur, wenn alle notwendigen Voraussetzungen erfüllt sind:

eine Haltung von Körper und Instrument, die es ermöglicht, alle zum Spielen erforderlichen Bewegungen ungehindert und mit optimaler Wirksamkeit auszuführen –

eine Bogenführung, bei der Druck und Geschwindigkeit so aufeinander abgestimmt sind, dass die in Schwingung versetzte Saite ihren vollen obertonreichen Klang entfalten kann –

ein gut proportionierter Resonanzkörper aus erstklassigem Material in tadelloser Verarbeitung, der diesen Klang verstärkt und zum Tragen bringt.

eine Körperhaltung des sprechenden oder singenden Menschen, die die an der Stimmgebung beteiligten Organe in ihrer Funktion nicht nur nicht behindert, sondern unterstützt –

ein genau dosierter Atemdruck, der allein die physiologisch richtige und mühelose Schwingung der Stimmlippen garantiert –

eine maximale Ausnützung aller Resonanzräume, die dann im Verein mit den oben genannten Bedingungen eine klare, von allen Nebengeräuschen und Klangfärbungen freie, auch über längere Zeit ohne Ermüdung zu gebrauchende Sprech- und Singstimme ergibt.

Die nachfolgende Zusammenstellung soll an einigen Beispielen zeigen, wie vielfältig das Zusammenwirken und die *wechselseitige Beeinflussung aller Organe* bei der Stimmgebung ist und wie auch kleine Fehlfunktionen sich sofort auf das Ganze auswirken.

Hohlkreuz → Lahmlegung der hinteren Zwerchfellmuskeln → verringerte Atemkapazität → Kehlkopfhochstand → Verengung der hinteren Resonanzräume → abgeschnürte Höhe

zu starker Atemdruck → zu fester Stimmbandschluss → Blockierung der Randschwingung, harte, gepresste Stimme → Unmöglichkeit, leise zu singen → Überanstrengung der Stimmlippenmuskulatur

zu schwacher Atemdruck → zu weicher bis unvollständiger Stimmbandschluss → Luftverlust → Kurzatmigkeit → verhauchte Stimme → Schwierigkeiten beim Rufen

übertriebenes Heben des Brustkorbes → Hochatmung → krampfhaftes Verspannen der Bauchmuskulatur → behinderte Zwerchfelltätigkeit → Verspannungen der Hals- und Nackenmuskulatur → Fixierung der Kehlkopfstellung

Herausdrücken der Bauchwand → unregelmässiges Steigen des Zwerchfells → ungenügende Stütze → Kompensation durch Überspannungen im Kehlkopfbereich → Detonieren, rasche Stimmmüdigkeit → Tremolo

Rücklage der Zunge → Verengung der Resonanzräume → Druck auf den Kehlkopf → Verhinderung der freien Abstrahlung der von den Stimmlippen erzeugten Schallwellen → halsiger, dumpfer, gequetschter Klang mit wenig Obertönen → geringe Tragfähigkeit der Stimme

Verkrampfung der Kiefermuskulatur → zu geringe Öffnung der Resonanzräume → Verspannungen im Kehlkopfbereich (zu hohe Stellung) → Überanstrengung der Stimmlippenmuskulatur → Schwierigkeiten beim Ansatz, besonders in der Höhe

Nach diesen recht negativen Beispielen gestörter Harmonie im Zusammenwirken der Stimmorgane wollen wir das Gleichgewicht wieder herstellen mit einem Zitat aus dem empfehlenswerten Buch «Stimme und Sprache» von Günther Habermann. Er beschreibt in treffender Weise *die Funktion der «guten» Stimme*: «(Es) lässt sich eine Stimme als ‚gut‘ bezeichnen, wenn sie ausschliesslich unter Inanspruchnahme der für die jeweilige Leistung nötigen Muskulatur in harmonischem Ausgleich der Atmungs-, Kehlkopf- und Ansatzrohrfunktion gebildet wird. Die ‚gute Stimme‘ hört sich frei von Nebengeräuschen, Druck, Dauer- und Fehlüberspannungen an, klingt in jeder Höhe beliebig kräftig oder leise, weittragend; sie fliesst resonanzreich, weich und anstrengungslos.»

In den nachfolgenden Kapiteln werden die Vorgänge bei den einzelnen Funktionen wie Haltung, Atmung, Schwingung der Stimmlippen, Formung des Klangs in den Resonanzräumen,

Artikulation und Aussprache genauer erläutert. Mit Hilfe dieses Wissens und passender Übungen kann dann versucht werden, ein Stück auf dem Wege zu der oben beschriebenen idealen Stimmgebung voranzukommen. Wichtig ist, dass wir bei all dieser Arbeit am Detail den Blick für das Ganze nicht verlieren.

Dies alles heisst natürlich nicht, dass jedermann auch eine *«schöne Stimme»* erwerben kann, wenn er nur alles richtig macht. Die Schönheit einer Stimme hängt ab vom angeborenen Timbre (persönliche Klangfarbe), von den emotionalen Qualitäten, den gemüthhaften Beimischungen. Fehlen diese Eigenschaften, kann uns auch eine im oben beschriebenen Sinne «gut» geführte Stimme unter Umständen beim Zuhören innerlich wenig berühren. Bei wirklich erstklassigen Sängerinnen und Sängern sind Schönheit der Stimme (Material), persönliche Ausstrahlung, Musikalität und tadellose Gesangstechnik in ausgewogenem Masse vorhanden.

Haltung

Da unser «Körperinstrument» im Lebensalltag vielfältigen Anforderungen standhalten muss, kommt es im Laufe der Jahre bei vielen Menschen aus berufsspezifischen, psychologischen oder ganz einfach mit der individuellen Lebensweise zusammen-

hängenden Gründen zu *schlechten Haltungs- und Bewegungsgewohnheiten*, die nicht nur die Arbeit der Stimmorgane, sondern ganz allgemein die gesunden Lebensfunktionen behindern können. Gerade auch bei Kindern und Jugendlichen ist es in dieser Beziehung oft nicht zum besten bestellt. Eine gezielte Haltungs- und Bewegungsschulung als Ausgleich zu dem zu vielen Stillsitzen in der Schule, beim Aufgabemachen zu Hause und nicht zuletzt vor dem Fernsehapparat ist in diesem Alter des Wachstums und der Entwicklung sehr wichtig.

Anzustreben ist eine *aufrechte Haltung* mit Tendenz zur *Streckung der Wirbelsäule*.

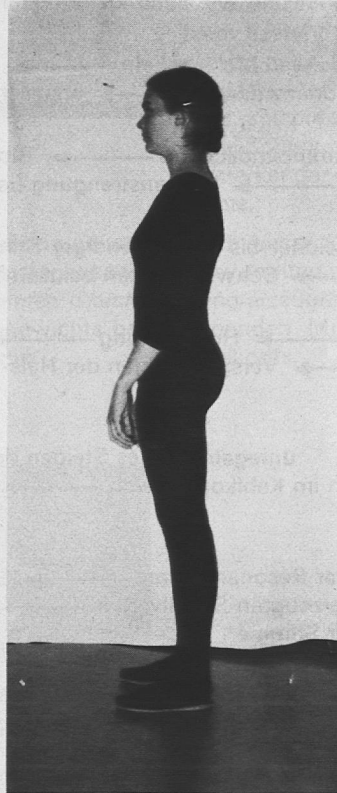
Der Kopf wird aufrecht, mit seinem Gewicht auf der Wirbelsäule ruhend getragen.

Der Winkel zwischen Unterkiefer und Hals beträgt etwa 90 Grad

Der Brustkorb ist leicht gehoben und vor allem im Bereich der Flanken gedehnt

Die Bauchdecke bleibt elastisch und darf weder herausgedrückt noch ganz eingezogen werden

Das Körpergewicht ist auf beide Beine verteilt



Hals und Schultergürtel sind entspannt, die Schultern locker, weder nach vorn hängend noch nach hinten gezogen

Die Kreuzgegend soll nicht nach vorn nachgeben (Hohlkreuz)

Die Kniekehlen sind nicht ganz durchgestreckt

Abb. 3

Die Füße stehen leicht auseinander und fühlen mit den Sohlen den Boden

Auch beim Sprechen oder Singen im Sitzen gelten diese Forderungen:

beim Aufstützen der Arme darauf achten, dass die Schultern locker bleiben

beide Füße auf den Boden gestellt, Beine nicht übereinandergeschlagen



aufrechte, freie Haltung des Oberkörpers, damit die Atmung nicht behindert wird

Abb. 4

Schon die altitalienischen Gesangsmeister legten grossen Wert auf eine richtige Haltung. Pier Francesco Tosi schreibt in seiner Gesangslehre von 1723 (Übersetzung von Johann Friedrich Agricola 1757): «Man muss den Schüler immer stehend singen lassen, damit die Stimme völlige Freyheit habe, sich zu bilden.

Der Meister sei besorget, dass der Schüler, im Singen, sich in einer edlen Leibesstellung halte: Damit er die Zuhörer auch durch eine anständige Gestalt vergnüge. Er verwerfe es ernstlich, wenn Grimassen mit dem Kopfe, dem Leibe und vornehmlich mit dem Munde gemacht werden.»

Einige Haltungsfehler und ihre Folgen

- vorgebeugter Kopf —————> Druck auf den Kehlkopf durch den Unterkiefer, Verspannung der hinteren Halsmuskulatur
- zurückgelegter Kopf —————> Verspannung der vorderen Halsmuskulatur
- Rundrücken —————> Zusammensinken des Brustkorbs, Verkleinerung der Atemkapazität
- zu starkes Heben des Brustkorbs, Hochheben der Schultern —————> Verspannung der Schultergürtelmuskulatur, Hochatmung
- Hohlkreuz —————> Lahmlegung der hinteren Zwerchfellmuskulatur, Kehlkopfhochstand
- Durchstrecken der Knie —————> Hohlkreuz
- Zehenstand (hohe Absätze) —————> Hohlkreuz

Wie wichtig die Lockerung von Unterkiefer-, Hals- und Schultergürtelmuskulatur ist, zeigt ein Blick auf die *Aufhängemuskulatur des Kehlkopfs*. Da die Luftröhre elastisch ist, kann er nach oben und nach unten bewegt werden. Beim Gähnen beispielsweise sinkt er in seine tiefste Stellung, beim Schlucken steigt er nach oben. Diese Bewegungen werden durch eine Vielzahl von Muskeln ausgelöst, die sich vom Kehlkopf bis zum Brustbein, Schlüsselbein, Schulterblatt, Unterkiefer und Hinterkopf erstrecken. Verspannen wir diese Muskeln, fixieren wir den Kehlkopf in seiner Lage und die Überspannung überträgt sich auf die inneren Kehlkopfmuskeln, was eine freie, gelöste Stimmfunktion erheblich behindert.

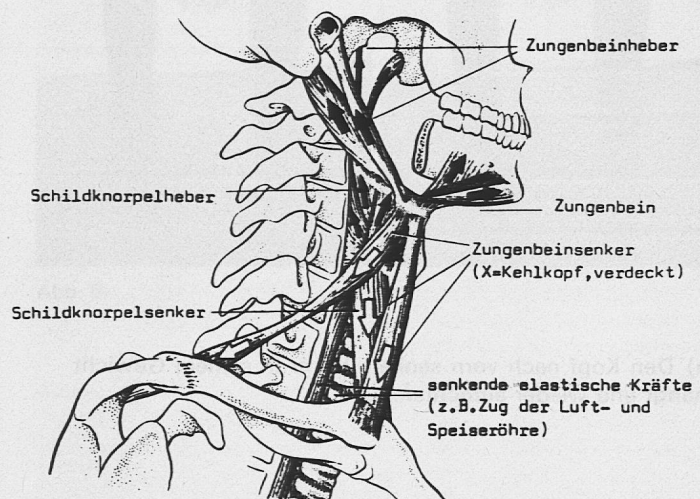


Abb. 5 (aus Habermann: Stimme und Sprache, Thieme 1978)

Lockerungs- und Haltungsübungen

1. Übungen mit dem Kopf zur Lockerung der Muskeln von Hals und Schultergürtel (K)

Jede Bewegung fünfmal, langsam und gleichmässig mit leichtgeöffnetem Mund ohne Mitbewegung der Schultern.

a) Den Kopf nach vorn senken, bis er in seinem Gewicht hängt und wieder aufrichten.

(Die mit K bezeichneten Übungen eignen sich auch für die Arbeit mit Kindern)



Abb. 6

b) Kopfkreisen nach rechts und links (Uhrzeiger- und Gegenuhrzeigersinn); Vorstellung, man zeichne mit dem Kinn einen möglichst grossen Kreis in die Luft.

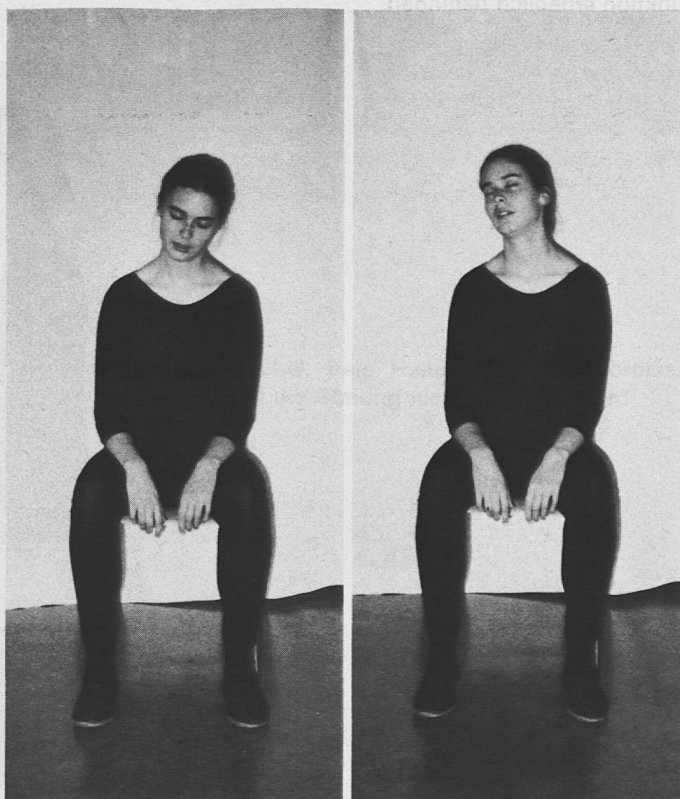


Abb. 7

c) Den Kopf mit einer leichten Drehung diagonal von unten rechts nach oben links bewegen und umgekehrt.



Abb. 8

d) Den Kopf nach rechts und links auf die Seite legen; darauf achten, dass dabei der Blick stets noch vorn gerichtet ist.

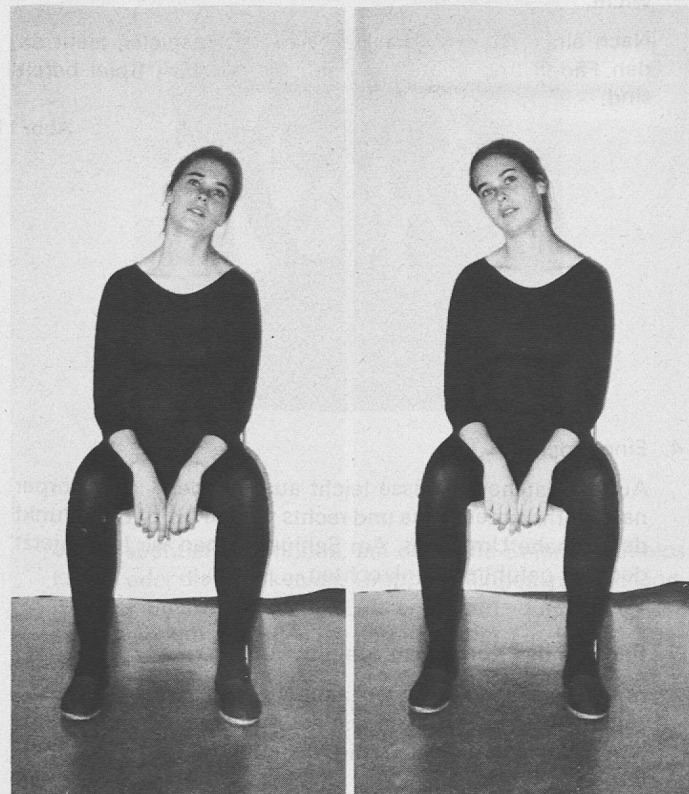


Abb. 9

2. Lockerung der Schultern (K)

Aufrecht stehen; mit den Schultern vor- und rückwärts kreisen, dann die Schultern fallen lassen mit leichtem Pendeln der Arme.

Abb. 10



3. Marionette (Gegensatz zwischen totaler Lockerung und aufrechter Haltung) (K)

Wir sind Marionetten, die an einem Gestell hängen (Aufhängepunkt ist der Nacken): das Körpergewicht ruht auf einem Bein – das andere Bein, Oberkörper, Kopf, Arme und Schultern hängen lose herunter, und wir fühlen ihr Gewicht.

Nach einer Weile kommt der Marionettenspieler, zieht an den Fäden und richtet uns auf, bis wir zum Spiel bereit sind.

Abb. 11



4. Einpendeln (K)

Aufrecht stehen – Füße leicht auseinander – den Körper nach vorn, hinten, links und rechts neigen bis zu dem Punkt des beinahe Umfallens. Am Schluss stehen wir in der jetzt deutlich gefühlten Senkrechten.

5. Pendeln des Körpers im Atemrhythmus

Mit geschlossenen Augen aufrecht stehen, die Füße zusammengestellt – fühlen, wie der Körper im Atemrhythmus hin und her schwankt (ruhig bleiben; nicht aktiv nachhelfen).

Abb. 12



6. Sprungbrett (K)

Auf dem Sprungbrett stehen und ins Wasser schauen: die Arme fallen lassen und jede Spannung der Schultern lösen. Dann den Körper aufrichten, langsam die Fersen heben und wippen wie vor dem Absprung.

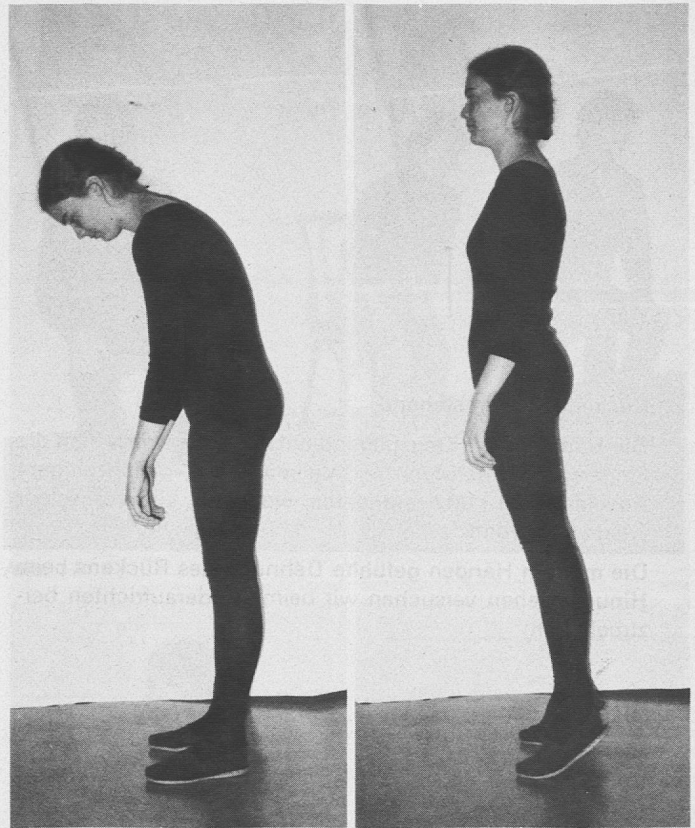


Abb. 13

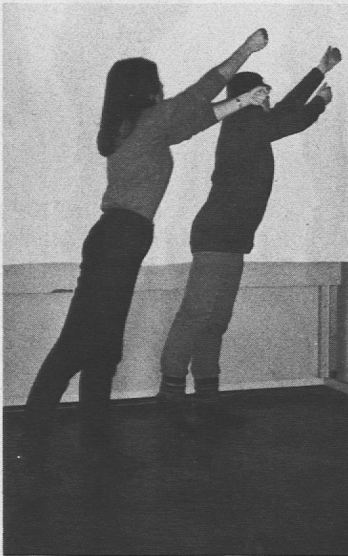


Abb. 14



7. Glocke läuten (K)

Ein Bein vorgestellt; die Arme fassen mit einem Aufwärtsschwung das Glockenseil (automatische Einatmung) und ziehen daran kräftig nach unten (Ausatmung).

Erweiterungsmöglichkeiten:

a) Im Rhythmus der Bewegung singen

bom bom bom

bom bom bom

bom bom bom

auf ab auf ab auf ab

Einatmung bom bom bom Einatmung bom

Jedes sucht eine Tonhöhe, auf der seine Stimme mühelos klingt, oder die Glocken der Gruppe erklingen im Dreiklang. Bei der Einatmung nicht Luft einziehen, durch die Aufwärtsbewegung wird eine automatische Einatmung ausgelöst.

b) Eine Gruppe bewegt sich, die andere improvisiert dazu auf Instrumenten (Gong, Becken, Metallophon) im Rhythmus der Bewegung.

8. Rückendehnung stehend

Die Hände in der Kreuzgegend aufstützen, so dass sich die Fingerspitzen berühren – Kniebeuge mit gleichzeitigem Ausblasen der Luft – aufrichten, wobei die Luft von selber wieder einströmt.

Die mit den Händen gefühlte Dehnung des Rückens beim Hinuntergehen versuchen wir beim Wiederaufrichten beizubehalten.

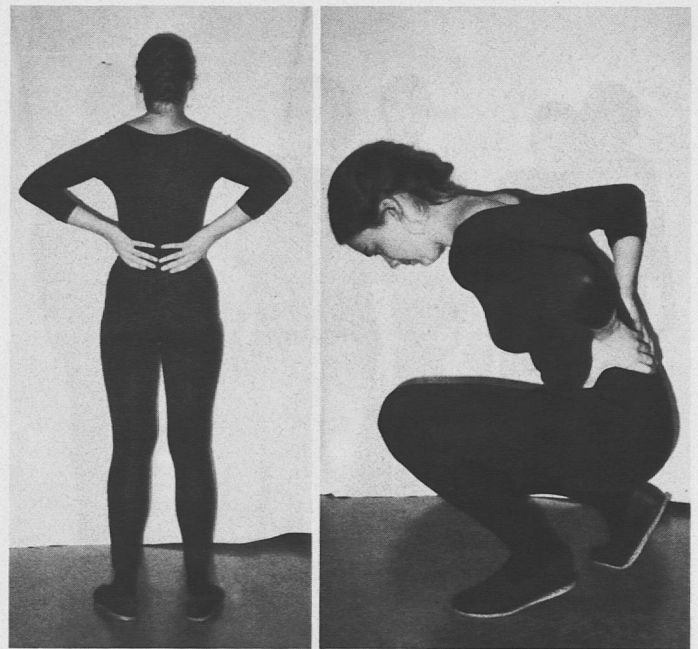


Abb. 15

9. Aufrechtes Gehen (K)

a) Mit beiden Händen fassen wir einen vorgestellten langen Pinsel und stellen ihn senkrecht auf den Kopf. Dann gehen wir herum und malen an der Decke (Kreis, Viereck, eine Zahl usw.). Die Arme hängen lose herunter, die Haltung von Körper und Kopf ist auf das Bestreben ausgerichtet, den Pinsel nicht herunterfallen zu lassen.

b) Uniformgefühl: Wir gehen herum wie Menschen, die eine gut sitzende Uniform tragen und eine wichtige Funktion ausüben (Verkehrspolizist, Politesse, Offizier, Aufseher, Hostess).

Gegensatz dazu: Herumgehen wie ein Mensch in zerlumpten, schlecht sitzenden Kleidern, dessen Haltung Gleichgültigkeit und Hoffnungslosigkeit ausdrückt.

c) Mit einem Buch auf dem Kopf langsam die Treppe hinauf und hinunter gehen (ein zusammengefaltetes Taschentuch auf dem Kopf verhindert das Abrutschen des Buches).



Abb. 16

10. Übungen für die Haltung im Sitzen (so auf dem Stuhl sitzen, dass man jederzeit mit einem kleinen Schwung aufstehen kann) (K)

a) Kreisel

Aufrecht auf dem Stuhl sitzen – Hände leicht auf den Knien – Augen geschlossen. Mit einer kreisförmigen Bewegung anfangen zu pendeln – diese Bewegung zuerst immer grösser, dann wieder kleiner werden lassen bis sie ausklingt und wir ganz geradeauf sitzen.



Abb. 17

b) Rumpfbeugen

Ausgangsstellung wie in der vorhergehenden Übung – nach vorn beugen und ausatmen – mit dem Wiederaufrichten erfolgt eine automatische Einatmung.

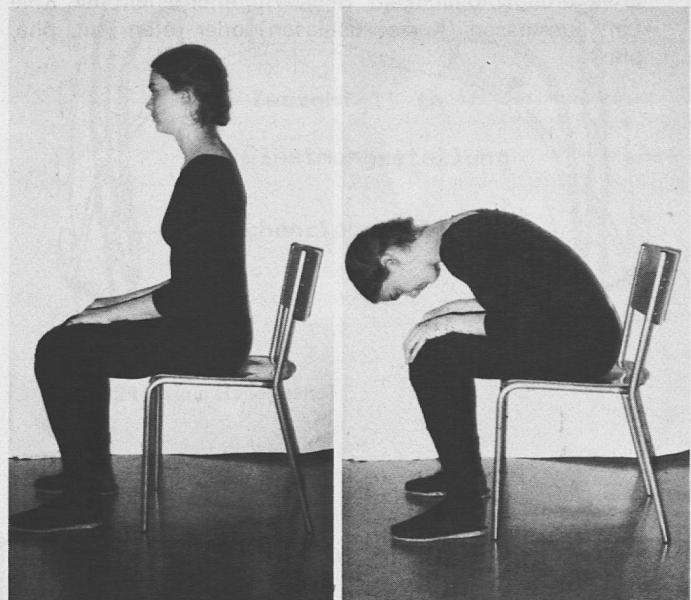


Abb. 18

11. Übungen im Liegen (Entspannung, Rückendehnung, Übungen gegen das Hohlkreuz)

a) Entspannung

Auf dem Rücken liegen – Augen schliessen – das Gewicht der Arme und Beine fühlen – sich ganz schwer machen.

Ein von einer kontrollierenden Person hochgehobener Arm oder ein Bein fallen entspannt durch ihr Eigengewicht wieder zu Boden.

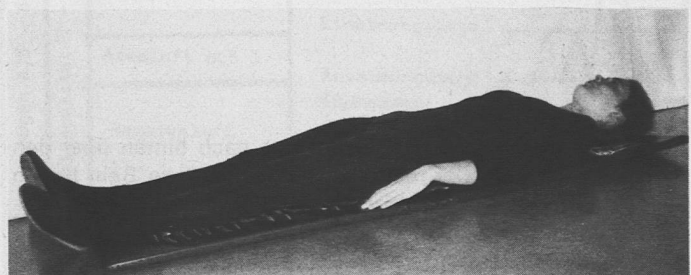


Abb. 19

b) Mit angezogenen Beinen auf dem Rücken liegen – das Kreuz liegt flach auf dem Boden – langsam die Beine strecken, ohne dass sich der Rücken vom Boden abhebt.



Abb. 20

c) Auf dem Rücken liegen, die Arme seitlich neben dem Körper – Knie bis über die Brust hinaufziehen – mit den geschlossenen Knien kreisen, ohne dass der Rücken den Kontakt mit dem Boden verliert.

Erweiterungsmöglichkeit: Beim Hinuntergehen der Knie Luft ausstossen (Kerze ausblasen) oder rufen (tut, pha, phu)

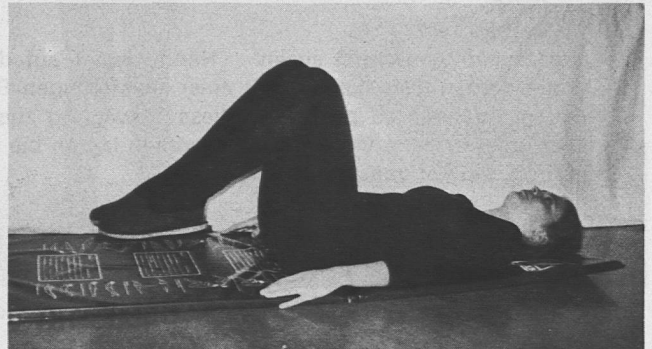
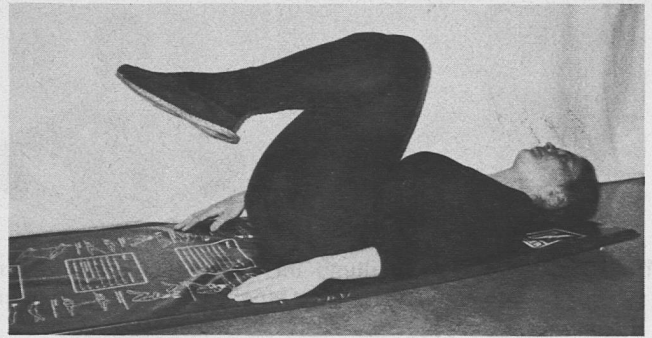


Abb. 21

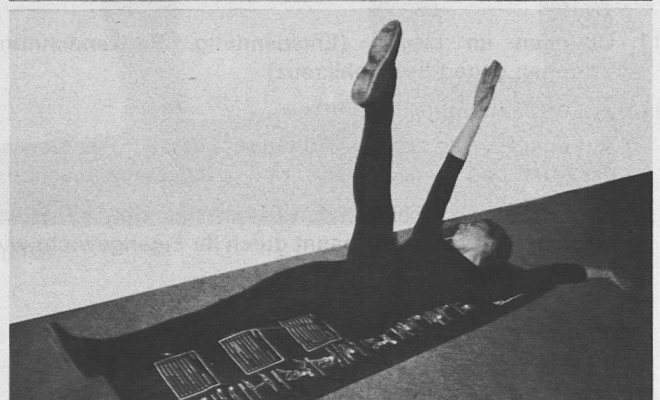
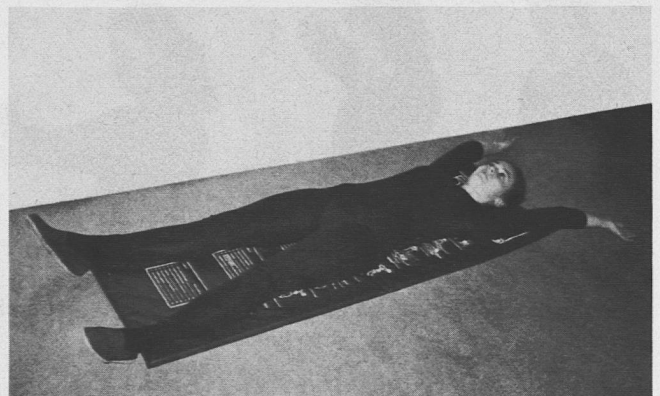


Abb. 22

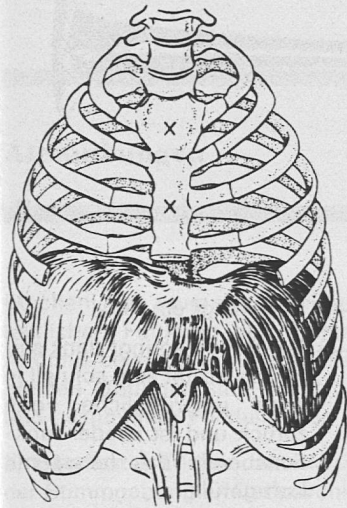
d) Auf dem Rücken liegen – Arme nach hinten über den Kopf gestreckt. Der rechte Arm und das linke Bein heben sich gleichzeitig mit einer unwillkürlichen Einatmung, dabei dreht sich der Kopf in der Richtung des sich hebenden Armes. Beim Hinuntergehen wird ausgeatmet. Dann wiederholt sich dasselbe gegengleich.

Vor allem während der Einatmung fühlen wir, wie sich die Kreuzgegend dehnt und flach am Boden aufliegt.

Allgemeines zur Atmung

Die Lungen sind *passive Gewebe*, einem Schwamm vergleichbar, das seinen Brustraumanteil stets ausfüllt. Daraus folgt, dass jede *Erweiterung des Brustraumes Einatmung* (Inspiration), jede *Verkleinerung des Brustraumes Ausatmung* (Expiration) bedeutet. Diese in regelmässigen Rhythmus abwechselnde Erweiterung und Verkleinerung des Brustraumes wird durch das *Zwerchfell* und die die Rippen hebende und senkende Muskulatur bewerkstelligt.

Das *Zwerchfell* ist der Hauptatemmuskel. Es wölbt sich in der



Zwerchfell von vorn X = Brustbein
Abb. 23 (aus Habermann)

Natürlich wird nicht bei jedem Atemzug die gesamte Luft in den Lungen ausgewechselt. Bei der oben beschriebenen Ruheatmung, die automatisch abläuft, bewegen wir pro Atemzug etwa einen halben Liter Luft. Durch eine bewusst vertiefte Einatmung können wir zusätzlich noch anderthalb bis zweieinhalb Liter Luft aufnehmen (Komplementärluft, Ergänzungsluft), durch eine ebensolche Ausatmung ein bis anderthalb Liter zusätzlich ausatmen (Reserveluft). Der Zusammenschluss dieser drei Zahlen ergibt die *Vitalkapazität*, das heisst die Luftmenge, die nach maximaler Einatmung bei tiefster Ausatmung ausgeatmet werden kann. Diese beträgt demnach drei bis fünfeinhalb Liter. Aber auch nach tiefster Ausatmung bleiben noch etwa anderthalb Liter Luft in der Lunge zurück (Residualluft, Restluft).

Zusammenfassend möchte ich wieder Günther Habermann zitieren. Er sagt: «Eine gemischte Atmung, die Zwerchfell-Flankenatmung, ist offenbar die an Atemleistung wirkungsvollste, weil sie die grösstmögliche und uneingeschränkte Erweiterung des unteren Brustkorbes mit der grösstmöglichen Abplattung des Zwerchfells vereinigt.» Sie liefert bei geringster Muskelarbeit den grösstmöglichen Erfolg, weil «das ganze Organ von der breiten Basis bis zu den feineren Verästelungen an den äusseren Wänden zur Arbeit herangezogen wird».

Ruhelage wie eine doppelte Kuppel in den Brustraum hinauf und liegt dessen Wänden seitlich an. Zieht sich seine sternförmig von der zentralen Sehnenplatte nach unten ausstrahlenden Muskelfasern zusammen, *senkt es sich tiefer und wird flacher*. Dabei wickeln sich die der Brustwand anliegenden Muskelbögen von dieser ab, besonders weit in der Rücken-gegend. Dieser Vorgang wird zusätzlich unterstützt durch eine *Dehnung von Flanken und Rücken*. Die Lungen dehnen sich in den auf diese Weise beträchtlich erweiterten Brustraum aus und füllen sich mit Luft: Es hat eine *Einatmung* stattgefunden.

Durch das Tiefertreten des Zwerchfells werden die Eingeweide nach unten und vorn verschoben, was ein *leichtes Vortreten der Bauchwand* bewirkt.

Bei der *Ausatmung* steigt das Zwerchfell in die Höhe, die Bauchwand geht wieder hinein und die Dehnung des Brustkorbes sinkt zusammen.

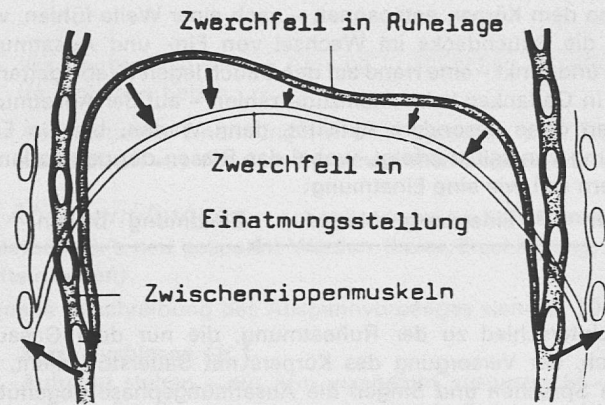


Abb. 24 (aus Habermann)

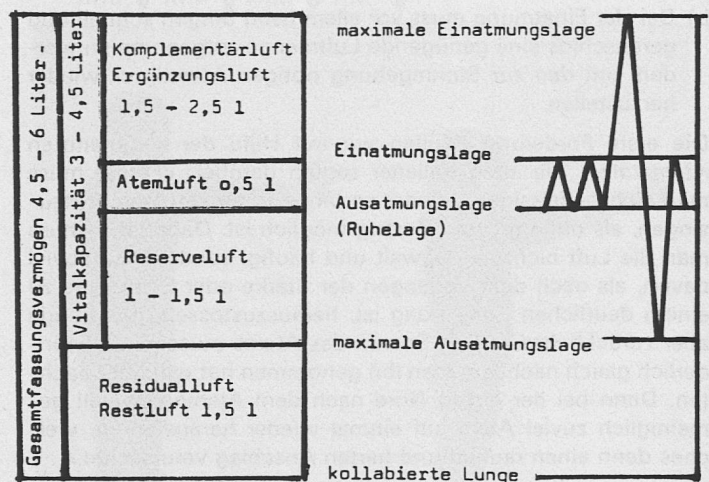


Abb. 25 (nach Habermann)

Die Atmung beim Sprechen und Singen

Als Grundlage und Ausgangspunkt dient die im vorhergehenden Abschnitt beschriebene natürliche *Ruheatmung*. Im Schlaf beherrscht sie jeder Mensch, im wachen Zustand ist sie oft gestört. Wir versuchen nun, ohne aktiv in den Vorgang einzugreifen, bewusst zu erleben, wie unser Körper atmet, das Gefühl zu haben: «Es atmet mich.»

Grundatemübung

Auf dem Rücken liegen, Augen geschlossen, Arme seitwärts neben dem Körper, entspannen – nach einer Weile fühlen, wie sich die Bauchdecke im Wechsel von Ein- und Ausatmung hebt und senkt – eine Hand auf den Bauch legen (Nabelgegend) und in Gedanken zehn Atemzüge zählen – auf der Ausatmung blasen ohne besondere Aktivität, dann warten, bis die Einatmung von selbst erfolgt, wobei das Blasen doppelt so lange dauern soll wie eine Einatmung:

blasen → Einatmung blasen → Einatmung blasen →

Im Unterschied zu der Ruheatmung, die nur dem Gasaustausch, der Versorgung des Körpers mit Sauerstoff dient, ist beim Sprechen und Singen die Ausatemphase gegenüber der Einatmung wesentlich verlängert. Bereits beim Sprechen und erst recht beim Singen werden *zwei Hauptforderungen* an unsere Atmung gestellt:

- Die Ausatmung muss solange andauern, dass sie ausreicht, um ein sinnvolles Stück Text zu sprechen oder einen Melodiebogen zu singen.
- Bei der Einatmung muss vor allem beim Singen schnell und geräuschlos eine genügende Luftmenge aufgenommen werden, um den zur Stimmgebung nötigen Atemdruck wieder herzustellen.

Die erste Forderung erfüllen wir mit Hilfe der sogenannten *Atemstütze*. Die alten Italiener sagten darüber: «Ferner muss man sich befehligen, wieder so lange in einem Atem fortzusingen, als ohne grossen Zwang möglich ist. Dabei aber muss man die Luft nicht mit Gewalt und häufig, sondern nur soviel davon, als nach dem Verlangen der Stärke oder Schwäche zu einem deutlichen Tone nötig ist, herauszustossen, das übrige aber zurückhalten.» «Das Sparen des Atems muss man absonderlich gleich nachdem man ihn genommen hat wohl beobachten. Denn bei der ersten Note nach dem Atemholen will gemeinlich zuviel Atem auf einmal wieder herausfahren, welches denn einen rauhen und harten Anschlag verursacht.»

Die moderne *Definition der «Stütze»* sagt uns, wie dieses «Sparen des Atems» vor sich gehen soll: «Stütze ist der Halt, den die Einatemmuskulatur dem Zusammensinken des Atembehälters entgegengesetzt, das heisst während der tönenden Ausatmung beim Sprechen und Singen bleibt in Rücken und Flanken eine *Einatmungstendenz* erhalten. Diese Stütze dient dazu, den zum Stimmklang nötigen Atemdruck auf den kritischen Druck zu reduzieren (optimaler Betriebsdruck). Fehlt dieses *Gleichgewicht zwischen Atemdruck und Stimmbandschluss*, verarmt das Obertonspektrum der Stimme.»

Eine mühelose *schnelle Einatmung* erreichen wir mit der Technik des *Abspannens*, wie es vor allem von Horst Coblenzer entwickelt und in seinen Kursen gelehrt wird. Es gründet auf der Ausnützung des natürlichen Einatemreflexes des Zwerchfells und bringt demjenigen, der es beherrscht nicht nur in kürzester Zeit genügend Luft zum Weitersprechen oder -singen, sondern auch eine immer wieder erneuerte entspannte Tiefstellung des Kehlkopfes und Öffnung der Resonanzräume, also die besten Voraussetzungen für einen frei klingenden, tragenden Ton.

Am einfachsten erklären wir den Vorgang des Abspannens am Beispiel der Autohupe mit Gummiballon.

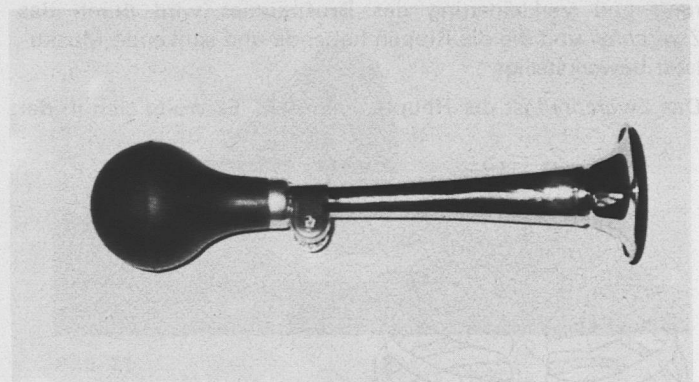


Abb. 26

Drücken auf den Ballon → Es erklingt ein Ton.

Loslassen → Der Ballon springt dank seiner Elastizität sehr schnell in seine ursprüngliche Form zurück und ist wieder funktionsbereit, das heisst mit Luft gefüllt.

Auf die menschliche Atmung und Stimme übertragen heisst das:

- Sprechen und Singen ist tönende Ausatmung. Dabei steigt das Zwerchfell langsam in die Höhe (= drücken auf den Ballon).
- Nach dem letzten Ton, dem Schlusskonsonanten oder Vokal erfolgt das Lösen der Ventilspannung, eben das *Abspannen*: Die Stimmritze (= Öffnung zwischen den Stimmlippen) öffnet sich ganz und gleichzeitig tritt das Zwerchfell dank der reflexartigen Zusammenziehung seiner Muskeln sehr schnell in die Tiefe (0,2 Sekunden), die Lunge ist wieder mit Luft gefüllt.

Bevor wir mit den eigentlichen Atemübungen beginnen, sei noch einiges über die *Einatmung vor dem Beginn des Sprechens und Singens* gesagt. Nach all dem bis jetzt Gelesenen dürfte klar sein, dass es nicht darum geht, durch bewusstes Luftholen oder sogar geräuschvolles Lufteinziehen die Lungen bis an die Grenze ihres Fassungsvermögens zu füllen. Nicht aktives Luftholen sondern die *Bereitschaft zum Luftempfangen* führt zu einer optimalen Einstellung der Stimmorgane für die anschliessend von ihnen geforderte Leistung. Zu dieser optimalen Einstellung gehören:

- eine *gesunde gesamtkörperliche Spannung*, die zwischen den beiden Extremen Verkrampfung und Schläffheit steht (Etonus, siehe Haltungsübungen).
- die *Bereitschaft der klangformenden Resonanzräume*, hergestellt durch gleichzeitiges Tieftreten von Zwerchfell und Kehlkopf.

- c) ein automatisches zu Luft Kommen, ausgelöst durch die geistige Zuwendung auf einen anzusprechenden Partner, ein Publikum, den zu sprechenden Text oder die zu singende Musik. Coblenzer nennt dies «*Einatmung mit der Intention*». Durch eine reflexartige Senkung des Zwerchfells, unterstützt von einer Dehnung der Flanken- und Rückengegend kommen wir dabei automatisch zu soviel Luft wie für eine gesunde Stimmfunktion notwendig ist.

Fassen wir als praktische Anweisungen zusammen:

a) *Vor dem Sprechen und Singen*

- nicht Luft einziehen, sondern gleichzeitig
- Einnahme der richtigen Haltung
 - Öffnung der Resonanzräume durch Gähngefühl oder die Vorstellung, in einen Apfel zu beißen, verbunden mit einer Dehnung von Flanken und Rücken
 - geistige Einstellung auf die gestellte Aufgabe

b) *Während des Sprechens*

- im Atemrhythmus sprechen, das heisst den Text in kleine Abschnitte einteilen, die auf einer natürlichen Ausatmung Platz haben
- nach jedem gesprochenen Abschnitt abspannen und die automatische Einatmung abwarten

c) *Während des Singens*

- die Dehnung von Flanken und Rücken möglichst beibehalten (Stütze)
- die Bauchdecke geht gegen das Ende des gesungenen Abschnittes etwas hinein (Steigen des Zwerchfells)
- am Schluss des Melodiebogens nicht nach Luft schnappen, sondern abspannen, das heisst gleichzeitig die Spannung oben lösen (Unterkiefer fallen lassen) und die Bauchdecke loslassen (nicht hinausdrücken)
- gleichzeitig mit dem Abspannen die Dehnung von Flanken und Rücken wieder ganz herstellen

Atemübungen

Mechanische stumme Atemübungen, losgelöst von der ganzheitlichen Funktion des Stimmorgans, helfen wenig für die Atmung beim Sprechen und Singen. Die meisten der nachfolgenden Übungen sind deshalb mit Bewegung, Ton, Sprache und bestimmten Vorstellungen verbunden.

a) Bewusstes Erleben der *automatischen Einatmung* vor der Stimmgebung. – Der psychische Vorgang der Intention hat somatische (körperliche) Folgen: Die Spannung steigt, eine automatische Einatmung erfolgt.

1. **Haltungsübung 7, Glocke läuten**
Beim Aufwärtsschwung zum Ergreifen des Glockenseils erfolgt eine automatische Einatmung (**K**)
2. **Haltungsübung 8**
Automatische Einatmung beim Aufrichten
3. **Haltungsübung 10 b**
Automatische Einatmung beim Wiederaufrichten (**K**)
4. Ein Gegenstand (Bleistift, Kugelschreiber usw.) wird an einem erhöhten Standort deponiert – Wir gehen mit zielbewussten Schritten darauf zu und ergreifen ihn – es passiert eine automatische Einatmung.
5. Nach einiger Übung legen wir den Gegenstand auf den Boden und führen die Übung so durch. Wieder löst das zielgerichtete Ergreifen eine automatische Einatmung aus (bei einer normalen Kniebeuge würden wir ausatmen).
6. Wir ergreifen den Telefonhörer (in der Vorstellung oder real) und sagen unseren Namen. Beim Ergreifen passiert eine automatische Einatmung, so dass wir sofort sprechen können, ohne vorher bewusst Luft zu holen.
7. **Dirigent vor dem Einsatz (**K**)**
Wir imitieren einen Dirigenten, der aufrecht vor seinem Chor oder Orchester steht, aufmerksam schaut, ob alle Mitwirkenden bereit sind und dann die Arme hebt um den Einsatz zu geben – die automatische Einatmung stellt sich ein.

8. Wir beobachten unsere Atmung in ähnlichen Situationen im täglichen Leben.

9. Automatische Einatmung vor dem Sprechen und Singen siehe oben: «a) Vor dem Sprechen und Singen»

b) *Abspannübungen* – schnell wieder zu Luft kommen – loslassen für's neu gespannt Werden (keine Erschlaffung, kein Luft einziehen).

Genauere Beschreibung des Abspannvorganges siehe S. 102

10. **Kerze ausblasen (**K**)**
Aufrecht stehen – ein Arm waagrecht ausgestreckt – der aufgestellte Daumen ist eine brennende Kerze – in kurzen Stößen blasen (gewöhnlich blasen oder fffff), dann abspannen (gleichzeitig die Ventilspannung der Lippen lösen und die Bauchdecke locker lassen = **V**) in gleichmässigem Rhythmus:

blasen **V** blasen **V** blasen **V** blasen **V**
fffff **V** fffff **V** fffff **V** fffff **V**

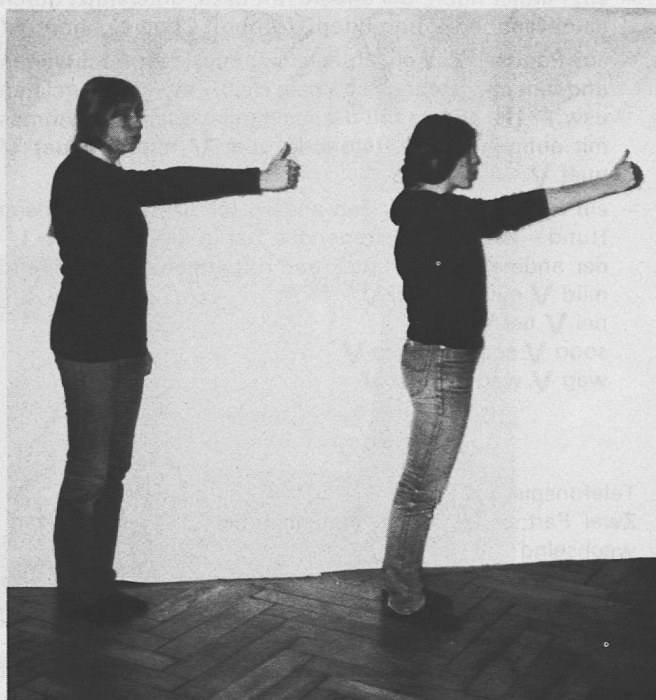


Abb. 27

11. Kutscher brrrrr (K)

In vielen Ländern rufen die Kutscher brrrrr um die Pferde zum Stehen zu bringen.



Abb. 28

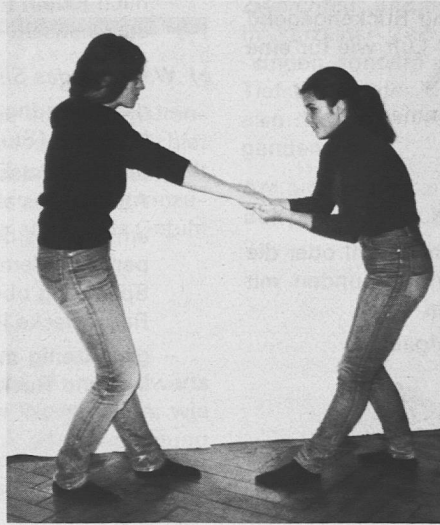


Abb. 29



Abb. 30

Zügel ergreifen (nur vorgestellt – zwei Partner mit eingehängten Fingern – waagrecht gespannter Fahrradschlauch) – ziehen und sprechen brrrrr – loslassen und abspannen in gleichmäßigem Rhythmus: brrrrr V brrrrr V brrrrr V brrrrr V

12. Ballspiel mit Rufen (K)

Einen Tennisball zuerst über den Kopf heben (automatische Einatmung), dann in regelmässigem Rhythmus auf den Boden werfen und dazu rufen hopp V hopp V hopp V Nach jedem Rufen abspannen und dabei bewusst die Lippenanspannung des . . . pp lösen.

13. Rufübungen mit einem Partner (nach jedem Ruf abspannen (K)

- ein Partner hüpft, der andere ruft dazu, unterstützt durch eine Handbewegung hopp V hopp V hopp V hopp V
- ein Partner führt ein Kunststück aus (Ball hochwerfen und fangen – stehen auf einem Bein – etwas balancieren usw.) – der andere ruft dazu in regelmässigem Rhythmus mit aufmunternder Betonung guet V guet V guet V guet V
- ein Partner bedrängt den andern (er spielt einen bösen Hund – hat ein ekelerregendes Tier in der Hand usw.) – der andere weicht zurück und ruft angstvoll abwehrend niid V niid V niid V
nei V nei V nei V
sooo V sooo V sooo V
wäg V wäg V wäg V

14. Telefonspiel (K)

Zwei Partner telefonieren miteinander und sprechen abwechselnd
ja V ja V ja V
nei V nei V nei V

Nach jedem ja oder nein abspannen und auf Antwort warten – versuchen, den Worten verschiedenen Gefühlsgehalt zu geben: bestätigend, verwundert, fragend, bittend, ungeduldig, zornig . . .

15. Gespräch mit Zahlen (K)

Zwei Partner führen ein Gespräch mit Zahlen, indem sie abwechselnd in ruhigem Rhythmus sprechen

A eins⁽²⁾ V drei⁽⁴⁾ V fünf⁽⁶⁾ V B (1) zwei⁽³⁾ V vier⁽⁵⁾ V sechs⁽⁷⁾ V
oder

21 V 23 V 25 V

22 V 24 V 26 V

(einundzwanzich, auf dem ch kann gut abgespannt werden)

Mit etwas Fantasie können so «inhaltsreiche» Gespräche geführt werden, zum Beispiel:

A fragend: eins – B korrigierend: zwei – A fordernd: drei – B mit Kopfschütteln verneinend: vier – A enttäuscht: fünf – B zornig: sechs – A jetzt auch wütend werdend: sieben – B beruhigend: acht – A ihm versöhnlich die Hand hinstreckend: neun – B beruhigt die Hand ergreifend: zehn

16. Kleines Rollenspiel (K)

Als Reaktion auf das Verhalten des Partners, begleitet von passenden Handbewegungen sprechen:

Duuu V – mach das nid no einisch! V

Oho V – was si das für Tön! V

Sooo V – gang wäg! V

Nenei V – das glouben i nid! V

iii V – la mi la si! V

Ausrufer sein, der mit Betonung auf der gedehnten letzten Silbe ruft:

Gelatiii V Gelatii V

heissi Marronii V heissi Marronii V

heissi Wüüürscht V heissi Wüüürscht V

17. Echoübung (K)

Sätze rufen auf einem erhöhten Ton mit fallender Terz als Abschluss – abspannen – dann leise das Echo sprechen. Auf dem Schlusskonsonanten die Ventilspannung lösen.

Morgen gehn wir auf die Reise nach Basel V Basel
 Was sind wir doch manchmal für dumme E-sel V E-sel
 Schön sind die Ferien in Adelboden V boden

18. Kleine Liedchen sprechen und singen mit Abspannen nach den nicht zu langen Abschnitten: (K)

- Text rezitieren wie eine Rolle im Theater
- Lied singen, zuerst mit etwas längeren Pausen, damit genügend Zeit zum Abspannen bleibt, dann im richtigen Metrum
- auch sprechen und singen mit Stehen auf einem Bein und Balancieren mit den ausgestreckten Armen (die erhöhte Körperspannung erleichtert das Abspannen)

Weitere Lieder, die sich besonders gut eignen:

- Kuckuck, kuckuck, rufts aus dem Wald
- Hänschen klein
- Winter ade, Scheiden tut weh
- Sum, sum, sum, Bienchen sum herum
- Sur le pont d'Avignon

Der Kuckuck und der E-sel, die hatten grossen Streit V
 wer wohl am besten sänge, wer wohl am besten sänge V
 zur schönen Maienzeit, zur schönen Maienzeit V

c) Übungen zur Verbesserung der Stütze

Verlängerung der Ausatmung – Aktivierung der hinteren Zwerchfellmuskeln – Dehnung von Flanken und Rücken

19. Haltungsübungen 8 und 11 b, c und d

20. Übungen mit dem Fahrradschlauch zwei Stellungen:



Abb. 31
 a) mit einem Fuss in den Schlauch stehen



Abb. 32
 b) Schlauch waagrecht gespannt (an Fenster- oder Türgriff eingehängt)

Den Schlauch mit beiden Händen ergreifen (Griff von unten) und gleichzeitig Rücken und Flanken dehnen (automatische Einatmung) – in rhythmischem Wechsel beim Ausatmen langsam am Schlauch ziehen, dann plötzlich loslassen mit gleichzeitigem Abspannen

Auf der Ausatmung

- a) Luft auf ssss oder ffff strömen lassen
 ssss V ssss V ssss V ssss V
 ffff V ffff V ffff V ffff V

b) Kutscher brrr V brrr V brrr V brrr V

c) laut zählen: einundzwanzich V 22 V 23 V 30 V
 (nach jeder Zahl abspannen)

Während des Ziehens soll die Spannung zunehmen und die Dehnung von Rücken und Flanken beibehalten werden (Einatmungstendenz während der tönenden Ausatmung – siehe Definition der Stütze S. 102)

21. Varianten zu Übung 20

- a) Kontrolle der Rücken und Flankendehnung

– ein Partner umfasst mit beiden Händen die Flanken und Rückenpartie des andern und kontrolliert so die Dehnung (**K**)

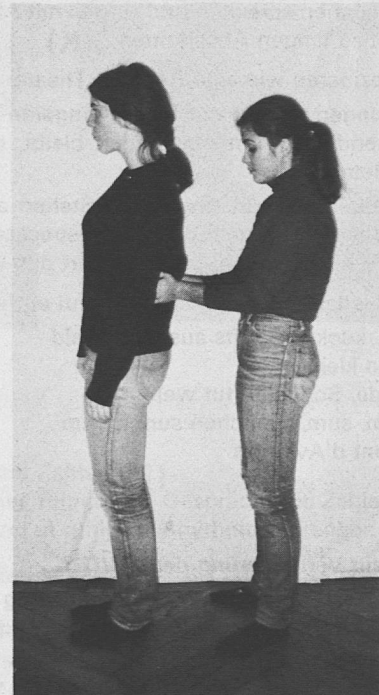


Abb. 33

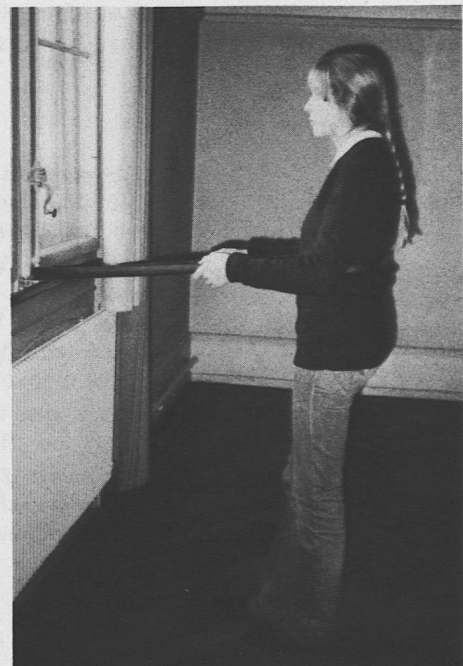


Abb. 34

– Der waagrecht gespannte Fahrradschlauch wird um die Flanken- und Rückenpartie gelegt, die Dehnung erfolgt gegen diesen elastischen Widerstand und ist so besser fühlbar.

- b) Anstatt mit dem Fahrradschlauch kann die Übung mit der Bali Feder ausgeführt werden (erhältlich in jedem Sportgeschäft).

Die Feder waagrecht halten – beim Ausatmen langsam zusammendrücken – beim Abspannen schnell loslassen

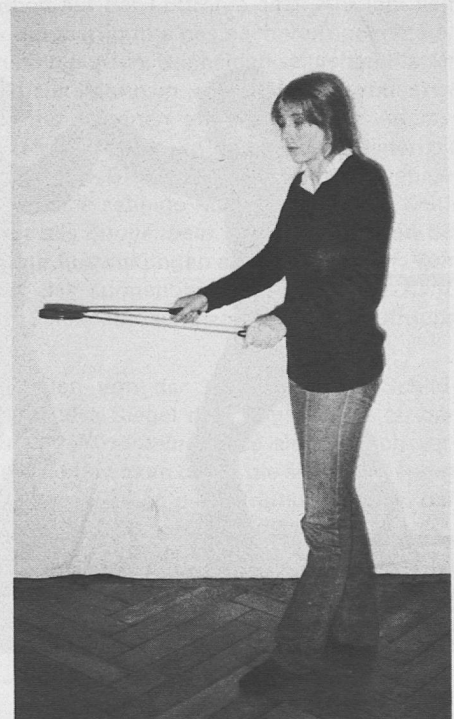


Abb. 35

22. Lokomotivübung (K)

Vorstellung, eine schwere Dampflokomotive zu sich heranziehen zu müssen.

Ein Fuss etwas vorgestellt, fest am Boden verankert – beide Arme vorstrecken und die Zugseile fassen (automatische Einatmung) – mit viermaligem tsch tsch tsch tsch wird die Lokomotive ruckartig gegen sich herangezogen (verbunden mit Rücken- und Flankendehnung) – abspannen, Arme wieder vorstrecken und die Seile fassen.

Zuerst fährt die Lokomotive langsam, nach einiger Übung kann das Tempo gesteigert werden. Besonders wirkungsvoll mit Ziehen am waagrechten gespannt Fahrradschlauch.



Abb. 36 fassen tsch tsch tsch tsch

23. Atemübung im Gehen (K)

Gehen in normalem Schrittempo, dazu während vier Schritten Luft ausblasen (ssss oder ffff) – abspannen und die Luft kommen lassen (zwei Schritte, nicht aktiv einatmen).

24. Sprechen und Singen mit Stütze

Arbeiten mit kleinen Liedern wie in Übung 9.

Zum korrekten Zu-Luft-Kommen nach jedem Text- oder Melodieabschnitt durch Abspannen kommt jetzt die Dehnung der Flanken und Rückenpartie. Während des Sprechens und Singens muss diese elastische Dehnung (kein Krampf) beibehalten werden. Dabei ist darauf zu achten, dass die Bauchdecke nicht verspannt wird (Behinderung der Zwerchfellfunktion).

Nach einiger Übung steigern der Ausatemungslänge bis zu acht Schritten. Das Abspannen bleibt auf zwei Schritte beschränkt. Während der Ausatmung Rücken und Flanken dehnen.

Zu dieser Übung sind folgende Hilfen empfehlenswert:

- Kontrolle der Rückendehnung durch einen Partner (wie in Übung 21 a) (K)
- Ziehen am waagrecht gespannten Fahrradschlauch (wie in Übung 20 b)
- elastischer Widerstand des um Flanken und Rücken gelegten Fahrradschlauchs (wie in Übung 21 a)
- Zusammendrücken der Bali Feder (wie in Übung 21 b)

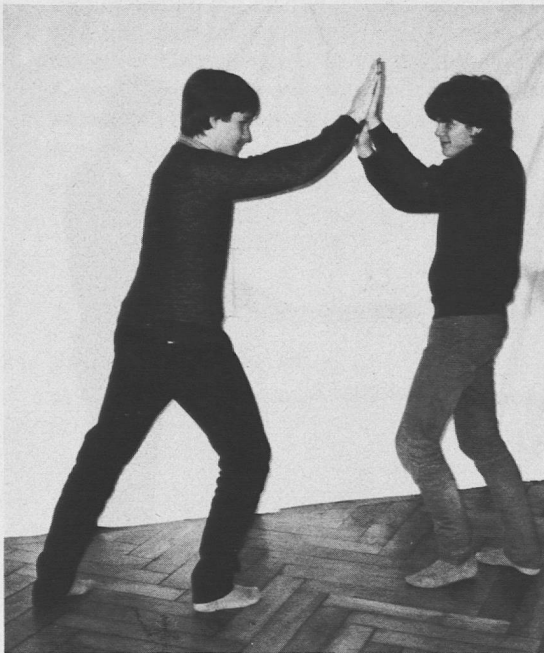


Abb. 37

- e) Zwei Partner stellen sich gegeneinander, heben die Arme in Brusthöhe und legen die Handflächen aneinander. Der eine stösst beim Sprechen oder Singen den andern weg, dieser leistet im Zurückweichen Widerstand. Beim Abspannen wird das Stossen unterbrochen. Aggressiv, drohend sprechen mit Steigerung der Lautstärke während des Sprechens.

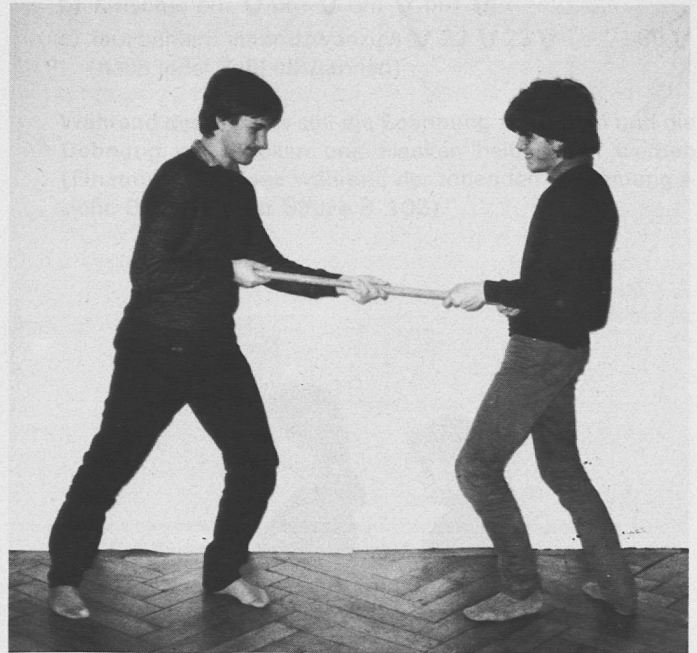


Abb. 38

- f) Dieselbe Übung wie e), wobei der Partner mit einem Stock weggestossen wird.

Schlussbemerkung zu den Atemübungen:

Viele dieser Atemübungen sind nach Coblenzer konzipiert. Wer mehr davon wissen möchte, lese das Buch «Atem und Stimme» von Horst Coblenzer und Franz Muhar (Österreichischer Bundesverlag für Unterricht, Wissenschaft und Kunst, Wien) oder besuche einen Coblenzer Kurs.

Natürlich müssen nicht alle der vorstehenden vierundzwanzig Atemübungen durchgearbeitet werden, um zu einer besseren Atmung zu gelangen. Wichtig ist, dass Übungen aus allen drei Abschnitten (Automatische Einatmung – Abspannen – Stütze) gemacht werden und dass man zuletzt bis zum Sprechen und Singen vorstösst.

Tonerzeugung

Die Tonerzeugung für die menschliche Stimme ist ein hochkomplizierter Vorgang, der zu einem grossen Teil unbewusst abläuft. Wer darüber bis in die letzten anatomischen und physiologischen Details Bescheid wissen möchte, sei auf die medizinischen Bücher im Literaturverzeichnis hingewiesen. Hier soll nur das für die Stimmarbeit unbedingt nötige Wissen vermittelt werden.

Der *Kehlkopf* bildet den Abschluss der Luftröhre nach oben. Er besteht wie diese aus Knorpelspangen, die durch Muskeln und sehnige Bänder verbunden sind. Der unterste dieser Knorpel ist der *Ringknorpel*, einem Siegelring vergleichbar, der mit dem

Siegel nach hinten oben auf der Luftröhre sitzt. Auf ihm liegt der *Schildknorpel*. Er hat die Form eines nach vorn gerichteten Schildes und ist nach hinten offen. Die beiden seitlichen Platten des Schildes stehen beim Mann in einem Winkel von etwa 90 Grad zueinander und springen als sogenannter Adamsapfel am Hals deutlich vor. Bei Frauen und Kindern bilden sie einen Winkel von etwa 120 Grad und sind deshalb weniger deutlich sichtbar. Durch eine sehnige Membran mit dem Kehlkopf fest verbunden ist das *Zungenbein*. Die Bewegungen der Zunge haben also direkte Auswirkungen auf den Kehlkopf. Vom Schildknorpel bis über das Zungenbein hinauf ragt der *Kehldeckel*, der sich beim Schlucken schützend über die Öffnung der Luftröhre legt.

Die *Stimmklappen* verlaufen von der Innenseite des Schildknorpels nach hinten auf das Siegel des Ringknorpels zu den dort aufsitzenden zwei *Stellknorpeln*. Diese sind seitlich verschiebbar und drehbar und bewirken durch die sie bewegenden Muskeln das Öffnen und Schliessen der Öffnung zwischen den Stimmklappen, der sogenannten *Stimmritze* oder *Glottis*.

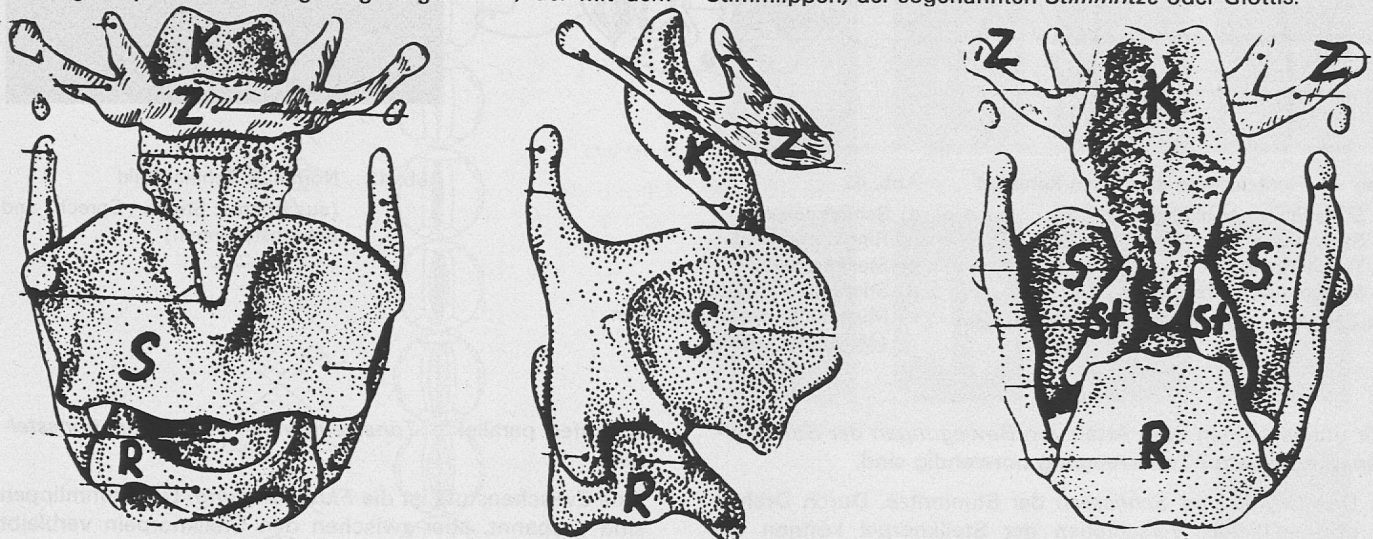


Abb. 39 Kehlkopfskelett (aus Seidner/Wendler) R = Ringknorpel S = Schildknorpel K = Kehldeckel Z = Zungenbein St = Stellknorpel

Über den Stimmklappen liegen die falschen Stimmklappen oder *Taschenfalten*. Der Raum zwischen ihnen und den Stimmklappen heisst *Morgagnische Tasche* (genannt nach dem italienischen Anatomen Morgagni 1682–1771). In ihr wird der *Schleim zur Befeuchtung* der Stimmklappen, die selber fast keine Schleimdrüsen besitzen, produziert. Für eine mühelose Funktion der Stimmklappen ist ein gewisser Feuchtigkeitsgrad notwendig. Sind sie zu trocken, verlieren sie ihre Geschmeidigkeit, der Schwingungsablauf ist gestört, die Stimme ermüdet leicht und klingt heiser. Meist sind es äussere Einflüsse, die zu einer Austrocknung der Schleimhäute führen, vor allem zu trockener Luft. In der Heizperiode ist es deshalb für die Gesunderhaltung der Stimme notwendig, in den Wohn- und Arbeitsräumen für eine genügende Luftfeuchtigkeit zu sorgen (etwa 50 Prozent kontrollierbar durch ein Hygrometer). Menschen, die eine Mandeloperation hinter sich haben, leiden oft besonders unter trockenen Schleimhäuten. Lauwarmes Wasser mit einer Prise Salz zum täglichen Gurgeln, eine milde Nasensalbe und Lutschtabletten mit Glycerin sind Linderung bringende Hilfsmittel. Wird dagegen bei Erkältungen zuviel Schleim produziert oder ist der normal produzierte Schleim dickflüssig und zäh, empfinden wir das als den sogenannten «Chrott im Hals»; wir haben Mühe

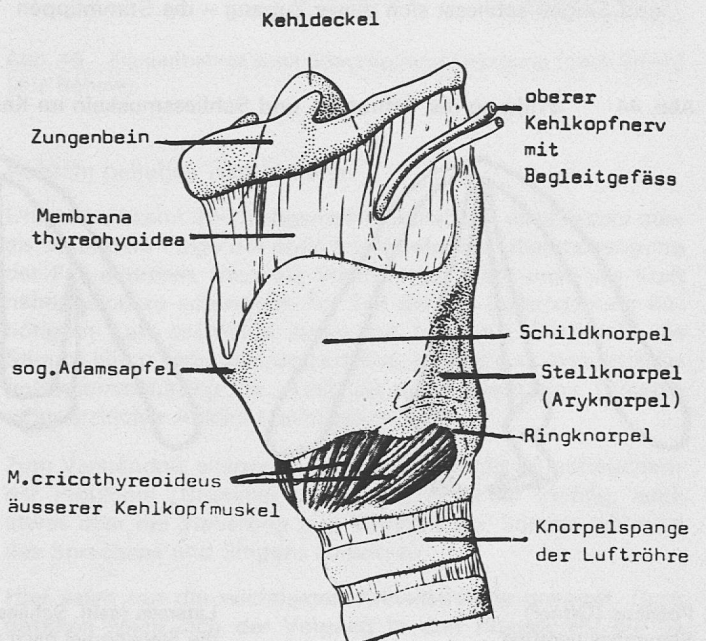


Abb. 40 (aus Habermann) Kehlkopf von aussen seitlich

mit dem Sprechen, die Stimme klingt belegt, und wir versuchen uns durch Husten zu befreien. Auch während der Nacht lagert sich Schleim auf den Stimmlippen ab, der aber normalerweise durch die Schwingungen beim ersten Sprechen rasch wegbeefördert wird.

Die *Stimmlippen* bestehen aus Muskulatur. Je nach beabsichtigter Tonhöhe oder Lautstärke können sie sich verlängern und verkürzen, schlanker oder dicker werden. Ihre zarten, aus elastischen Fasern bestehenden äusseren Ränder sind die eigentlichen *Stimmbänder*. Sie sind von einer Schleimhautschicht überzogen.

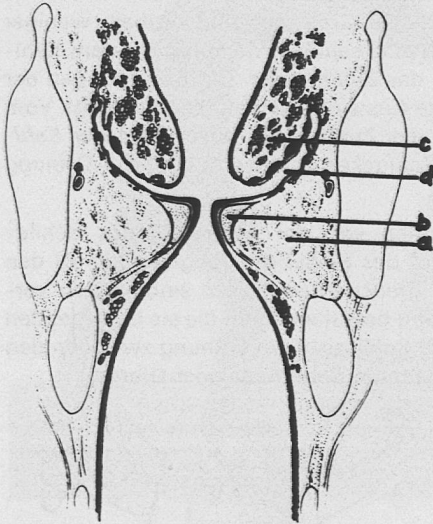


Abb. 41 Frontalschnitt durch den Kehlkopf
 a) Stimmlippenmuskulatur
 b) Stimmband
 c) Taschenfalte
 d) Morgagnische Tasche
 (aus Zöllner: Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde)

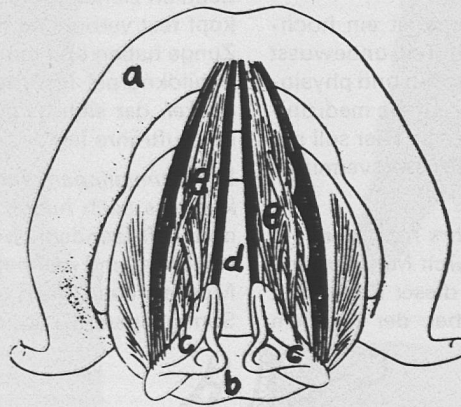


Abb. 42
 a) Schildknorpel
 b) Ringknorpel
 c) Stellknorpel
 d) Stimmritze (Glottis)
 e) Muskulatur der Stimmlippen (Musculus vocalis)

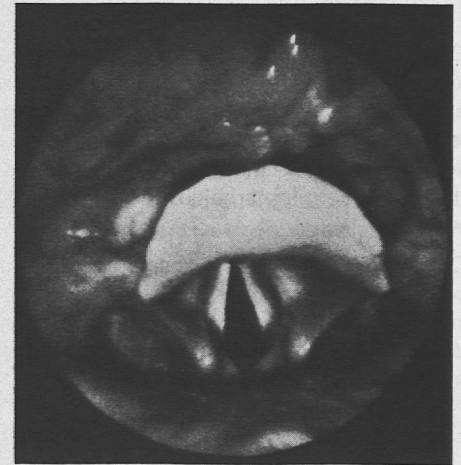


Abb. 43 Normales Kehlkopfbild
 (aus Böhme: Stimm-, Sprech- und Sprachstörungen)

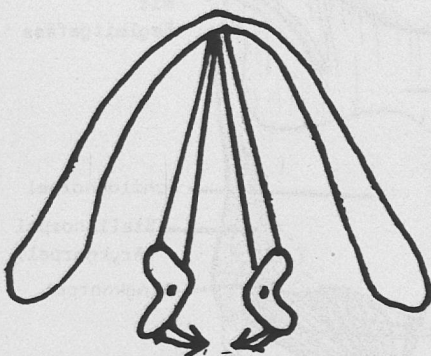
Wir unterscheiden zwei Arten von *Bewegungen der Stimmlippen*, die beide zur Tonerzeugung notwendig sind.

a) Das *Öffnen und Schliessen* der Stimmritze. Durch Drehen und seitliches Verschieben der Stellknorpel können die Stimmlippen hinten seitlich auseinanderbewegt werden, so dass eine dreieckförmige Öffnung entsteht – der Zugang zur Luftröhre ist geöffnet = *Atmungsstellung*. Beim Sprechen und Singen schliesst sich dieser Zugang – die Stimmlippen

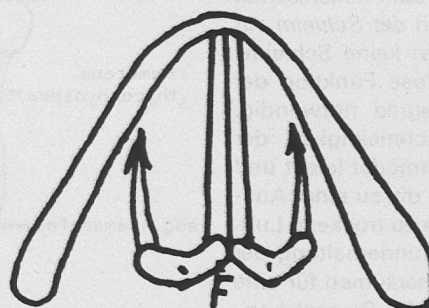
verlaufen parallel = *Tonerzeugungs- oder Phonationsstellung*.

Eine Zwischenstufe ist die *Flüsterstellung*. Die Stimmlippen sind gespannt, aber zwischen den Stellknorpeln verbleibt eine kleine Öffnung, das sogenannte Flüsterdreieck, durch das die Luft entweicht. Die Stimmbänder können so nicht schwingen, sind aber gespannt. Deshalb bedeutet *Flüstern keine Stimmschonung*.

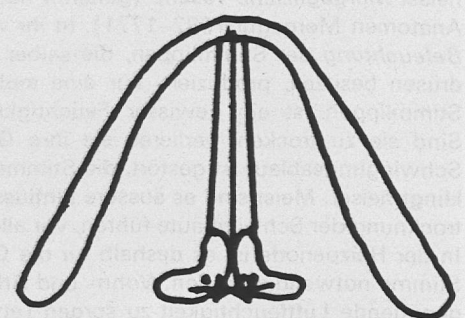
Abb. 44 Wirkung der Öffnungs- und Schliessmuskeln im Kehlkopf



Posticus (Öffner)
 Stimmritze geöffnet
 Atmung



Lateralis (seitl. Schliessmuskel, dreht die Stellknorpel nach innen) Stimmlippen geschlossen, Flüsterdreieck (F) offen



Transversus (Schliessmuskeln zwischen den Stellknorpeln) ganze Stimmritze geschlossen (mit Hilfe des Musculus vocalis) Phonationsstellung

b) Die *Schwingung* bei der Tonerzeugung ist ein sich streng periodisch wiederholendes Öffnen und Schliessen der Stimmlippen in der Frequenz der gesungenen Tonhöhe, wobei die Stellknorpel geschlossen bleiben. Die Stimmlippen schliessen sich – der Druck der Ausatemungsluft steigt, bis er stark genug ist, um die Stimmlippen auseinander zu treiben – durch die so entstandene schmale Öffnung strömt die Luft mit grosser Geschwindigkeit aus – durch den Sog der ausströmenden Luft, wegen des Druckabfalls und

auch dank ihrer eigenen Elastizität werden die Stimmlippen wieder geschlossen – der Druck der Ausatemungsluft steigt wieder, der Vorgang wiederholt sich.

Zusätzlich zu dieser Grundbewegung verläuft eine wellenförmige Bewegung der verschiebbaren Schleimhaut der Stimmlippen von unten nach oben, das heisst die Stimmlitze öffnet und schliesst sich jeweils von unten nach oben. Man nennt diesen Vorgang *Randkantenverschiebung*.

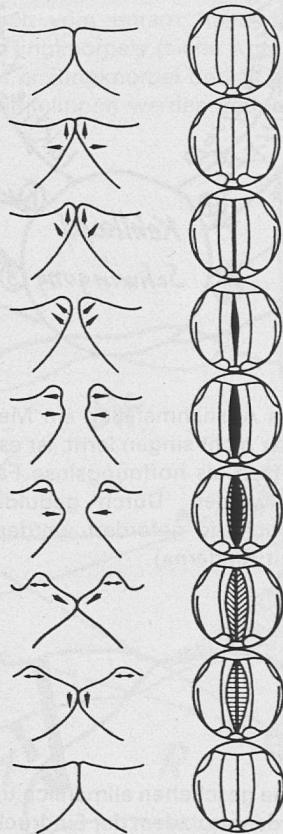


Abb. 45 Schematische Darstellung des stroboskopischen Bewegungsablaufes (nach Schönhärl) (aus Böhme)
Ablauf der Randkantenverschiebung während einer Schwingung

Diese *Randkantenverschiebung* ist entscheidend für den Klang der Stimme. Sie muss in allen Tonhöhen und Lautstärken normal und seitengleich ablaufen können. Wird sie gestört, klingt die Stimme heiser, hart und ermüdet rasch. Aus diesem Grunde ist es so wichtig, das *Gleichgewicht zwischen Atemdruck und Stimmbandschluss* zu erhalten. Ein zu starker Atemdruck, ausgelöst durch Pressen, Hochatmung, sich Vollpumpen mit Luft löst als Gegenreflex einen zu starken Stimmbandschluss aus. In der Folge müssen die Stimmlippen durch verstärkten Druck gesprengt werden, was wiederum einen noch stärkeren Stimmbandschluss hervorruft usw. usw. Dabei wird der feine Vorgang der Randkantenverschiebung erheblich gestört und der seitliche Ausschlag der Schwingung (Amplitude) ist verkürzt. Ist es einmal so weit, wird meist versucht, durch immer grössere Gewaltanwendung die Stimme zum Funktionieren zu zwingen, bis die verkrampfte Überspannung der Muskeln der Stimmlippen einen Grad erreicht, der die Stimme ernsthaft gefährdet. Es liegt eine *hyperfunktionelle Stimmstörung* vor, die nur durch eine längere Therapie unter ärztlicher

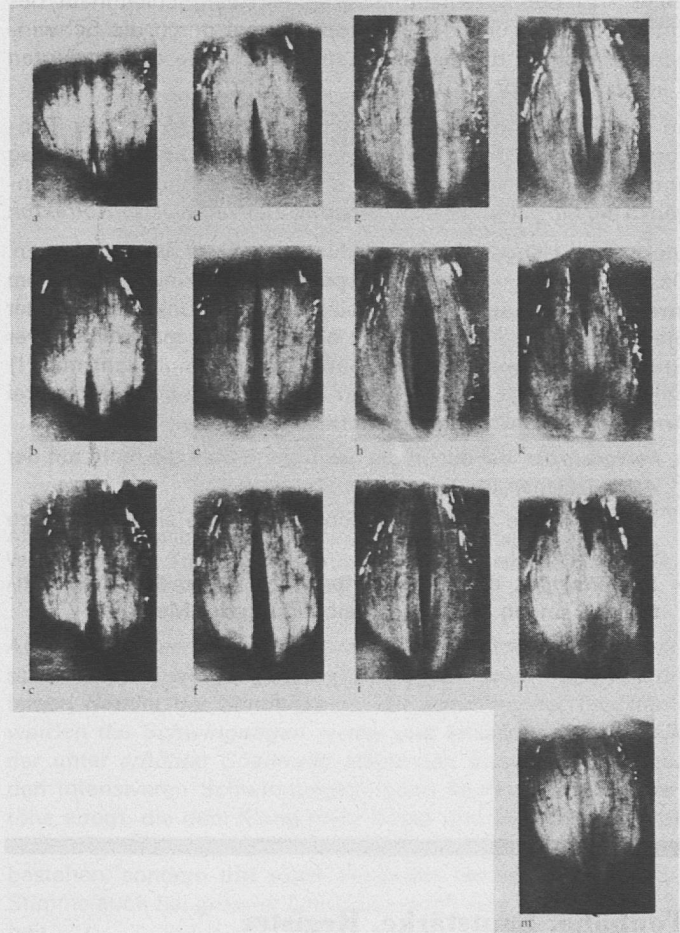


Abb. 46 Filmaufnahme einer Stimmlippenschwingung (nach Smith) (aus Böhme)

Aufsicht behoben werden kann.

Umgekehrt kann durch allgemeine Schlaffheit des Körpers oder als sekundäre Folge der oben beschriebenen Überanstrengung der Fall eintreten, dass die Stimmlippen nicht mehr die Kraft haben, sich zu schliessen. Ein Teil der zur Stimmgebung benötigten Luft entweicht dabei mit hörbarem Geräusch, die Stimme klingt verhaucht und kraftlos; es liegt eine *hypofunktionelle Stimmstörung* vor. Auch sie muss durch eine Therapie unter ärztlicher Aufsicht behoben werden.

Zum Verständnis einiger im Gesangsunterricht oft auftauchender Probleme (Brummer, Falschsinger) ist es wichtig, auch etwas über die *Steuerung* und Kontrolle der Stimme während des Sprechens und Singens zu wissen.

Hier seien nur die wichtigsten Anhaltspunkte genannt. Grob gesehen spielt sich der Vorgang in drei Phasen ab, die im Bruchteil einer Sekunde ablaufen: Impuls – Kontrolle – Korrektur.

Beispiel: Wir wollen auf dem Ton e in mittlerer Lautstärke den Vokal o singen. Dazu müssen die Stimmlippen sich schliessen, in einer ganz bestimmten Länge und Dicke gespannt werden und in der richtigen Weite und Frequenz (Schwingungen pro Sekunde) schwingen.

Der Befehl zu dieser Einstellung kommt über die Nervenbahnen vom Gehirn – *Impuls*.

Der Ton erklingt – auf zwei Wegen erfolgt die Rückmeldung ins Gehirn: a) durch Tastempfindungen in der Schleimhaut des untern Rachens und des Kehlkopfs, erregt durch die Schwingungen und b) durch die akustische Analyse des erzeugten Klanges im Gehör – *Kontrolle*.

Im Gehirn wird diese Rückmeldung verglichen mit der Tonvorstellung, die dem vorausgegangenen Impuls zugrunde lag und wieder via Nervenbahnen etwaige notwendige Änderungen in der Einstellung des Stimmapparates veranlasst – *Korrektur*.

Diesen schwierigen Funktionsablauf muss der Mensch lernen. Das Neugeborene kann weder sprechen noch singen. Bei einem gewissen Prozentsatz von Schulkindern nun funktioniert dieser Steuerungskreislauf noch nicht oder nur sehr mangelhaft. Der Grund kann in mangelnder Übung («man» singt nicht mehr!) oder fehlender Begabung liegen. Wir unterscheiden dabei drei Arten von Abweichungen vom richtigen Singen:

- *Falschsinger*, bei denen die gesungene Melodie nicht mit der vorgegebenen übereinstimmt.
- *Tiefsinger*, die an sich die richtige Melodie singen, aber zu tief intonieren.
- *Sprechsinger*, die sogenannten «Brummer», die in Sprechtonlage singen ohne Berücksichtigung der Melodie.

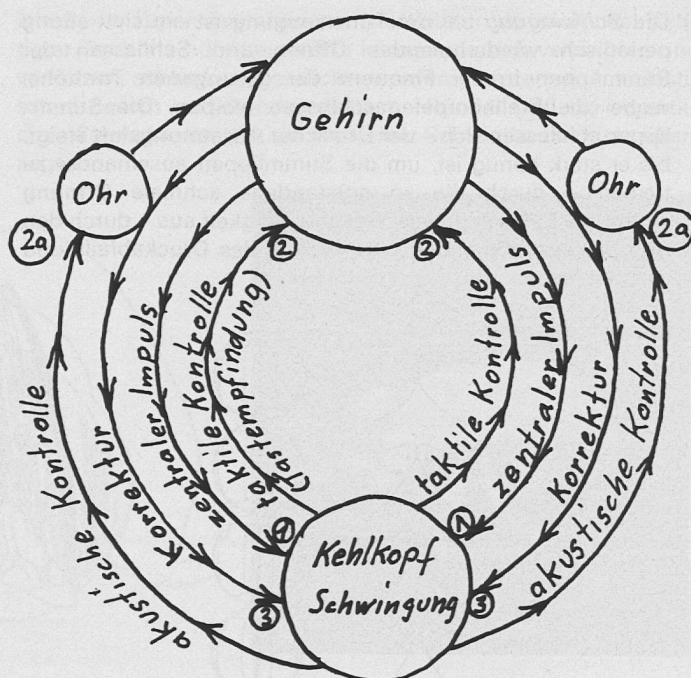


Abb. 47

Da nur in seltenen Ausnahmefällen ein Mensch so unmusikalisch ist, dass er gar nicht singen lernt, ist es völlig falsch, wenn diese Schüler einfach als hoffnungslose Fälle vom Singunterricht dispensiert werden. Durch geduldige Schulung und Übung können auch sie gefördert werden (siehe im Kapitel «Stimmbildung mit Kindern»).

Tonhöhe, Lautstärke, Register

Frau G. singt in einem Chor Alt. Der untere Teil ihres Stimmumfangs hat einen lauten, fast männlichen Klangcharakter. Beim Aufwärtssingen ist bei h' eine deutliche Umschaltung zu hören, nach der die Stimme dünn, leise und verhaucht weiterklingt. Männerstimmen kippen in der Höhe um und klingen dann ähnlich wie Frauen- oder Kinderstimmen. Wenn Kinder tief singen, klingt es oft laut und etwas roh; in der Höhe wird die Stimme dann luftiger und weicher.

Diese recht auffälligen Klangunterschiede innerhalb derselben Stimme haben alle mit dem Begriff *Register* zu tun. Unter Register verstehen wir eine Reihe von Tönen von gleichbleibender Klangfarbe, die durch eine bestimmte Schwingungsform der Stimmlippen hervorgerufen wird. Das Ziel jeder Gesangsausbildung besteht in der *Verschmelzung dieser Register*. Bei einer guten Sängerin oder einem guten Sänger sind keine Bruchstellen oder hörbaren Übergänge festzustellen. Sie haben die Fähigkeit, beim Singen unmerklich von einer Schwingungsform der Stimmlippen in die andere zu gleiten. Die Tiefe kann etwas voller und dunkler klingen, die Höhe schlanker und heller,

aber die Übergänge geschehen allmählich und die Unterschiede sind nur so gross, dass trotzdem der Eindruck eines einheitlichen Klangs entsteht. Man spricht dann von *Registerausgleich* oder vom *Einregister*.

Um die Registerfrage besser zu verstehen, müssen wir eine Reihe von Faktoren und ihr Zusammenwirken berücksichtigen: Schwingungsformen der Stimmlippen, Tonhöhe, Lautstärke, Resonanz, Einflüsse verschiedener Sprachlaute.

Zuerst setzen wir *Tonhöhe* und *Lautstärke* mit den *Schwingungsformen* der Stimmlippen in Beziehung. Auch hier kann uns der Vergleich mit dem *Instrument* helfen:

- Tiefe Töne spielt der Geiger auf einer dickeren Saite als hohe. Bei einem guten Spieler sind aber die Saitenübergänge nicht hörbar. Beim in die Höhe Spielen wird der Klang allmählich heller und schlanker.
- Spannen wir eine Saite beim Stimmen stärker an, wird der Ton höher; vermindern wir ihre Spannung, wird er tiefer.
- Mit der Steigerung der Lautstärke vom Piano zum Forte steigert sich auch die Intensität der Schwingungen, ausgelöst durch stärkeren Druck des die Schwingungen erregenden Bogens.

Ähnlich verhalten sich die *Stimmlippen*. Nur muss hier dasselbe Organ alle Schwingungsformen für die verschiedenen Tonhöhen und Lautstärken hergeben. Im vorhergehenden Kapitel wurde die Tätigkeit der die Stellknorpel bewegenden Muskeln beim *Öffnen und Schliessen* der Stimmritze und der eigentliche

Schwingungsvorgang mit der für den gesunden Stimmklang so wichtigen *Randkantenverschiebung* beschrieben. Für die Erzeugung der verschiedenen Tonhöhen und Lautstärken treten nun weitere Muskeln in Aktion:

- a) Die eigentliche Muskulatur der Stimmlippen, hauptsächlich der *Musculus vocalis*. Die Fasern dieses Muskels verlaufen nicht einfach parallel zum Stimmlippenrand, sondern sind zopfartig miteinander verflochten (siehe Abb. 42). Dadurch kann sich Dicke, Gestalt und Spannungsgrad der schwingenden Stimmlippen laufend verändern.
- b) Der *Musculus cricotyreoideus*. Er ist zweiteilig und erstreckt sich vorne seitlich vom untern Rand des Schildknorpels zum Bogen des Ringknorpels (siehe Abb. 40). Zieht er sich zusammen, kippt er Ringknorpel und Schildknorpel gegeneinander. Die Stimmlippen werden dadurch verlängert und gespannt.

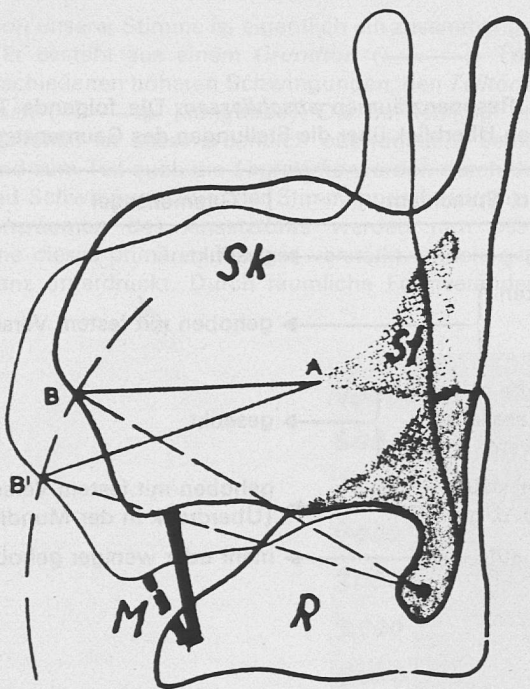


Abb. 48 (nach Habermann)

Wirkungsweise des Musculus cricotyreoideus (M)
 Sk = Schildknorpel R = Ringknorpel St = Stellknorpel
 A-B = Stimmlippen ungespannt
 A-B' = Stimmlippen durch Kippmechanismus verlängert und gespannt

Ein einfaches *Experiment* kann die Bedeutung dieses Vorgangs zeigen. Wir singen einen Ton in höherer Stimmlage. Jetzt drücken wir mit der Hand den Kehlkopf nach hinten. Dadurch wird die Wirkung des Musculus cricotyreoideus aufgehoben und die Spannung der Stimmlippen vermindert. Es wird unmöglich, die Tonhöhe zu halten, wir sinken gleitend auf eine tiefere Tonhöhe.

Bei *tiefen Tönen* sind die *Stimmlippen entspannt* und schwingen *langsam* und *ausholend*. Mit *steigender Tonhöhe* tritt der Musculus cricotyreoideus in Funktion. Die *Stimmlippen* werden durch ihn *verlängert* und *gespannt*. Die feinere Regelung des *Spannungsgrades* und der *schwingenden Masse* erfolgt durch den Musculus vocalis. Je höher die Tonhöhe ansteigt, desto mehr werden die Stimmlippen verlängert und immer stärker gespannt. Zugleich *verringert* sich die *schwingende Masse*, das heisst die Stimmlippen schwingen nicht mehr in der ganzen Breite, sondern nur noch mit der *Randzone*.

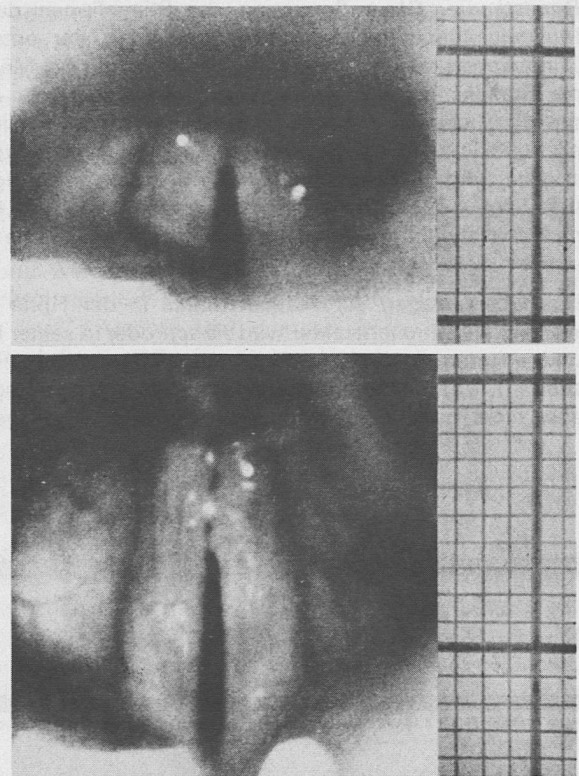


Abb. 49 Stimmlippenverlängerung beim Aufwärtssingen (nach Wendler): oben Tonhöhe Ais, unten Tonhöhe h'; rechts im Bild Millimeterraster (aus Seidner/Wendler)

Auch beim *Wechsel der Lautstärke* beobachtet man ganz verschiedene Schwingungsformen. Im *Piano* schwingen nur die feinen *Ränder der Stimmlippen*. Mit *zunehmender Lautstärke* werden die *Schwingungen weiter* und erfassen *breitere Teile* der unter *erhöhter Spannung* stehenden Stimmlippen. Durch den intensiveren Schwingungsvorgang werden höhere Obertöne erregt, die dem Klang mehr Glanz und Durchschlagskraft verleihen. Dabei bleibt die *Randkantenverschiebung* nicht nur bestehen, sondern tritt sogar *deutlicher* hervor. So behält die Stimme auch bei grösster Lautstärke noch eine gewisse Weichheit.

Man unterscheidet sowohl in der Frauen- als auch in der Männerstimme *drei Hauptregister*: Kopfstimme, Mittelstimme und Bruststimme.

Kopfstimme oder Randstimme: Randschwingung der Stimmlippen – leise, weiche, eher dunkle, flötenähnliche Töne – Piano-funktion über den ganzen Stimmumfang – tiefe, dunkle Resonanzen im Rachenraum und der Mundhöhle – Vokale u und geschlossenes o – in der Höhe der Frauen- und Kinderstimme vorherrschendes Register – bei Männern durch leise Übungen in der Tiefe zu wecken – ihre Funktion über den ganzen Stimmumfang ist unerlässlich für die Gesundheit der Stimme.

Mittelstimme: Die Schwingung erfasst je nach Tonhöhe und Lautstärke etwas mehr oder weniger als die halbe Breite der Stimmlippen – Mezzoforte in den tieferen, Forte in den höheren Stimmlagen – Männerstimmen über den ganzen Stimmumfang, bei Frauen- und Kinderstimmen in der Höhe immer mehr in die Kopfstimme übergehend – hell, tragend, durchschlagskräftig – vordere obere helle Resonanzen, «Maske», Vordersitz, Nasenrachenraum – Vokale i und e in Verbindung mit n, s, z, t, b, p.

Bruststimme: Ohne Spannung der Stimmlippen durch den *Musculus cricotyreoideus*, Vollschiwingung der entspannten Stimmlippen – laute, volle Töne, bassig kernig bei Männern, in der Frauenstimme von männlichem Klangcharakter – Gefahr des plötzlichen Übergangs beim Auf- und Abwärtssingen vor allem bei Frauen und Kindern – zu *hoch hinaufgezogene Bruststimme* führt zu *Stimmerschädigungen* – Beschränkung auf die tiefe Lage – obere Grenze bei Frauen und Kindern d' , bei Männern zwischen d und f je nach Stimmgattung – offene Vokale a und o – tiefe Resonanzen, weiter Rachenraum.

Das Überspringen der Männerstimme in der Höhe in einen weiblichen Stimmcharakter wird *Falsett* oder in seiner höchsten und engsten Form auch *Fistelstimme* genannt (nicht Kopfstimme). Die Stimmlippen nähern sich einander, schliessen aber nicht ganz. Diese Stimmgebung wird von sogenannten

Falsettisten (Contratenor, Altus) bei der Interpretation alter Musik angewendet und beim Jodeln.

In der extremen Höhe der Frauen- und Kinderstimme schliesst sich an die Kopfstimme die sogenannte *Pfeifstimme* an. Sie klingt instrumental, ohne die Möglichkeit, Sprachlaute zu formen und wird musikalisch ab h'' vom Koloratursopran benutzt (zum Beispiel Mozart: Zauberflöte, Arie der Königin der Nacht, höchster Ton f''').

Ausser Falsett und Pfeifstimme treten die Register nicht isoliert auf, sondern sind je nach Stimmgattung immer wieder etwas anders gemischt. Man spricht dann beispielsweise von einem Sopran mit viel Kopfstimmgehalt, einem Tenor, dem die Mittelstimme Glanz und Helligkeit verleiht oder einem schwarzen Bass mit viel dunklem und kernigem Bruststimmgehalt.

Resonanz

Wie bei einem Instrument die charakteristische Klangfarbe von Material, Form und Bauart des Resonanzkörpers abhängig ist so erfolgt auch bei der menschlichen Stimme die eigentliche Formung und Verstärkung des Klages in den Resonanzräumen oberhalb des Kehlkopfes, dem sogenannten *Ansatzrohr*. Es setzt sich zusammen aus zwei *primären Resonanzräumen* im physikalischen Sinn, dem *Rachenraum* und dem *Mundraum*. Bei gewissen nasalen Klingern tritt zusätzlich eine Resonanz der Nasenhaupthöhlen hinzu. Daneben werden beim Singen oft noch *sekundäre Vibrationen* an bestimmten Stellen des Schädels, des Gesichts und der Brust verspürt. Diese erzeugen keinen Klang, können aber für die Klangvorstellung des singenden Menschen von Bedeutung sein.

Der *Rachenraum* erstreckt sich schlauchartig vom Kehlrachen über den Mundrachen bis hinauf in den Nasenrachenraum hinter dem Gaumensegel. In ihm entsteht die *emotionelle Komponente* des Stimmklages. Die persönliche Klangfarbe der Stimme, ihr *Timbre* ist von seiner anatomischen Form abhängig; durch vielgestaltige Formveränderung werden die *stimmlichen Gefühlsausdrucksbereiche* erzeugt. Beim freudigen oder behaglichen Sprechen zum Beispiel ist der Rachenraum weit, die Stimme klingt weich, voll und eher dunkel. Drückt die Stimme Angst, Zorn oder Ekel aus, klingt sie hart, hell, spröde und gepresst, der Rachenraum verengt sich.

Den *Mundraum* könnte man im Gegensatz zum Rachenraum als den *intellektuellen Resonanzraum* bezeichnen. In ihm werden durch bewusste, in frühester Jugend durch Nachahmung erlernte Formveränderungen und dem Luftstrom durch Bewegungen der Zunge und der Lippen in den Weg gestellte Hindernisse die *Sprachlaute* geformt.

Die Verbindung zwischen diesen zwei Hohlräumen bildet die *Schlundenge*, oben begrenzt durch das frei herabhängende *Gaumensegel* mit dem Zäpfchen, das über Muskelzüge mit der die untere Begrenzung bildenden *Zungenwurzel* zu einer ringmuskelartigen funktionellen Einheit verbunden ist. In Verbindung mit Muskeln der seitlichen und hinteren Rachenwand kann das *gehobene Gaumensegel* den *Nasenraum* von den

übrigen Resonanzräumen *abschliessen*. Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über die Stellungen des Gaumensegels.

Funktion, Sprachlaut	Gaumensegel
Atmung	→ gesenkt
Schlucken	→ gehoben mit festem Verschluss
Blasen	
Saugen	
Nasallaute $m, n, ng,$ franz. Nasallaute, z. B. $le\ vent$	→ gesenkt
Verschlusslaute p, t, k, b, d, g	→ gehoben mit festem Verschluss (Überdruck in der Mundhöhle)
übriqe Laute	→ mehr oder weniger gehoben

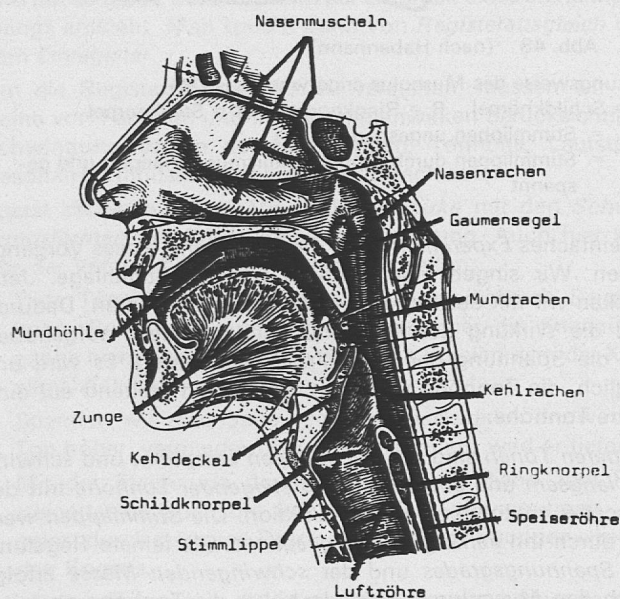


Abb. 50 (nach Voss/Herrlinger: Taschenbuch der Anatomie II)

Was geht nun eigentlich bei der Tonerzeugung im Ansatzrohr vor?

Die im Kehlkopf erzeugten *Schallwellen* breiten sich gleichmässig *nach allen Richtungen* im Ansatzrohr aus. Da die Tonerzeugung mit einer Ausatmung verbunden ist, fliesst unabhängig davon ein *Luftstrom* ab, der mit der Tonerzeugung nichts zu tun hat. Von einem zielgerichteten «Tonstrom» oder einem «Anschlagen» der Schallwellen an bestimmten Stellen kann nicht gesprochen werden. Beim Singen können durch die schon erwähnten sekundären Vibrationsempfindungen solche Vorstellungen entstehen. Man spricht dann etwa vom «Vordersitz» der Stimme, «in die Maske singen», «Kopfklang», «Kopfresonanz» usw. Diese Ausdrücke sind im physikalischen Sinne eigentlich falsch, können aber helfen, die Resonanzräume richtig zu öffnen und auszunützen.

Jeder *Ton* unserer Stimme ist eigentlich ein zusammengesetzter *Klang*. Er besteht aus einem *Grundton* (→ Tonhöhe) und verschiedenen höheren Schwingungen, den *Teiltönen* oder *Obertönen* (→ Klangfarbe). Der im Kehlkopf erzeugte primäre Schall ist ausserordentlich obertonreich. Seine *Tonhöhe* und zum Teil auch die *Lautstärke* werden durch die Stellung und Schwingungsform der Stimmlippen bestimmt. In den Resonanzräumen des Ansatzrohrs werden nun bestimmte Obertöne dieses primären Klanges verstärkt, andere gedämpft oder ganz unterdrückt. Durch räumliche Formveränderungen

kann sich die Obertonzusammensetzung ständig ändern. So entstehen die *Klangfarben* der Sprachlaute und die emotionalen Klangfarbenwechsel. Die charakteristischen Obertöne eines Vokals heissen *Formanten*. So hat beispielsweise der Vokal *i* starke Obertöne im Frequenzbereich 3000 bis 3500 Hertz (= Schwingungen pro Sekunde). Er klingt deshalb hell. Wollen wir ein *u* sprechen, filtern wir durch die Einstellung der Resonanzräume diese hohen Obertöne weg und verstärken einen tieferen Frequenzbereich um 200 bis 400 Hertz; der Klang wird dunkler und weicher. Diese für die typische Klangfarbe der Vokale entscheidenden Schwingungen sind weitgehend unabhängig vom Grundton, auf dem sie gesprochen werden. Nachstehend die *Hauptformanten der Vokale*:

i um 200 bis 400 und 3000 bis 3500 Hertz
e um 400 bis 600 und 2200 bis 2600 Hertz
a um 800 bis 1200 Hertz
o um 400 bis 600 Hertz
u um 200 bis 400 Hertz

Die Geräuschanteile mancher *Konsonanten* können sich in sehr hohe Obertonbereiche erstrecken. Mit Hilfe des *Sonagrammen* werden die Obertonzusammensetzungen graphisch sichtbar gemacht. Das auf Abb. 51 gezeigte *Sonagramm* zeigt uns die Schwingungszusammensetzung eines gesprochenen Satzes, der alle obenstehenden Vokale enthält. Aus dem verschiedenen Schwärzungsgrad ist die Stärke der einzelnen Formanten ersichtlich.

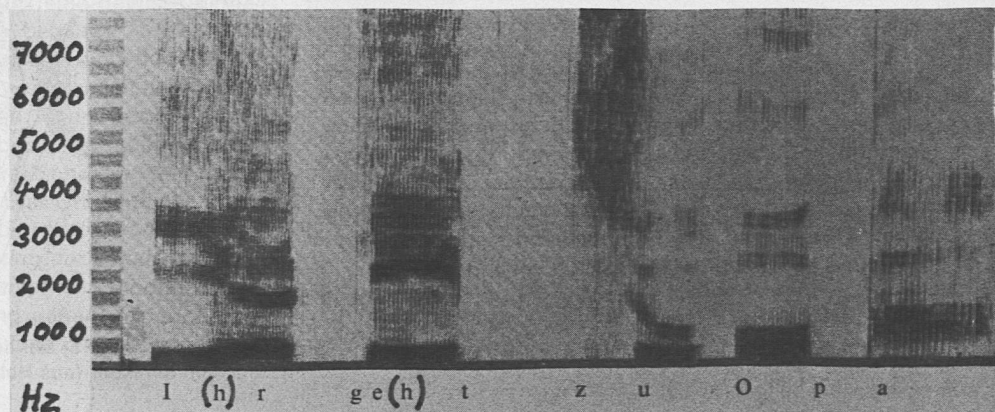


Abb. 51 (aus Seidner/Wendler)

Praktische Folgerungen für die Arbeit an der Stimme

- Erst die *richtige Ausnützung* aller *Resonanzräume* führt im Verein mit der in den vorhergehenden Kapiteln beschriebenen *Haltung* und *Atmung* zu einer Stimmgebung, die die Forderung nach *grösster Wirksamkeit* bei *geringster Muskelarbeit* (der Stimmlippen) erfüllt.
- *Weiträumigkeit* und *Weichwandigkeit* in den Räumen des Ansatzrohres schaffen besonders günstige Resonanzverhältnisse. Habermann spricht in diesem Zusammenhang von einem «voluminösen Piano», auf dem die Stimmarbeit aufgebaut werden soll.

- Nicht den Mund aufreissen. Es ist eine *innere Weitung* anzustreben. Hilfsvorstellungen: unterdrücktes Gähnen (sogenanntes «Höflichkeitsgähnen»), Vorstellung, in einen Apfel beißen zu wollen. Kontrolle der Mundöffnung: Man stecke den aufgestellten Daumen oder einen Korkzapfen zwischen die Zähne. Dasselbe Lied wird zuerst mit Zapfen, dann ohne gesungen.

(Siehe Abb. 52, 53 und 54)



Abb. 52



Abb. 53

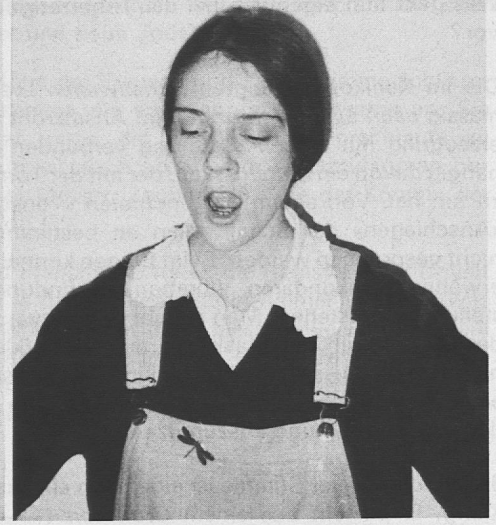


Abb. 54

– Eine *tiefe Stellung des Kehlkopfs* vergrößert den Schallraum. Sie darf aber nicht durch künstliches Tiefdrücken und Fixieren des Kehlkopfes in seiner Stellung erreicht werden, sondern durch *Gähngefühl* und Anwendung der *Rücken- und Flankendehnung*. Auch beim *Abspannen* senkt sich der Kehlkopf jedesmal etwas. Die nebenstehende Zeichnung zeigt den Unterschied der Raumverhältnisse bei hochgezogenem und tiefgestelltem Kehlkopf.

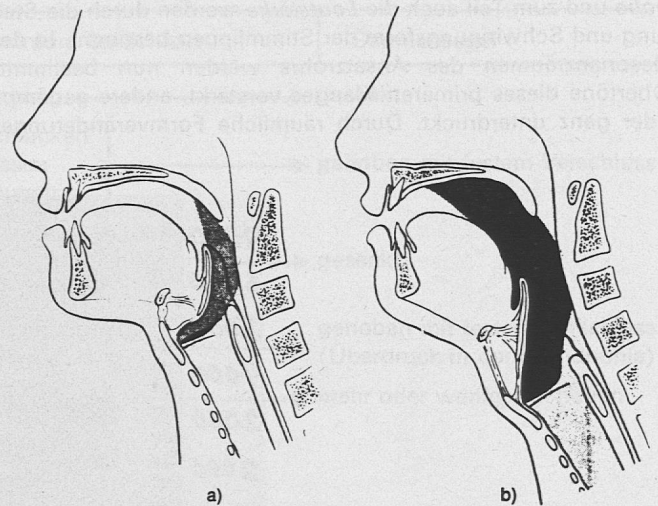
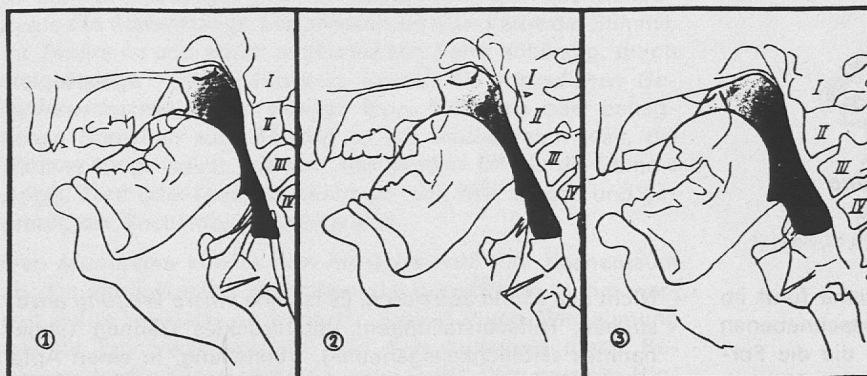


Abb. 55 Ansatzrohr a) bei hochgezogenem Kehlkopf, b) bei herabgezogenem Kehlkopf (aus Habermann)



Ton f

c''

f''

Abb. 56 (aus Luchsinger/Arnold: Handbuch der Stimm- und Sprachheilkunde)

– Für das Singen *hoher Töne* ist diese Weitung und Tiefstellung unerlässlich. Die Röntgenaufnahmen einer Sängerin beim Singen eines tiefen, mittleren und hohen Tones zeigen dies deutlich. Ein hochgestellter Kehlkopf ist einem starken Zug

durch die gestreckte Luftröhre ausgesetzt. Dieser Umstand hindert die Stimmlippen, sich für die hohen Töne zu verlängern und zu spannen.

– Auch das *Anschwellen auf einem ausgehaltenen Ton* (Schwellton) ist bei richtiger Ausführung mit einem Tiefer-treten des Kehlkopfes verbunden. Nur so kann sich der Ton ohne Behinderung durch künstlichen Druck entfalten und frei schwingen. Während des Lauterwerdens soll das Gefühl entstehen, die Kehle werde immer weiter und tiefer. Zugleich wird die Dehnung von Flanken und Rücken intensiviert.

– Die *Zunge* liege möglichst *flach und vorn* (mit der Spitze die Innenseite der unteren Schneidezähne berührend). *Rücklage der Zunge*, meist verbunden mit Kehlkopfhochstand, führt zu *Verengungen* im Mund-Rachenbereich – die Stimme klingt gequetscht, gaumig, zu weit hinten und obertonarm. Man nennt diese Singart *«Knödeln»*.

– Der *Unterkiefer* sei locker und frei beweglich. Jede Verkrampfung der ihn bewegenden Muskeln führt zu Verspannungen im Kehlkopfbereich und einer Beeinträchtigung der Weitung der Resonanzräume.

– Beim *Singen* muss die Stimme trotz der Forderung nach Verständlichkeit des gesungenen Textes eine gewisse *Einheitlichkeit der Klangfarbe*, ihr *Timbre* behalten. Wir erreichen dies mit dem *Vokalausgleich*, der zugleich auch den *Registerausgleich* fördert: Der Gegensatz zwischen den hellen (i und e) und dunklen (u und o) Vokalen wird überwunden und eine Vokalform angestrebt, die die beiden Gruppen verbindet, das heisst den hellen etwas von ihrer Schärfe nimmt und die dunklen nicht dumpf werden lässt. Dies ist zu erreichen durch die während des Singens *unverändert beibehaltene Weitung des Rachenraumes* und eine *Formung der Vokale* im Mundraum, die *Extrembewegungen meidet*. Zu scharfe i und e werden mit einer Formveränderung gegen o und u runder und weicher gemacht, zu dumpfe u und o hellen wir in Richtung i und e auf.

Im *idealen Klang* ist alles vorhanden: Die richtige Mischung von Hell und Dunkel, Strahlkraft und doch Weichheit, prägnante, plastische Aussprache und immer weiter strömender Ton von gleichbleibendem Timbre.

Nüchterner gesagt heisst dies: Die so geführte Singstimme verfügt über ein gleichbleibendes breites Spektrum von harmonischen Obertönen, das die Bestandteile aller Vokale enthält, wobei jeweils die Farbe des gerade gesungenen Vokals etwas hervorgehoben wird, ohne die anderen Schwingungen ganz abzdämpfen – die Stimme ist tragfähig, sie sitzt und klingt ohne Anstrengung.

– Zum Schluss dieses Kapitels seien wieder einige Anweisungen der *alten Gesangsmeister* zitiert: «Überhaupt muss der Lehrmeister das Niederdrücken und Plattmachen der Zunge, wo es nur möglich ist, nachdrücklich einschärfen. Denn durch diese Lage der Zunge kann man die Nasen- und Kehlfelder am besten verhüten.» (Agricola)

«Eine der vornehmsten Sorgen des Meisters sei auf des Schülers Stimme gerichtet. . . so muss sie immer rein und hell herauskommen, ohne dass sie (wie man sagt) durch die Nase gehe oder in der Kehle stecken bleibe. Dieses sind die beiden grässlichsten Fehler eines Sängers.» (Agricola)

Besonders drastisch äussert sich Prinz in seinem 1678 erschienenen Werk *«Musica modulatori vocali»*: «Es soll auch der Praefectus sonderlich acht haben, dass keiner von den Sängern übermässig schreye. Massen es nicht alleine schändlich steht, wenn die Vocalisten das Maul so weit auf-sperren, dass man mit einem Fuder Heu hineinfahren möchte, und so stark schreyen, dass sie erschwartzten, und die Augen verkehren, wie ein gestochener Bock, sondern auch überaus hässlich lautet, und ehe für ein Geschrei bezechter Bauren, oder heulender Hunde als eine zierliche Musik gehalten werden möge.»

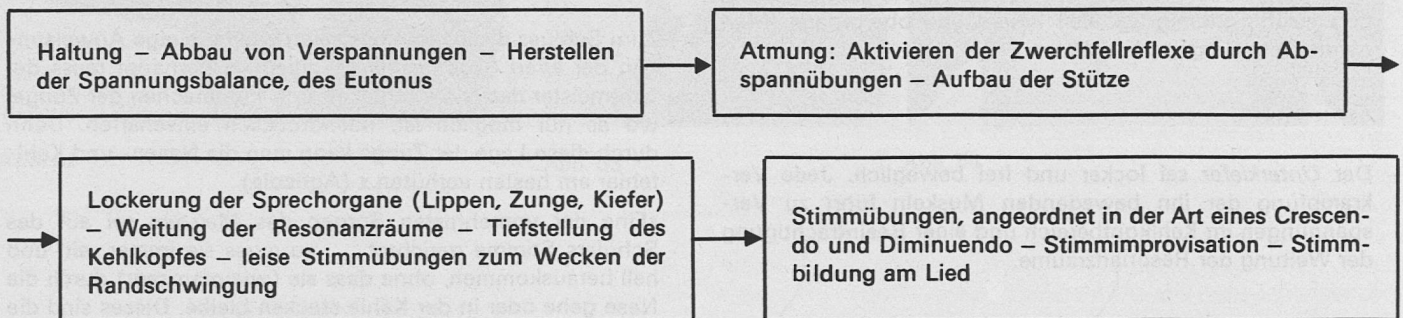
Stimmübungen

Um etwas Ordnung und Klarheit in die fast unendlichen Möglichkeiten des Erfindens von Stimmübungen zu bringen, sollen zuerst die *Ziele der Stimmbildung* formuliert werden. Jedem

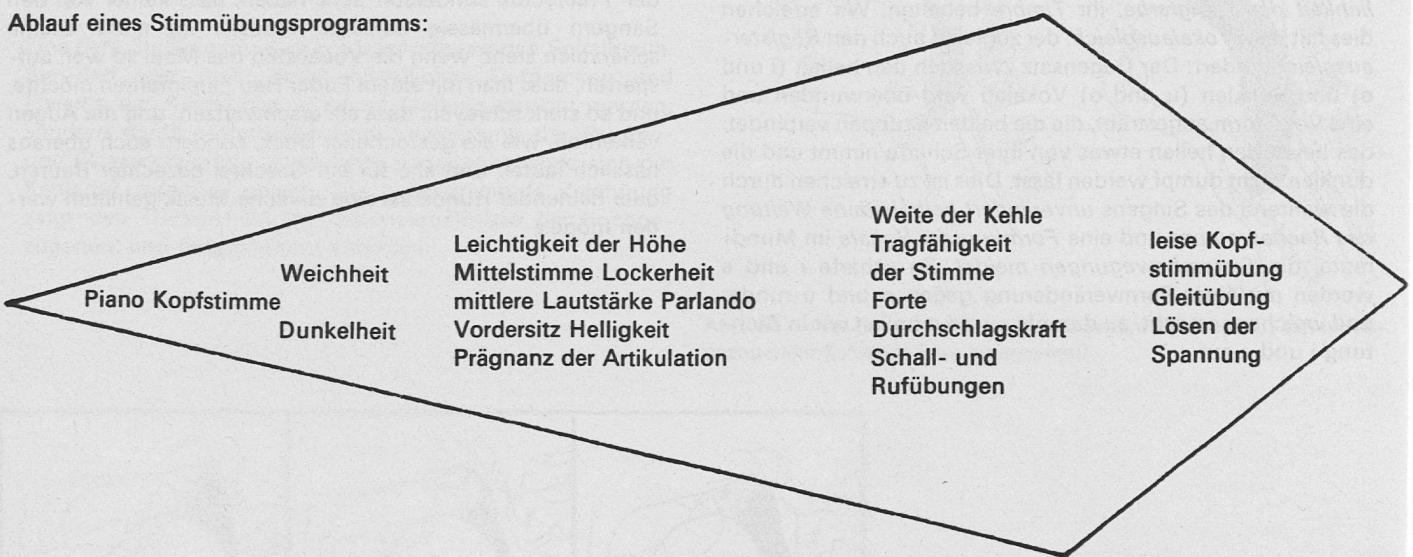
dieser Ziele sind *entsprechende Übungen oder Grundprinzipien für den Bau von Übungen* zugeordnet. Innerhalb dieser Grundprinzipien kann dann mit etwas Fantasie diejenige Übungsform gefunden werden, die den Menschen, die sie singen müssen, am besten angepasst ist.

Bevor wir uns mit den einzelnen Teilzielen beschäftigen, sei noch einmal der Blick auf die *Ganzheit* des Sprechenden oder Singenden Menschen gerichtet, die wir nie aus den Augen verlieren sollten.

Grundprinzipien für den Aufbau der Stimmbildung



Ablauf eines Stimmübungsprogramms:




Allgemeine Bemerkungen zu den Stimmübungen

- Vor jeder Übung: richtige Haltung – nicht Luft einziehen, sondern Kehle weiten, verbunden mit einer leichten Dehnung von Rücken und Flanken.
- immer das Gefühl haben, man könnte noch lauter – höher – länger singen, das heißt in diesen Dingen nur so weit gehen, wie es ohne Gewaltanwendung möglich ist.
- die Schwerpunkte im Aufbau des oben skizzierten Arbeitsablaufes auf den körperlichen und stimmlichen Zustand der Menschen abstimmen, mit denen man singt.

Die nachfolgenden Beispiele von Stimmübungen können von Laiensängern angewendet werden, sei es zur persönlichen Stimmschulung oder zum Einsingen mit einem Chor. Seine Stimme solistisch ausbilden kann man allerdings nicht selber. Wer dies möchte, nehme Unterricht bei einer Gesangslehrerin oder einem Gesangslehrer.

Stimmübungen für Kinder sind im nächsten Kapitel zu finden. Viele davon eignen sich auch für die Arbeit mit Erwachsenen (Improvisation, Stimm-bildung am Lied).

**Lockerung der Stimm- und Sprechorgane,
Weitung der Resonanzräume, Tiefstellung
des Kehlkopfes, Wecken der Randschwingung**

- 1. Lippenvibration mit Ton, abwechslungsweise mit Abspannpausen 

(Kind, das mit Auto spielt) Achtung: nicht Luft einziehen und pressen!

- 2. Kopf hängen lassen – mit dem Zeigefinger von oben nach unten über die halb geöffneten Lippen fahren – dazu die Stimme leise klingen lassen.

- 3. Zunge bei weit geöffnetem Mund herausstrecken und wieder einziehen – an den Lippen kreisen lassen – von einem Mundwinkel zum andern pendeln lassen – zu einem Röhrchen formen (einer Anzahl Menschen ist dies unmöglich) – mit der Spitze hinter die oberen und unteren Zähne stecken und als Buckel vorwölben.

- 4. Unterkiefer mehrmals senken (die Zunge liegt flach und berührt mit der Spitze die Innenseite der unteren Schneidezähne), bis sich ein Gähngefühl einstellt – während des Gähnens leise, weich und hohl sprechen *mom mom mom*

(die Stimme von oben nach unten fallen lassen, seufzen).

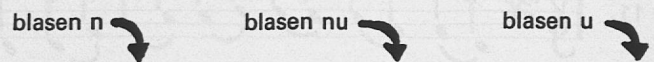


- 5. Mit leicht geschlossenen Lippen kauen, wie wenn man den Mund voll hätte – ausholende Bewegungen des Unterkiefers in Form einer liegenden ∞ – dazu summen auf m_____ («Mmmmmm, das ist gut, was ich da kauge!») – mit dem Summton durch den ganzen Stimmumfang gleiten – von Zeit zu Zeit aufhören und durch die Nase wieder Luft kommen lassen.



Die Übung solange andauern lassen, bis der Summton in allen Lagen schön schlank, ohne Nebengeräusche und ohne in der Höhe abzubrechen erklingt. Bei Schwierigkeiten die vorhergehende Gähnung einschieben.

- 6. Die Luft hörbar ausblasen – am Schluss des Blasens leise seufzen (zuerst auf einem mittleren Ton beginnen, dann höher), zu Beginn auf n, dann nu und u

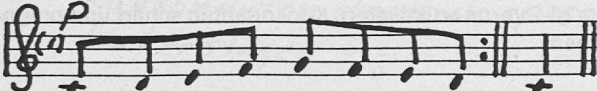


Zwischen Blasen und Seufzen darf keine Lücke entstehen. Der Seufzer hat ganz fein einzusetzen (Randschwingung, weicher Stimmeinsatz).

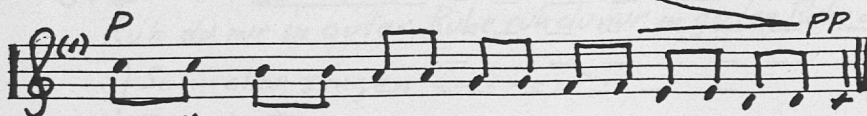
**Randschwingung, Kopfstimme, Weichheit
und Wärme des Tones**

Resonanz in der Mundhöhle – Lippen etwas nach vorn gestülpt – leises Singen auf u oder geschlossenes o in Verbindung mit l, m, n, w, s, d – leise Summübungen – Gleitübungen (Glissando) auf m und u – weiche Stimmeinsätze – eher dunkle, flöten-

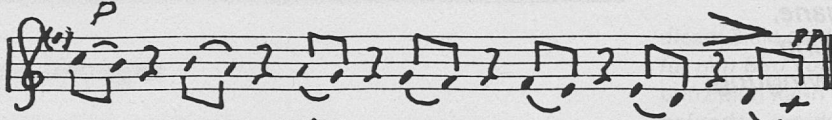
ähnliche Klanggebung – mit Männerstimmen in der Mittellage und Tiefe zu üben (in der Höhe Gefahr des Umschlagens ins Falsett), Frauen und Kinder auch in der Höhe – Übungen halbtönenweise höher anstimmen = höchster Ton.

7. 
mumumu - - - - - *mu*
momomo - - - - - *mo*
mumomumo - - - - - *mu*

rasch, locker, ohne crescendo

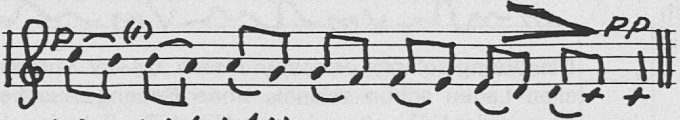
8. 
nu nu
no no
nuno
lungo
lungu

schnell, leicht, vor dem Einsatz gut Kehle öffnen

9. 

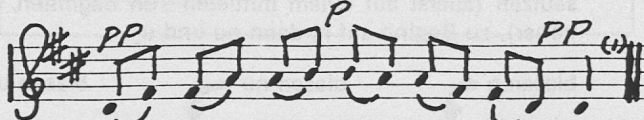
WU WU WU - - - - -
 du du du - - - - -
 mu mu mu - - - - -
 nu nu nu - - - - -
 lu lu lu - - - - -

in den Pausen abspannen und Kehle öffnen

10. 

WU WU WU - - - - -
 wo wo wo - - - - -
 auch mit du, mu, nu, lu wie Üb. 9,

leicht, locker, mit gleitender Stimme, nicht zu langsam

11. 

o du, o du, o du, o
 wo, o wo, o wo, o

ganz leichtes crescendo auf den höchsten Ton hin mit Weit-
 machen der Kehle

12. 

13. 


mu — pp mu — p mu — pp
 m — m — m —

Glissando – stufenloses Gleiten – beim
 Hinaufgleiten Kehle öffnen

Mittelstimme, Vordersitz, Helligkeit, mittlere Lautstärke, vordere obere Resonanzen

Männerstimmen über den ganzen Tonumfang, Frauen- und Kinderstimmen nicht in den höchsten Lagen – Vorstellung des Klangs in der Maske – helle, leuchtende Klanggebung – frohes,

leichtes Rufen – wenn der Klang zu dunkel ist, etwas lächelnde Mundstellung – Vokale i, e, ü, in Verbindung mit n, m, s, z, d, t, b, p, g, gl – vorne artikulieren, Konsonanten scharf und prägnant sprechen.

14. 

nü nü nü nü - - - - -
 wini wene - - - - -
 sisi sisi - - - - -
 sisi sese - - - - -
 zini zini - - - - -
 zini zene - - - - -
 liebe lebe - - - - -
 diene dehne - - - - -
 Zion Zion - - - - -

Übungen 14 bis 16: höchster Ton für
 Frauen und Kinder f', Tenöre a' bis b',
 Bässe und Baritone e' bis fis'

15.

mf *p* *mf* *p*

Zion Zion - - - - -
 Theo Theo - - - - -
 Kiebitz Kiebitz - - - - -
 liebe lebe - - - - -
 diene diene - - - - -
 Besen Besen - - - - -
 Biene Biene - - - - -

bim bim bim bim - - - - -
 bim bem bim bem - - - - -
 gling gling gling gling - - - - -
 gling gleng gling gleng - - - - -
 gling glang gling glang - - - - -

Parlando, Lockerheit, Leichtigkeit der Höhe

Die Stimme darf nicht starr werden. Deshalb immer wieder *Parlando* singen – rasche Übungen und Lieder mit viel Text leicht und geschwätzig mit überdeutlicher Artikulation – Klangvorstellung nicht flach, sondern rund und eher dunkel – hohe Töne nicht mit Kraft zu singen versuchen, sondern folgendes beachten: Mundöffnung etwas grösser als sonst, weite Kehle

(Gähngefühl) aufwärtsstrebende Melodiebogen leicht und mit schlanker Stimmgebung beginnen, dann etwas *crescendo*, bei Sprüngen auf einen hohen Ton den vorhergehenden tieferen leicht und relativ leise singen – Frauen und Kinder dürfen ab *f* dem Klang etwas Nasalität beimischen (hohe Stellen mit französischen Nasallauten singen, zum Beispiel auf *vent* oder *mon*).

17.

mf

mo mo mo - - - - -
 mü mü mü - - - - -
 mö mö mö - - - - -
 mo mo mo me me me mo mo mo me me me - - - - -
 mo mo mo mi mi mi - - - - -
 mo mo mo ma ma ma - - - - -

So hoch wie ohne Anstrengung möglich

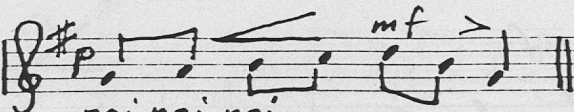
18.

mf *p*

Ruh du nur in guter Ruhe du
 Süß die Frühlingsblüten blühen, süß
 Konsonanten deutlich sprechen, o.
 Locker singen - - - - - , o.

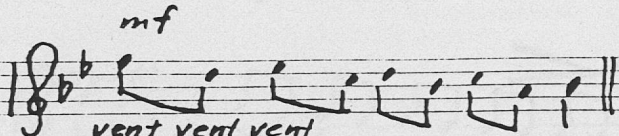
Ruh du nur in guter Ruhe, ruh du nur in guter Ruhe, du
 | Schneller singen - - - - - , o.
 | Runde Töne - - - - - , o.

so schnell als möglich

19. 

noi noi noi
nau nau nau
moi moi moi
mai mai mai

für die Höhe der Männerstimme

20. 

vent vent vent
vont vont vont

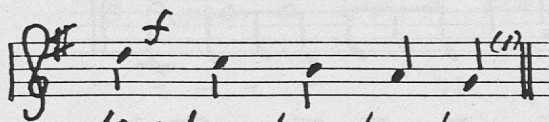
französische Nasallaute für die Höhe der Frauen- und Kinderstimme

beide Übungen so hoch, als ohne Anstrengung möglich

Weite der Kehle, Tragfähigkeit und Durchschlagskraft, Schall- und Rufübungen

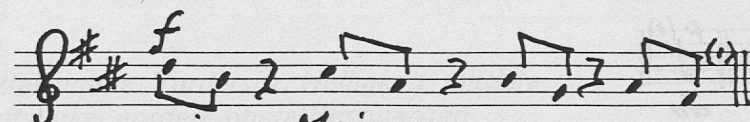
Gähnggefühl – die Kehle sagt immer a, nur der Mund singt andere Vokale – Übungen mit offenem o und a, besser mit einem Kon-

sonanten als Vorspann, damit die Stimme nicht zu weit hinten sitzt (Knödel) – Zunge flach und vorn

21. 

long, long, long, long, long
Lang, lang, lang, lang, lang

ruhig, legato singen mit langgezogenen Vokalen

22. 

meine Meinung
lange Leine
neue Mode
lange Reise
Wonne Wonne
Roma Roma

vor jedem Ruf Kehle öffnen und Flanken und Rücken dehnen – in den Pausen abspannen

Stimmbildung mit Kindern

Vorbemerkung: Vieles aus diesem Kapitel ist *auch für die Arbeit mit Erwachsenen* zu empfehlen. Die Stimmschulung wird dadurch lebensnaher.

In der gesanglichen Arbeit mit Kindern verwende man nicht physiologische Erklärungen und Stimmübungen aus der Sologesangsstunde. Die Kinder sollen die Stimmbildung als Spiel empfinden, das ihre Fantasie anspricht. In den Kapiteln «*Hal-tung*» und «*Atmung*» finden sich bereits viele Übungen, die diese Bedingungen erfüllen. Alle dort mit K bezeichneten Übungen sowie die im vorhergehenden Kapitel unter «*Locke-*

rung der Stimm- und Sprechorgane . . .» beschriebenen Übungen 1 bis 6 eignen sich auch für die Arbeit mit Kindern.

Mit den eigentlichen *Stimmübungen* werden zwei Dinge angestrebt:

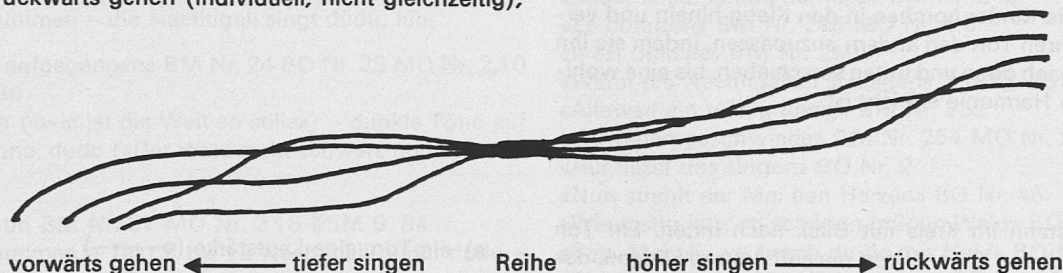
1. Das Kind soll seine Stimme und ihre Ausdrucksmöglichkeiten entdecken, die Übungen wollen ihm seine Hemmungen nehmen und es ermutigen, seine Gefühle mit den ihm zur Verfügung stehenden stimmlichen Mitteln ausdrücken.
2. Die Kinder sollen auf eine spielerische Art und Weise zu einer gesunden Stimmfunktion geführt werden wie sie in den bis jetzt gelesenen Kapiteln beschrieben wurde. Nur so wird ihr Gesang auch «schön» klingen und die Kindern mögliche Gestaltungs- und Ausdruckskraft erreichen. Darüber hinaus hat diese Schulung auch viele positive Auswirkungen auf den allgemeinen körperlichen und seelischen Gesundheitszustand.

Die Arbeit erfolgt auf zwei Arten:

a) Improvisation mit der Stimme

1. Die Kinder stehen in einer Reihe. Alle singen denselben Ton (mittlere Tonhöhe, m— oder geschlossenes o—). Jetzt dürfen die Kinder mit langsamen Schritten etwas vorwärts und rückwärts gehen (individuell, nicht gleichzeitig),

wobei sie zwischenhinein immer wieder in die ursprüngliche Reihe und somit auch zum ursprünglichen Ton zurückkehren.



2. Stühle stehen in einem Kreis. Die Abstände müssen so gross sein, dass man frei zwischen ihnen durchgehen kann. Die Kinder bewegen sich frei ausserhalb und innerhalb des Kreises.

a) Ausserhalb des Kreises ist man still, innerhalb singen alle denselben Ton. Beim Eintritt in den Kreis beginnen mit Summton m—, der sich dann öffnet zu geschlossenem o—. Später darf der Ton in Lautstärke und Klangfarbe verändert werden. Bei jedem Wiedereintritt in den Kreis versuchen, eine andere Klangfarbe zu erzeugen.

b) Ausserhalb des Kreises erklingt immer derselbe Grundton, gesungen auf Summton m— oder geschlossenes o—, innerhalb des Kreises darf die Tonhöhe nach oben und unten verändert werden, so dass getragene Melodien entstehen. Zuerst auf geschlossenes o—, später mit wechselnden Lautstärken und Klangfarben.

3. Jedes Kind denkt sich einen Ton. Wenn der Lehrer die Hand hebt, singt jedes seinen Ton. Es entsteht ein Cluster, ein Mischklang, mit dem wir spielen können:

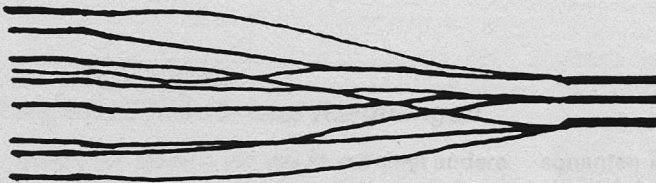
a) crescendo und diminuendo, ausgehend vom Summton m—, geführt durch Handbewegungen des Lehrers



- b) Cluster singen auf geschlossenen o
 Lehrer hält einen Ton auf einem Instrument aus
 Schüler gleiten von ihrem Ton auf den des Instruments



- c) wie b), aber am Schluss steht nicht ein Ton, sondern vom
 Lehrer angeschlagener Dreiklang auf dem Klavier
 Jedes Kind wählt selber den ihm zusagenden Ton des
 Dreiklanges aus.



- d) Der Lehrer hält die Hand hoch – jedes Kind singt seinen
 Ton – nach einer gewissen Zeit senkt der Lehrer seine
 Hand – die Kinder horchen in den Klang hinein und ver-
 suchen, ihren Ton den andern anzupassen, indem sie ihn
 gleitend nach oben und unten verschieben, bis eine wohl-
 klingende Harmonie erreicht ist.

Stimmführung mit Kindern
 Vorher wird viel aus diesem Kapitel in Bezug auf die Arbeit
 mit Erwaachsenen zu erlernen. Die Stimmführung wird da-
 durch erleichtert.
 In der jeweiligen Arbeit mit Kindern verwendet man nicht
 physikalische Erfahrungen und Stimmübungen aus der Solo-
 gesangslehre. Die Kinder sollen die Stimmführung als Spiel
 entdecken, wobei die Stimme zunächst als Klangkörper be-
 trachtet und als Klangkörper sich selbst sehr leicht bewegen lässt.
 Diese Bedingungen erfüllen alle dort mit 4. bezeichneten
 Übungen. Die Stimmführung ist ein Spiel, das die Kinder
 entdecken und in dem sie sich selbst als Klangkörper erleben.
 Die Arbeit erfolgt auf zwei Arten:
 1. Die Kinder stehen in einer Reihe. Alle singen denselben Ton
 (z.B. 'la' oder 're').
 2. Die Kinder stehen in einer Reihe. Alle singen denselben Ton
 (z.B. 'la' oder 're').
 3. Die Kinder stehen in einer Reihe. Alle singen denselben Ton
 (z.B. 'la' oder 're').
 4. Die Kinder stehen in einer Reihe. Alle singen denselben Ton
 (z.B. 'la' oder 're').

4. Die Kinder stehen im Kreis mit Blick nach innen. Ein Ton
 wandert durch den Kreis. Er darf nie aufhören zu klingen, das
 heisst wer ihn hat, muss so lange singen, bis er hört, dass der
 Mensch, dem er den Ton weitergibt, ebenfalls singt. Das
 Weitergeben wird unterstützt mit Handbewegungen; wir
 tragen den Ton in den Händen und legen ihn in die hin-
 gehaltenen Hände des neben uns Stehenden.

- a) ein Ton, eine Lautstärke (o——)
 b) Das einzelne Kind darf den Ton eine zeitlang behalten,
 und mit ihm spielen: Klangfarbe und Tonhöhe verändern,
 den Ton in die Luft werfen, zu Boden fallen lassen oder
 verstecken und wieder finden, alles unterstützt von ent-
 sprechenden Bewegungen.

5. Rondenspiel: Alle sitzen im Kreis. Eine kurze, einprägsame
 Melodie wird als Refrain gesungen, dazwischen dürfen die
 Einzelnen frei melodisch improvisieren. Wir imitieren Instru-
 mente: Flöte du, dü – Horn bo, bo – Geige di, di – Klarinette

dua, dua – Glockenspiel gling, gling – Trompete pa, pa. Bei
 jeder Wiederholung des von allen gesungenen Refrains ist
 ein anderes Instrument vorgeschrieben – für die Einzelim-
 provisation darf jedes sein Instrument selber wählen.

Beispiel:



Refrain alle Improvisation Refrain alle Improvisation Refrain alle usw.
 Horn bo bo Geige di di Geige di di Klarinette dua Klarinette dua



b) *Stimmbildung am Lied*

Die Beispiele sind in folgenden Gesangbüchern zu finden:

Singbuch für die Mittelstufe der Volksschule, Staatlicher Lehrmittelverlag Bern 1970 (BM)

Singbuch für die Oberstufe der Volksschule, Staatlicher Lehrmittelverlag Bern 1964 (BO)

Musik auf der Oberstufe, Verlag Schweizer Singbuch Oberstufe 8580 Amriswil (MO)

Komm, sing mit Schweizerisches Liederbuch, Edition Helbling, Volketswil-Zürich 1965 (KSM)

Die Kinder singen zu laut, gepresst, grell und starr

Abendlieder leise summen, um die Stille nachzuempfinden – singen auf lu lu, mu mu, no no mit leisem, dunklem Ton («Der Wald steht schwarz und schweiget») – Wiegenlieder so leise summen oder singen auf lu lu, du du, lo lo, no no, mu mu, lü lü, dü dü, langes u—— oder geschlossenes o—— (Vokalise), dass das Kind, das am Einschlafen ist, nicht erwacht – Flöte spielen lü lü, dü dü, du du – der Wind weht su su – die Bienen summen sum sum.

Parlando-Lieder: rasche Lieder leicht und locker singen, zuerst mit Silben wie dü dü, mo mo, no no, bo bo, dann ebenso locker mit überdeutlich artikuliertem Text, der vorher im Rhythmus des Liedes gesprochen wurde.

«Abendstille überall» Kanon BM Nr. 22 KSM S. 91

«Abendstille summen – die Nachtigall singt dudu, lülü

«Der Mond ist aufgegangen» BM Nr. 24 BO Nr. 29 MO Nr. 2.10 KSM S. 85

leises Summen («wie ist die Welt so stille») – dunkle Töne auf lulu, mumu, nono, dudu («Der Wald steht schwarz und schweiget»)

«Bonsoir» Kanon BM Nr. 27 MO Nr. 2.18 KSM S. 94

Takt 1 bis 4 summen – Takt 5 bis 12 Nachtigall dudu, dudu – Takt 13 bis 16 summen

«Maienwind am Abend sacht» Kanon BM Nr. 85 MO 3.11

«Bei der stillen Mondeshelle» BM Nr. 188

Mondscheinstimmung – leise summen, singen auf dudu, lulu, mumu – sachter Wind, flüsternde Weiden susu

«Es ist so still geworden» BO Nr. 34

«Über abendstille Auen» BO Nr. 36 MO Nr. 2.9 KSM S. 89

«Abendstille» summen – Vokalise auf geschlossenes o (wie «Mond»)

«Alles schweiget» Nachtigallenkanon BO Nr. 32

Takt 1 bis 4 summen, dann auf lulu, dudu, lülü, dudu weiterfahren (die Nachtigall singt weich und süß)

«Welt liegt im Winterkleid» Kanon BO Nr. 82

«Ach bitterer Winter» BO Nr. 83 KSM S. 176

dunkel und düster – mumu, momo – Vokalise auf u—— oder geschlossenes o——

«Schlaf, mein Kind» «Bajuschki baju» BM Nr. 186 MO Nr. 2.20 KSM S. 217

«Schlafe, holder süßes Knabe» BO Nr. 143

«Die Blümelein, sie schlafen» BO Nr. 145 KSM S. 87

Wiegenlieder, das Kind soll in Schlaf gesungen werden, darf nicht aufwachen – summen, susu, lulu, mumu, mümü – Vokalise auf u—— und geschlossenes o——

«Klinge lieblich und sacht» MO Nr. 2.12 KSM S. 92

abnehmende Lautstärke von Strophe zu Strophe: 1. Strophe mp auf nono, momo («lieblich, leis, sacht») – 2. Strophe p auf dudu, lulu (in den Schlaf singen) – 3. Strophe pp summen (in den Traum hinein tönen)

«Dona nobis pacem» Kanon von Clemens non papa BM Nr. 156 MO 8.19

üben verschiedener Lautstärken: Vokalise auf Summton (pp) – u—— (p) – geschlossenes o—— (mf) – ja—— (f)

«Hab mir geschnitzt ein Weidenpfeiflein» «Tein minä pillin pajupuusta» BM Nr. 45 MO Nr. 3.18 KSM S. 138

Parlando – Weidenpfeife spielen dudu

«Erwacht, ihr Schläferinnen» BM Nr. 5 KSM S. 68

Parlando – ganzes Lied auf guggu, kuku

«Frisch fröhlich wend wir singen» MO Nr. 18.8

Wechsel der Lautstärke – Gegensatz Legato-Parlando – 1. und 3. Stimme summen oder Vokalise auf u—— oder geschlossenes o—— – 2. Stimme und Männerstimmen nono, bombom, dondon

Weitere Parlando-Lieder:

«Nicht lange mehr ist Winter» BM Nr. 63 KSM S. 106

«Kuckuck, du weiser Vogel Kuckuck» BM Nr. 70

«Immerzu, ja tanzen immerzu» BM Nr. 222 MO Nr. 6.12

«Immer rundherum» BM Nr. 225

«Ritsch, ratsch, fidirullala» BM Nr. 226 KSM S. 285

«Quando si pianta la bella polenta» BM Nr. 229 MO Nr. 6.2 KSM S. 78

«Toumbai» BM Nr. 234 KSM S. 275

«Miau, miau, la nuit dernière» BM Nr. 246

«Le bourdon» BM Nr. 248 MO Nr. 4.5

«Il est difficile» BM Nr. 250

«Wenn die Nachtigallen schlagen» BM Nr. 251

«Alleweil ein wenig lustig» BM Nr. 252

«Wir reiten geschwinde» BM Nr. 254 MO Nr. 6.11

«Auf, lasst uns singen» BO Nr. 2

«Nun strahlt der Mai den Herzen» BO Nr. 48

«Wie lustig ist's im schönen grünen Wald» BO Nr. 77

«Säg, Meiteli, wo hesch du de dys Hei?» BO Nr. 181

«Ein Jäger längs dem Weiher ging» BO Nr. 200 KSM S. 297

«Fing mir eine Mücke heut» BO Nr. 205 KSM S. 292

«Der Juckjuck auf dem Zaune» BO Nr. 214

«Alouette, gentille Alouette» BO Nr. 223

«Mädel, hast du hier Verdruss» MO Nr. 4.31

«Freunde, lasset uns beim Zechen» MO Nr. 5.21

«Auf den Erfinder des Metronoms» MO Nr. 5.24

«Chant du ramoneur» MO Nr. 7.9

«Komm, Mädel, komm» MO Nr. 7.26

«Der Faulenz und der Lüderli» MO Nr. 5.19

Die Kinder sprechen undeutlich aus, singen zu leise, weich und hauchig

Konsonanten bewusst scharf und deutlich sprechen – Zungenspitze und Lippen aktivieren – Sprechübungen, Schnabelwetzübungen

Helligkeit und Leuchtkraft können wir in die Stimme bringen durch vielfältige Nachahmung von Instrumenten, Vogelrufen und Geräuschen: Glocken bim bim, gling gling, kling kling, plim plim – Geige di di – Hammer auf Eisen ping ping – Vogelrufe bi bi, zi zi, dü dü, zickü zickü, dili dili, rili rili, guggu guggu, kuku kuku

«Wachet auf, es krächte der Hahn» BM Nr. 3

ganzer Kanon auf kiki kikeriki (Hahn) und gaga (Hühner)

«Nicht lange mehr ist Winter» BM Nr. 63 KSM S. 106
Vogelrufe im Frühling – jede Kanonstimme ein anderer Vogel:
will will – bi bi – guggu – zi zi – di di – dü dü

«Grüss Gott, du schöner Maien» BO Nr. 44 MO Nr. 3.4 KSM
S. 116
singen, wie die Nachtigall dü dü – summen, wie die Bienen
m——

«Es tönen die Lieder» BM Nr. 80
Vogelstimmen am Schluss jeder Strophe

«Lieb Nachtigall, wach auf» BM Nr. 138 KSM S. 190
Nachtigall singen dü dü, lü lü, du du

«Wenn die Nachtigallen schlagen» BM Nr. 251
ganzes Lied auf die im Text enthaltenen Klangsilben tjo, tü, zir
singen – als Gegensatz dazu das Froschgequak quaquak (Öff-
net die Kehle)

«Es tagt, der Sonne Morgenstrahl» BO Nr. 11 KSM S. 60
Vogelgesang bi bi, di di, zi zi, will will, dü dü

«Geh aus, mein Herz und suche Freud» BO Nr. 51
Nachtigall du du, dü dü – Lerche di di, ri ri

«O laufet, ihr Hirten» BM Nr. 119 BO Nr. 100
Flöte (Pfeifen) und Schalmei spielen dü dü, di di

«Acht Bärner Schnyder» BM Nr. 239 MO Nr. 5.8 KSM S. 37
Instrumente imitieren: Pfyfe (Piccolo) di di – Trompete pa pa –
Bumbarde (vermutlich Bassinstrument) pu pu – Klarinette
lü lü – Flöte du du
2. Teil des Liedes mit originalem Text (Schlagzeugimitation)

«Trois jeunes tambours» BM Nr. 236 KSM S. 332
Marschmusik spielen Trompete pa pa oder pam pam – Posaune
po po – Tuba pu pu – Horn bo bo

«Wenn unsre Flöten und Geigen erklingen» BM Nr. 261 KSM
S. 314
Zweistimmiger Kanon, eine Stimme spielt Flöte dü dü, die an-
dere Geige di di

«Lasst ein frohes Lied uns singen» BM Nr. 184
Jede Kanonstimme ein anderes Instrument: Violine di di, Trom-
pete pa pa – Flöte dü dü – Klarinette duli duli

«Viva la Musica» BO Nr. 3 KSM S. 307
Wie das vorhergehende Lied, aber ohne Klarinette

«Die Geige sie singet (Das Orchester)» BM Nr. 237
Ganzes Lied als Klangimitation der Instrumente: Geige di di –
Klarinette du du – Pauke bum bum – Trompete tä tä – Horn
bo bo – Kleine Trommel tam tadadamdamdam (gesprochen)

«Wenn eine tannigi Hose het» BO Nr. 203 MO Nr. 5.4 KSM
S. 283
Nachahmung von Instrumenten im Text des Liedes

«Quodlibet» (Es tönen die Lieder – Chumm, mir wei ga Chrieseli
gwinne – C-a-f-f-e-e – O du liebs Ängeli) BO Nr. 207–210
Jedes Lied ein anderes Instrument – in der obenstehenden Rei-
henfolge Schalmei du du und duli duli (bei den Achtelsnoten) –
Flöte dü dü oder lü lü – Trompete pa pa oder ta ta – Geige di di
oder gi gi

«Es geht eine helle Flöte» BO Nr. 39 KSM S. 120
Flöte spielen dü dü oder lü lü

«Kookaburra» MO Nr. 3.9
Jede Stimme ein anderes Instrument: Klarinette duli duli du
duli duli duli – Flöte dü dü – Geige di di – Horn bo bo – dazu
als Quodlibet «Der Mai, der liebe Mai zieht ein» Trompete pa, ta

«Le bourdon» MO Nr. 4.5 BM Nr. 248
Gegensatz: Öffnen der rückwärtigen Resonanzräume dong
dong (Bourdon) – Vordersitz din (nasal) bim bim (Clochette)

«Branle du Quercy» MO Nr. 6.22
Tanzmusik: Melodie Flöten dü dü oder du du – dazu als Ostinato
(ständig wiederholtes melodisches Motiv) d c h Zupfbass-
imitation pom pom

«Dröhnend fallen die Hämmer» BM Nr. 217
Hämmer schlagen auf Eisen ping ping

«Fein Rösslein, ich beschlage dich» BO Nr. 173
Arbeitsgeräusche des Schmiedes: ping ping, kling klang

«Wie mache's de die Zimmerlüt» BO Nr. 211
Arbeitsgeräusche: 1. Strophe Hobel zisch zisch – 2. Strophe
Hammer rum pum pum pum (Auftakt immer rum) – 3. Strophe
Nadelstiche sisisi oder ssissisi – 4. Strophe Hammer auf
Amboss ping ping – Dazu pantomimische Darstellung der
Arbeit

Die Kinder singen mit verkrampftem Unterkiefer und fast geschlossenem Mund

Öffnen der Kehle, Lockerung des Unterkiefers (siehe auch den
Abschnitt «Lockerung der Stimm- und Sprechorgane» im
Kapitel «Stimmübungen») – Glocken läuten bom bom, bam
bam, gling glang glong – Trompete spielen ta ta, pa pa – Horn
bo bo, bom bom – Vogelrufe gi ga gack, ga ga – Vorstellung des
Gähnens oder in einen Apfel Beissens vor dem Toneinsatz

«Bim, bam, Glocken läuten» BM Nr. 21
Glocken läuten auf gling glang glong bim bam bom – Bewe-
gung: Ziehen am Glockenseil (Haltungsübung Nr. 7)

«Hört ihr Herrn, und lasst euch sagen» BM Nr. 209 KSM S. 90
Refrain mit Glockenläutebewegung (Haltungsübung Nr. 7) –
singen auf bam bom glang glong (jedes Kind wählt die ihm zu-
sagende Silbe)

«Läutet uns zum Frieden» MO Nr. 9.2
Kanon: kleinere Glocken, abwechselungsweise je eine Stimme
auf ding und dong – Ostinato: grosse Glocken auf bom bom

«Im Frühtau zu Berge wir gehn» BM Nr. 37 KSM S. 150
Marschieren und Trompete spielen ta ta, pa pa, pam pam

«Vom Aufgang der Sonne» BO Nr. 24
Trompetenfanfare pa pa, ta ta

«Trara, so blasen die Jäger» BM Nr. 43
«Wie lustig ist's im schönen grünen Wald» BO Nr. 77
beide Kanons ganz auf trara ra ra singen (die Silbe tra immer als
Auftakt zum nächsten Takt) – Jagdhorn spielen bo bo, bom
bom

«I fahr mit der Post» BM Nr. 57
Posthorn ta ta, pa pa, bo bo

«Im Wald und auf der Heide» BO Nr. 78
«Frisch auf zum fröhlichen Jagen» BO Nr. 81 KSM S. 159
«Der Jäger wollte schiessen gehn» MO Nr. 3.20
Jagdhorn bo bo, bom bom

«Trara, das tönt wie Jagdgesang» BO Nr. 79 KSM S. 157
ganzer Kanon auf trara ra ra – Horn bo bo, bom bom

«Le coq est mort» BM Nr. 230
Hühnerhof – ganzer Kanon auf go go (co co)

«L'inverno l'è passato» MO Nr. 3.3 BO Nr. 229 KSM S. 124
ganzes Lied Kuckuck guggu guggu

«J'ai perdu le do de ma clarinette» BO Nr. 228 KSM S. 149
als Quodlibet zu «L'inverno l'è passato» Klarinette lülü

«La Marie» MO Nr. 4.11 KSM S. 256

Gegensatz zwischen 1. Teil: Moll – dunkel, weich – no no, mo mo, du du und 2. Teil: Dur – hell, strahlend, rhythmisch betont – Militärmarsch – Trompete pam pam

«Lachend kommt der Sommer» BM Nr. 87 KSM S. 129

«Lachend, lachend kommt der Frühling übers Feld» MO Nr. 3.2
Lachchor – jede Kanonstimme ein anderes Lachen: ha ha, ho ho, hi hi, he he, hö hö

Die Kinder (der Chor) steigen in der Tonhöhe

Mögliche Ursachen: zu grosse gesamtkörperliche Spannung – Verkrampfung – Hochatmung, verbunden mit zu starkem Atemdruck (Pressen)

Gegenmittel: Lockerungs- und Haltungsübungen Nr. 1 (Hals und Schultergürtel), 2 (Schultern) und 3 (Marionette) – Anregen der Tiefatmung mit Haltungsübungen 10 b (Rumpfbeugen) und Abspannübung 10 – Stimmübungen Nr. 2 (Lockerung Lippen), 3 (Unterkiefer, Gähnen) und 6 (Blasen und Seufzen) – Lied leise summen oder leise und weich auf lo lo, lu lu singen

Entwicklung der Stimme, Mutation, Stimmgattungen, Alter

Kinderstimme

Kaum ist der Mensch auf der Welt, gebraucht er auch schon seine Stimme. Der berühmte «erste Schrei» des Neugeborenen bewegt sich um die Tonhöhe a' (400 bis 500 Hertz). Der Stimmklang dieser ersten Schreie erinnert an die Vokale a, ä oder offenes e und bleibt sich ungefähr gleich. Trotzdem kann das Kind mit seinem Schreien bereits Gefühle ausdrücken. Hunger und Unlustgefühle lösen lautere Schreie mit harten Stimmeinsätzen aus – Zufriedenheit und Wohlbehagen werden durch weiche Stimmeinsätze ausgedrückt.

Der Kehlkopf des Neugeborenen steht noch sehr hoch. Nach den ersten Lebensmonaten senkt er sich in eine tiefere Stellung. Der Rachenraum erhält damit erst die Form, die einen modulationsreicheren Stimmklang und die Bildung der Vokale der Sprache ermöglicht. Mit der Reifung des zentralen Nervensystems entwickelt sich auch die Kontrolle der Stimme durch das Gehör und ihre bewusste Steuerung: Die Sprachentwicklung setzt ein, die Klangbilder der Vokale stabilisieren sich während des zweiten Lebensjahres; bald ist das Kind auch fähig zu singen.

Mit der körperlichen und geistigen Entwicklung macht auch die kindliche Stimme vom Kleinkinder- über das Kindergarten- zum Schulalter einen *Wachstumsprozess* durch. Er ist gekennzeichnet durch folgende Merkmale: Erweiterung des Stimmumfangs – Tieferwerden der Sprechstimme – grössere Modulationsfähigkeit – wachsendes Leistungsvermögen.

Die Kinder (der Chor) sinken in der Tonhöhe

Mögliche Ursachen: zu schlafe Körperhaltung, zu lockere Gesamteinstellung – allgemeine Müdigkeit (Föhnwetter) – schlechte Luft (Sauerstoffmangel) – fehlende Atemstütze – zu dicke Tongebung – zu hoch hinaufgezogene Bruststimme

Gegenmittel: Aufstehen – sich strecken – frische Luft – Haltungsübungen Nr. 4 (Einpandeln), 5 (Sprungbrett), 7 (Glocke läuten), 8 (Rückendehnung), 9 (aufrechtes Gehen) – Abspannübungen mit Rufen (Atemübungen Nr. 12, 13, 16, 17) – Rücken und Flankenstütze (Atemübungen Nr. 21 a, 22) – Lieder rhythmisch straff mit überdeutlicher Artikulation singen – Klangsilben ta, pa, pam, don (siehe «Stimmbildung am Lied», Abschnitt «Die Kinder sprechen undeutlich aus...») – für den Chor Stimmübungen aus dem Abschnitt «Mittelstimme, Vordersitz...» – bei zu hoch hinaufgezogener Bruststimme und zu dicker Klanggebung (Bruststimme, obere Grenze d') leise Glissandoübungen bis in die Tiefe auf m— und u— – Lieder mf auf dü dü, lü lü – Parlandolieder

Im Interesse einer gesunden Stimmentwicklung sollte man beim *Singen mit Kindern* einige *Grundregeln* beachten:

- Die gesungenen Lieder sollen den *kindlichen Tonumfang* nach oben und unten nicht überschreiten.
- Die *Stimmeinteilung* für das mehrstimmige Singen erfolge nicht zufällig oder nach Musikalität (die guten Sänger in die zweite Stimme!), sondern auf Grund einer kleinen *Stimmprüfung*. Tiefe: Tonleiter abwärts, mittlere Lautstärke auf mo mo bis zum tiefsten Ton, der noch ohne besondere Anstrengung gesungen werden kann.

Höhe: Beim Aufwärtssingen einer Tonleiter steigt meist der Kehlkopf in die Höhe, was eine starke Behinderung der hohen Töne zur Folge hat. Deshalb besser einen kleinen Melodiebogen singen, beginnend in mittlerer Lage, dann halbtönehöher steigend, bis der höchste Ton erreicht ist, der noch locker, ohne Pressen gesungen werden kann (auf dem höchsten Ton sollte im Text der Vokal o oder a stehen – auf gute Mundöffnung achten – nicht zu laut beginnen).

Beispiel:



Im Zweifelsfalle ist auch die Klangfarbe, das Timbre der Stimme zu berücksichtigen. Dunklere Stimmen sind eher der tieferen, hellere der höheren Lage zuzuweisen.

- Die *Lautstärke* sei dem Leistungsvermögen der Kinderstimme angepasst. Zu lautes Singen, Schreien und Pressen gefähr-

den die Gesundheit der Stimme. Besonders gefährlich ist das laute Singen mit roher Bruststimme in tiefer Lage und das Hinaufziehen dieser Bruststimme in höhere Lagen (zu dieser die Stimme verderbenden Singart verführen leider viele schlechte Vorbilder aus der Unterhaltungsbranche).

Mutation

Als Mutation bezeichnet man den *Stimmwechsel* in der Pubertät. Bei den *Knaben* ergeben sich dabei folgende körperliche Veränderungen:

- *Grössenwachstum des Kehlkopfskelettes*, vor allem der Schildknorpelplatte, die beim Mann einen Winkel von 90 Grad bildet und als sogenannter Adamsapfel am Hals vorspringt. Bei Frauen und Kindern bildet der Schildknorpel den viel flacheren Winkel von 120 Grad (siehe Abb. 39 und 40).
- *Längenwachstum der Stimmlippen* um etwa 1 cm sowie eine Zunahme in der Breite und Dicke (Vergrösserung der schwingenden Masse).

Auswirkung dieser Veränderungen auf die Stimme:

- Sinken der Sprechstimme um etwa eine Oktave in den Bereich A-c (Männerstimme)
- Klang kräftiger, Umfang vor allem in der Tiefe erweitert

Zeitlich läuft die *Mutation* in drei Phasen ab.

- a) Prämutation (Vorstadium): ein halbes bis ein Jahr – die Stimme wird rau, belegt – Verlust der Höhe.
- b) eigentliche Mutation (rasches Wachstum): zwei bis drei Monate – Stimmfunktion gestört – Stimme rau oder verhaucht – bei einem Teil der Knaben Störung der nervlichen Steuerung, was sich im sogenannten «Stimmbruch» äussert, einem dauernden Umkippen der Knaben- in die Männerstimme und umgekehrt.
- c) Postmutation (Nachstadium): Dauer sehr unterschiedlich, ein Jahr bis drei Jahre – allmähliche Gewöhnung an die neue Stimme – Kräftigung der Muskeln der Stimmlippen – Besserung des Stimmklangs zu klarer, dichter Tongebung.

Singen der Knaben während der Mutation:

- Keine Dispensierung, aber Rücksichtnahme bei der Liederauswahl auf den noch nicht gefestigten Klangcharakter und den geringen Stimmumfang (siehe Tabelle «Stimmumfänge von Kindern», 3. Umschlagseite).
- Mehrstimmige Sätze mit nur einer Männerstimme in mittlerer Lage (A-d'), da eine tenorale Höhe erst nach Ablauf der Postmutationszeit möglich ist. Im Anfang eventuell Führen der noch unsicheren Männerstimmen durch ein Instrument oder den mitsingenden Lehrer.

Auch die *Mädchen* machen eine Mutation durch. Sie ist unauffälliger als die der Knaben. Die Stimmlippen werden etwa drei bis vier Millimeter länger und nehmen auch zu an Masse. Die Sprechstimme sinkt etwa um eine Terz, die Stimme wird kräftiger und voller, der Stimmumfang erweitert sich nach der Tiefe, während die Höhe meist unverändert bleibt.

Auswirkung auf die Singstimme:

- verhauchter Stimmklang, bis die Stimmlippen die Kraft haben, sich zu schliessen.

- Gefahr des Pressens als Kompensation, was vor allem bei langem Singen um e'' zu Stimmermüdung, ja sogar zum Stimmausfall in dieser Lage führen kann.

Lockere Stimmführung und eine angemessene Beschränkung der Lautstärke sind notwendig für eine ungestörte Entwicklung der Mädchenstimme in dieser Zeit.

Stimmgattungen

Schon bei den Kindern finden wir höhere, hellere Sopranstimmen und etwas tiefere Altstimmen von dunklerem Timbre. In der Mutation entwickeln sich dann die typischen Stimmgattungen des erwachsenen Menschen: Sopran, Mezzosopran, Alt, Tenor, Bariton, Bass.

Die Singstimme bleibt nur gesund und funktionsfähig, wenn sie in der ihr von Natur aus zukommenden Lage gebraucht wird. Wer aus irgendwelchen Gründen dauernd in für ihn zu hoher oder zu tiefer Lage singt, schädigt seine Stimme. Bei vielen Menschen ist die Stimmgattung sofort eindeutig feststellbar. Es gibt aber auch Stimmen, die man nicht gleich beim ersten Hören einordnen kann. Dies ist vor allem bei den Zwischenfächern Mezzosopran und Bariton der Fall. Nicht alle tief singenden Sängerinnen und Sänger eines Chors sind zum Beispiel wirklich Altistinnen und Bässe. Vielfach sind sie nur gesanglich ungeschickt und ungeschult und können deshalb die höheren Töne, die in ihrer Stimme eigentlich vorhanden wären, nicht singen. Diese Pseudo-Altistinnen und Bässe singen dann dauernd im untersten Teil ihres Tonumfangs, was natürlich der Stimme nicht gerade zuträglich ist.

Nachstehend die wichtigsten Kriterien, die uns beim *Feststellen der Stimmgattung* helfen können.

1. Tonumfang: Messung siehe unter «Kinderstimme».
2. Sprechton: Die Tonhöhe eines entspannten Sprechtons ohne emotionale Steigerungen lässt sich am besten durch ruhiges Reihensprechen feststellen. Zahlen (ab 21), Wochentage, oder Monate mit ruhiger, nicht zu lauter Stimme gleichmässig sprechen. Auf dem Klavier den Ton suchen (Frauen zwischen g und d', Männer zwischen G und d).
3. Timbre: Die typische Klangfarbe ist so wichtig wie der Umfang. Vorsicht: Es gibt auch künstlich verdickte und verdunkelte Stimmen!
4. Körpergrösse: Durchschnittlich haben längere Menschen auch längere Stimmbänder und damit tiefere Stimmen. Aber auch hier gilt: Keine Regel ohne Ausnahme.
5. Gaumenform: breit und flach —————> dunkles Timbre
—————> tiefere Stimme – hoch, steil, spitzbogenförmig
—————> helleres Timbre —————> höhere Stimme.
6. Grösse und Lage des Kehlkopfs: Tiefere Stimmen haben einen grösseren und tiefer stehenden Kehlkopf als höhere.
7. Längen und Form der Stimmlippen: Dies kann natürlich niemand selber feststellen. In Zweifelsfällen, wenn alle andern Kriterien keine eindeutige Entscheidung bringen, kann ein Phoniater (Stimmarzt) aufgesucht werden, der die Länge und Form der Stimmlippen feststellt.

	Sopran	Mezzosopran	Alt	Tenor	Bariton	Bass
Stimmumfang	g, as, a-c''' grosse Stimmen Tiefe bis e	alle Abstufungen zwischen Sopran und Alt	c, d, es-f'' g'', as''	A-a', h', c''	alle Abstufungen zwischen Tenor und Bass (hoher – tiefer Bariton, Tenor- und Bassbariton)	C-e', f'
Sprechton	h-d'		g, a, as	H-d		F, G, A
Timbre	hell, schlank leuchtend		dunkel, schwer voll im Klang	hell, schlank leicht		dunkel, schwer kernig
Körpergrösse	meist unter 1.70, zierlich dramatische Stimmen grösser		meist grösser als 1.70	meist unter 1.75, breit eher gedrunge		meist gross oft schlank über 1.75
Gaumenform	hoch, spitz		breit, flach	hoch, spitz		breit, flach
Kehlkopf	relativ klein nicht sehr tief stehend		gross tief stehend	relativ hoch stehend, kleiner als Bass		sehr gross (Adamsapfel) tief stehend
Stimm Lippen	kurz, breit		lang, schmal	kurz, breit		lang, kräftig

Veränderungen der Stimme im Alter

Für das Altern der Stimme können keine festen Regeln aufgestellt werden. Der Zustand der Stimme ist abhängig vom biologischen Alter des Menschen, das heisst von der körperlichen und geistigen Verfassung, nicht vom Jahrgang. Viele Menschen behalten eine gesunde, funktionstüchtige Stimme bis zu einem hohen Alter. Die nachfolgend genannten möglichen *stimmlichen Alterserscheinungen* müssen also nicht unbedingt auftreten, und wenn sie auftreten, dann nicht alle bei derselben Person.

- Hormonelle Veränderungen während des Klimakteriums der Frau können eine Vertiefung und Vermännlichung der Stimme zur Folge haben.

- Zunehmende Verknöcherung der Kehlkopfknorpel – Elastizitätsschwund des Stimmbandmuskels – durch Rückbildung der Schleimdrüsen der Taschenfalten bewirkte Trockenheit der Kehlkopfschleimhaut – verminderte Atemkapazität können zur Folge haben: Neigung zum Detonieren und Tremolieren – Abnahme des Tonumfangs – verkürzte Tonhaltedauer – harter, schriller Klang – Sinken der Sprechtonhöhe bei der Frau, Steigen beim Mann mit Verlust der tiefen Töne.

Allgemein lässt sich sagen, dass eine gut geschulte Stimme sicher länger funktionstüchtig bleibt. Es gibt Beispiele von Sängern, die mit 70 Jahren noch im Vollbesitz ihrer stimmlichen Mittel waren. Bei Frauen setzt der Alterungsprozess wegen des Klimakteriums etwas früher ein.

Stimmstörungen

Schon in der Einleitung und im ersten Kapitel wurde versucht, die Auswirkungen von Fehlfunktionen auf die Stimme darzustellen. Hier sollen nun einige Ursachen und Symptome von *funktionellen Stimmstörungen* sowie Verhaltensmassregeln zu ihrer Vermeidung besprochen werden.

Fachausdrücke

- Phonie = normaler Stimmklang
- Dysphonie = gestörter Stimmklang
- Aphonie = Verlust der klingenden Stimme, Tonlosigkeit

- Hyperfunktion = zu starke Funktion, zuviel Energie und Spannung
- Hypofunktion = zu schwache Funktion, zuwenig Energie und Spannung

Mögliche Ursachen einer Stimmstörung

- akute und chronische Erkrankungen der Atmungsorgane, Forcieren der Stimme während dieser Erkrankung
- schlechter Ernährungszustand bei gewissen allgemeinen Erkrankungen und nach starken Abmagerungskuren
- hormonelle Schwankungen bei Frauen im Klimakterium und bei Einnahme der Pille oder sonstiger hormonhaltiger Medikamente
- psychische Störungen
- Stresserscheinungen
- Alterserscheinungen
- Rauchen, zu grosser Alkoholgenuss, Schlafmangel

- zu grosse Stimmbelastung im Beruf, verbunden mit für die Stimme schlechten Bedingungen, wie Sprechen im Lärm-milieu (Fabrik, Bauplatz, Turnhalle, Hallenbad usw.), Sprechen im Freien bei kalter, trockener Luft, Sprechen und Singen in überheizten, trockenen, staubigen oder rauchigen Räumen
- schlechte Sprechgewohnheiten: zu hoher Sprechton, zu schnelles Sprechen ohne Abspannpausen, nachlässige, undeutliche Artikulation
- Überforderung der Stimme beim Singen durch Überschreiten des Stimmumfangs, zu lautes Singen, längeres Singen in falscher Stimmlage
- mangelnde oder falsche, den physiologischen Gesetzen widersprechende Atem- und Gesangstechnik

Funktionelle Stimmstörungen

Hyperfunktionelle Dysphonie: zu hoher Tonus (Spannungsgrad) der Stimmlippenmuskulatur, zu fester Stimmbandschluss, Behinderung oder Verunmöglichung der Randkantenverschiebung, verkürzte seitliche Schwingungsweite (Amplituden).

Folge: Stimmklang heiser mit kratzenden Nebengeräuschen, hart, scharf, laut, leises Singen unmöglich, harte Stimmeinsätze, hohe Töne können nicht mehr oder nur mit grosser Anstrengung hervorgebracht werden, rasche Stimmmüdigung, Missempfindungen, Schmerzen und Trockengefühl im Rachen, Räusperzwang.

Ursachen: Überanstrengung der Stimmlippen durch Pressen verbunden mit Hochatmung, mangelhafte Ausnützung der Resonanzräume, verkrampfter Unterkiefer, Kehlkopfhochstand, Muskelverspannungen an Hals und Schultergürtel, Vergrösserung des Halsumfangs durch verstärkte Venenfüllung, Verspannungen der Gesichtsmuskulatur beim Sprechen und Singen, verspannte Gesamtkörperhaltung.

Eine Hyperfunktionelle Dysphonie kann auch als Folge einer Erkältung auftreten, wenn die entzündeten Stimmlippen mit Gewalt zu Anstrengungen gezwungen wurden.

Hypofunktionelle Dysphonie: zu schwacher Spannungsgrad der Stimmlippenmuskulatur, oft verbunden mit einer Schwäche der die Stellknorpel gegeneinander bewegenden Muskeln (Transversusschwäche), zu weite seitliche Schwingung (Amplitude).

Folge: mangelhafter Stimmbandschluss, Luftverlust, verhauchte Stimme, Schwierigkeiten beim Singen hoher Töne und beim lauten Rufen, rasche Stimmmüdigung.

Ursache: zu schlaffe Gesamteinstellung und Haltung, mangelnde Stütze und damit zu wenig Atemdruck.

Stimmlippenknötchen: Als Weiterentwicklung der Hyperfunktionellen Dysphonie können sich auf den Stimmlippen Knötchen entwickeln. Die andauernde Überanstrengung führt zu Gefässerweiterungen und anschliessend zuerst zu weichen Knötchen, das heisst kleinen wässerigen Verdickungen innerhalb der äusseren Schleimhautschicht der Stimmlippe. Diese können so nicht mehr richtig schliessen, die Stimme klingt sehr heiser und belegt, das Singen ist ausserordentlich eingeschränkt und mit grossem Kraftaufwand verbunden.

Die weichen Knötchen bilden sich bei entsprechender Therapie meistens zurück. Erfolgen keine Massnahmen, können die Knötchen in der Folge verhärten und müssen dann meist operativ entfernt werden. Im Kindesalter finden sich Knötchen vorwiegend bei Knaben (Schreiknötchen). Nach der Pubertät treten sie häufiger bei Frauen auf als bei Männern.

Sekundäre Hypofunktion: Sie ist eine weitere Folge der Hyperfunktionellen Dysphonie. Infolge Erschöpfung und Ermüdung durch die dauernde Überanstrengung verlieren die Stimmlippen die Kraft, sich zu schliessen.

Folgen: wie bei der Hypofunktionellen Dysphonie, hauchige Heiserkeit.

Ursachen: diejenigen der Hyperfunktionellen Dysphonie.

Eine verhauchte Stimme, mangelhafter Stimmbandschluss kann also völlig entgegengesetzte Ursachen haben.

Psychogene Stimmstörungen: Die Stimme eines Menschen ist vielfältiger Ausdruck seines seelischen Zustandes. Es ist deshalb nicht verwunderlich, dass bei allen Stimmstörungen psychische Ursachen eine mehr oder weniger grosse Rolle spielen. Stress-situationen, der starke Konkurrenzkampf in vielen Berufen, emotionelle Belastungen, Störungen des psychischen Gleichgewichts haben einen Einfluss auf den gesamtkörperlichen Zustand und damit auch auf die Stimmfunktion.

Es ist sogar möglich, dass aus rein psychischen Gründen, bei an sich normal funktionsfähigem Stimmorgan, eine Stimmstörung auftritt, zum Beispiel ein Spasmus (krampfartiger Verschluss der Stimmritze) oder die psychogene Aphonie (Verlust der Stimme, Tonlosigkeit).

Verhalten bei Stimmstörungen

- möglichste Einschränkung von Rauchen und Alkoholgenuss, genügend Schlaf
- Räuspern und Reizhusten unterdrücken (Schlucken als Ersatz)
- nicht pressen und drücken bei der Stimmgebung, keine Hochatmung
- kein Schreien und lautes Rufen, nicht singen
- wenn möglich zuerst ein bis zwei Tage Stimmruhe, dann nur das Nötigste, aber mit normaler Stimme sprechen (Flüstern bedeutet keine Stimmschonung)
- im Winter besorgt sein für genügende Luftfeuchtigkeit

Dauert die Störung länger als zwei Wochen, ist ein Arzt aufzusuchen (Hals-, Nasen-, Ohren-Arzt oder Phoniater)

Die hier beschriebenen Stimmstörungen benötigen zu ihrer Überwindung eine *Therapie*. Diese muss unter ärztlicher Kontrolle von einer speziell dafür ausgebildeten Person (Stimmtherapeut[in], Logopädin, Gesangslehrer[in] mit Spezialausbildung für Stimmtherapie) durchgeführt werden. Ziel der Therapie ist der Abbau der die Störung verursachenden Fehlfunktionen und das Erlernen des physiologisch richtigen Gebrauchs von Atmung und Stimme.

Stimmstörungen bei Schulkindern

Chronische Heiserkeit ist bei Schulkindern recht häufig. Sie kann eine Folge langandauernder Katarrhe der oberen Luftwege mit dauerndem Räuspern und bellendem Husten sein.

Vor allem bei Knaben wird sie aber häufig durch einen ständigen groben Missbrauch des Stimmorgans ausgelöst. Auf dem Sportplatz, in der Pause, beim Spielen in der Freizeit ist vielfach das Schreien in höchster Lautstärke die einzige Art, sich zu verständigen. Als Folge dieser Überanstrengung der noch zarten kindlichen inneren und äusseren Kehlkopfmuskeln entstehen dann die sogenannten Schreiknötchen (siehe unter «Stimmlippenknötchen»). Sie verhindern den vollständigen Stimm-

bandschluss. Dies wird durch vermehrtes Pressen kompensiert, was die Sache immer schlimmer macht. Die Stimme wird tief, rau, heiser mit hauchigem Beiklang oder sogar gespalten im Klang.

Verhalten: zuerst versuchen, den Stimmissbrauch abzustellen

durch Appellieren an die Einsicht, Erklären der Ursachen im Gespräch mit dem Schüler und den Eltern.

Mit dem Einsetzen der Pubertät verschwinden die Knötchen meist von selbst ohne ärztliches Eingreifen. Nur bei sehr grosser Behinderung der Sprechstimme ist der Arzt aufzusuchen.

Gesunderhaltung der Stimme

Nachdem im vorigen Kapitel die Auswirkungen stimmlichen Fehlverhaltens beschrieben wurden, sollen hier zum Schluss noch einige Ratschläge und Hinweise zur Gesunderhaltung der Stimme folgen.

Lebensweise

In Abwandlung eines alten Spruches könnte man sagen: Eine gesunde Stimme wohnt in einem gesunden Körper. Gesunde Ernährung, genügend Schlaf, Zurückhaltung beim Rauchen (Austrocknung der Schleimhäute, Schädigung der Lunge) und Alkoholgenuß sowie etwas Sport, der den ganzen Körper in aufbauendem Sinne erfasst, sind wichtige Voraussetzungen für ein Gesundbleiben der Stimme. Wandern, Radfahren, Waldlauf, Skilanglauf und besonders Schwimmen sind geeignete Sportarten. Habermann schreibt über das Schwimmen als ideale Sportart für Sänger und Sprecher: «Es belebt und reizt die Haut in angenehmer Weise, fördert die Durchblutung, gibt Anreiz zu tieferer, ausgiebiger Atmung und bewirkt rhythmisch koordinierte Muskelaktionen, wodurch Haltungsschäden, vor allem an der Wirbelsäule, korrigiert werden können.» Kleidungsstücke sollten eine natürliche Atmung nicht behindern.

Auch die alten Gesangsmeister kannten diese Zusammenhänge. Tosi schreibt 1723: «Wer ein guter Sänger werden will, muss auch frühzeitig bedacht sein, seine Stimme, so lange als es möglich seyn will, gut zu erhalten. Durch Unordnungen und Ausschweifungen in der Lebensart kann auch die schönste Stimme, ehe man sichs versieht, verloren gehen. Eine gute Lebensordnung und Diät aber, ist das beste Mittel, so wie die Gesundheit, also auch die Stimme gut zu erhalten.»

Physiologisch richtiges Sprechen und Singen

Bei jedem Sprechen und Singen ist zu achten auf richtige Haltung (Spannungsbalance, Etonus), Atmung (Stütze, Abspannen) und Ausnützung der Resonanzräume, wie sie in den entsprechenden Kapiteln beschrieben wurde. Die Sprechtonhöhe sei nicht zu hoch (im unteren Drittel des Stimmumfangs), man spreche nicht zu schnell, im Atemrhythmus mit Abspannpausen.

Zu einem physiologisch richtigen Sprechen und Singen gehören auch

Weiche Stimmeinsätze

Man unterscheidet den gehauchten, den weichen und den harten Stimmeinsatz.

Beim *gehauchten Stimmeinsatz* geht dem Stimmklang ein hörbares Luftgeräusch voraus, weil die Stimmlippen zu Beginn nicht ganz geschlossen waren.

Wenn sich die Stimmlippen aneinander pressen, werden sie durch den gestauten Luftstrom auseinandergesprengt. Dabei entsteht ein knallartiges Geräusch, der *harte Stimmeinsatz* oder *Glottisschlag*. Er bedeutet eine besondere Belastung für die Schleimhaut am Stimmlippenrand.

Am schonendsten und gesündesten für die Stimme ist der *weiche Stimmeinsatz*. Die Stimmlippen liegen locker aneinander, der Druck der Atemluft wird allmählich wirksam und die Schwingungen beginnen ohne wahrnehmbares Nebengeräusch. Der Toneinsatz gleicht einem im Bruchteil einer Sekunde ablaufenden Crescendo vom Pianissimo in die gewünschte Lautstärke.

Deutliche Artikulation

Eine deutliche Artikulation mit prägnanter Aussprache der Konsonanten ist für das Sprechen und Singen unerlässlich. Die Artikulationstätigkeit beeinflusst die Schwingungsart der Stimmlippen und befreit von falschem Druck, von Verengung und Verpressung im Ansatzrohr.

Nicht eine grosse Lautstärke, sondern die Deutlichkeit der Aussprache ist wesentlich für das Verstandenwerden.

Die alten Meister sagen darüber:

«Weil man jetzt nemlich die rechte Art, die Wörter zu exprimieren, erfunden hat, indem man fast, und soviel als möglich ebenso singet, als wenn man sonst mit einem redete. . . » «. . . dass ein jeder dasjenige, so in seiner Stimme gefunden wird, fein rein, frisch, deutlich und wohlvernemblich singe: und die Noten gleichsam ausspreche.» «. . . also dass die Wörter recht und deutlich pronunciert und gleich als eine Oration vernehmlich daher recitiret werden.» (Michael Praetorius: Syntagma musica 1619)

«Die Mitlauer insbesondere müssen in grossen Gebäuden oder offenen Orten schärfer als in gemeiner Rede, ja fast übermässig scharf ausgesprochen werden; doch aber mit genauer Beobachtung der ihnen eigenen Härte oder Weichheit.» (Tosi 1723)

«Einen Sänger, der sich an diese Art der scharfen Aussprache der Mitlauer gewöhnt hat, wird man in der Ferne allezeit besser verstehen können, wenn er auch gleich nicht allzulaut singt, als einen andern, der aus Leybeskräften schreyt, dabei aber die Mitlauer nicht scharf und deutlich genug ausspricht.» (Agricola 1757)

Einsingen

Das Einsingen ist vergleichbar dem lockeren Einlaufen, den Aufwärmübungen des Sportlers vor der alle Kräfte beanspruchenden Höchstleistung. Es hat den Zweck, die Stimmorgane von Verspannungen zu befreien, sie in die Spannungsbalance zu bringen, die richtigen Funktionen anzuregen, die Stimme in den «Sitz» zu bringen, wie es in der Sängersprache heisst. Der vierteilige Aufbau eines richtigen Einsingens ist zu Beginn des Kapitels «Stimmübungen» beschrieben.

Es gibt das regelmässige Einsingen zum Tagesbeginn und das Einsingen unmittelbar vor dem Sprechen oder Singen. Das erstere ist dem Einzelnen vorbehalten, der seine Stimme auf die Anstrengungen des Tages vorbereiten will, das zweite ist auch vor dem Chorsingen mit Schülern oder Erwachsenen dringend zu empfehlen.

Für die zeitliche Dauer des Einsingens ist es schwer, eine Regel aufzustellen. Es gibt Sängerinnen und Sänger, die nach kurzer Zeit im vollen Besitz ihrer stimmlichen Kräfte sind. Andere fühlen sich erst nach längerem Singen stimmlich frei. Das Einsingen sollte sicher nicht zu lange dauern. Einerseits darf die Stimme dabei nicht überfordert werden, andererseits ist doch ein angemessener Übungseffekt anzustreben. Eine gut aufgebaute Folge von Übungen zur Haltung, Atmung, Lockerung der Sprechorgane, Weitung der Resonanzräume und Weckung der wichtigsten Resonanzen und Registerfunktionen ist in fünfzehn bis höchstens dreissig Minuten durchführbar. Als Vorbereitung für Sprechleistungen genügen die ersten drei Punkte des vierteiligen Programms. Steht sehr wenig Zeit zur Verfügung, mache man wenigstens ein Kurzprogramm, zum Beispiel die Marionettenübung, Abspannübung mit Kerze ausblasen und Kutscher brrrr, Lippenvibration mit Ton, Gähnung und Kauen mit Summen.

Schonzeiten

Es gibt Momente, in denen man eine grössere Sprech- oder Singleistung vermeiden sollte:

- Nach grösseren Mahlzeiten füllt das Blut den Bauchraum, die Muskeln der Stimmorgane sind schlechter durchblutet und deshalb weniger leistungsfähig. Zudem behindert der volle Magen die Zwerchfellfunktion. Im umgekehrten Sinne heisst dies, dass man unmittelbar vor dem Singen keine schweren und grossen Mahlzeiten zu sich nehmen sollte.
- Ist der Körper aus irgendeinem Grunde übermüdet, besteht die Gefahr einer Überbelastung der Stimme. Die fehlende Spannung im Körper verhindert eine richtige Atemstütze. Als Kompensation werden die Muskeln der Stimmorgane stärker angestrengt. Dies ist zum Beispiel der Fall bei allgemeinen Schwächezuständen, nach sportlichen Leistungen oder am Morgen früh, wenn der Körper noch nicht seinen normalen Spannungszustand erreicht hat.

Verhalten nach Überanstrengung oder Erkältung

Die meisten Muskeln unseres Körpers schmerzen bei Überanstrengung. Bei den Muskeln der Stimmlippen ist dies nicht der Fall. Ihre Überanstrengung bemerken wir erst ziemlich spät in Form einer Stimmschwäche oder Heiserkeit. Falls wir diese Anzeichen missachten und die Stimme mit Gewalt zu weiteren Anstrengungen zwingen, können schwere Schädigungen entstehen.

Dasselbe gilt für durch Erkältung verursachte Heiserkeit. Beim Auftreten solcher Symptome sollten wir deshalb in erster Linie die Stimme schonen: Möglichst wenig sprechen, nicht singen, nicht laut rufen, trockene Luft meiden, nicht rauchen. Inhalationen können Linderung bringen, erzeugen aber eine Schwellung der Schleimhaut der Stimmlippen. Sie sollten deshalb etwa zwei Stunden vor einer zu erwartenden stimmlichen Leistung unterbleiben.

Ist die Heiserkeit am Abklingen, kann der Genesungsprozess durch ein vorsichtiges Übungsprogramm unterstützt werden, zum Beispiel Lockerungsübungen mit dem Kopf für die Muskulatur von Hals und Schultergürtel, Lippenvibration mit Ton, Gähnen und dazu sprechen mom mom, Kauen und Summen, Blasen und Seufzen. Beim Singen beginne man zunächst nur mit leisen Kopfstimmübungen.

Chorleitung

Der Chorleiter vergesse in seinem musikalischen Eifer nicht, dass sein Chor aus einzelnen Menschen mit ihren begrenzten stimmlichen Möglichkeiten besteht. Klavier und Violine kann man stundenlang üben, ohne dass das Instrument Schaden nimmt. Ein Chor darf nicht auf diese Weise überbeansprucht werden. Vor allem an Singwochenenden oder Singwochen werden oft die Stimmen in unverantwortlicher Weise überanstrengt. Sieben Stunden Chorprobe in einem Tag ist für jede Stimme zuviel!

Wichtig für die chorische Arbeit sind gutes Einsingen – bei längerer Chorarbeit angemessene Entspannungspausen mit frischer Luft – Lockerungs- und Haltungsübungen, eingestreut in die Chorprobe – gute Haltung, auch im Sitzen – ausgewogene Abwechslung von Sitzen und Stehen. Zusätzlich gelten alle im nachfolgenden Abschnitt gesagten Dinge auch für die Chorarbeit.

Mass halten

«Singe mit den Zinsen, nicht mit dem Kapital», sagt eine alte Sängerweisheit. Dies gilt sowohl für den Solo-, wie auch für den Chorgesang. Im Einzelnen ausgeführt heisst das:

- Singe nur in der Lage, in der du ohne Anstrengung singen kannst, die deinem Stimmumfang und Timbre entspricht. Gehe nicht bis an die äussersten Grenzen deiner stimmlichen Möglichkeiten, habe immer das Gefühl, du könntest noch höher, tiefer, lauter oder länger singen.
- Wechsle ab in der Lautstärke, nicht nur im Interesse der Interpretation, sondern auch der Stimmgesundheit. Dauern des Singen in höchster Lautstärke, wie es heute in einigen Sparten der Unterhaltungsmusik üblich ist, wirkt auf die Dauer stimmschädigend.
- Übe nicht zu lange auf einmal. Gönn der Stimme Erholungspausen. Regelmässiges kürzeres Üben ist wirksamer als stundenlanges Singen.
- Lass dich von der Musik mitreissen, interpretiere, aber verliere dabei nicht die Kontrolle über dein Tun. In Habermanns Buch steht dazu ein gutes Zitat von Caruso, das unser Schlussmotto sein soll: «Mit kühlem Kopf und warmer Herzen singen.»

Stimmumfänge von Kindern



Die Stimmumfänge wurden gemessen von Barbara Burn, Utzenstorf, Barbara Fellmann, Steffisburg, Mathilde Frutiger, Davos, Elisabeth Schär, Jegenstorf, Marianne Seiler, Matten b. Interlaken und Anne-Marie Steiner, Lyss.

Literaturverzeichnis

- Böhme, Gerhard: Stimm-, Sprech- und Sprachstörungen. Gustav Fischer Verlag, Stuttgart 1974
- Böhme, Gerhard: Therapie der Sprach-, Sprech- und Stimmstörungen. Gustav Fischer Verlag, Stuttgart 1980
- Coblener, Horst/Muhar, Franz: Atem und Stimme, Anleitung zum guten Sprechen. Österreichischer Bundesverlag für Unterricht, Wissenschaft und Kunst, Wien 1976
- Ehmann, Wilhelm: Die Chorführung Bd. I und II, Bärenreiter-Verlag 1949
- Habermann, Günther: Stimme und Sprache. Georg Thieme Verlag, Stuttgart 1978 und Bärenreiter-Verlag
- Hofbauer, Kurt: Praxis der chorischen Stimmbildung. Bausteine für Musikerziehung und Musikpflege Nr. 33, Schott-Verlag 1978
- Kofler, Leo: Die Kunst des Atmens. Neuauflage 1951 nach der Übersetzung und Umarbeitung von Clara Schläffhorst und Hedwig Andersen 1912, Bärenreiter-Verlag
- Lohmann, Paul: Die Sängereische Einstellung. Vier Stimmbildungsvorträge von 1929. Neudruck 1962. Verlag C. F. Kahnt, Lindau
- Lohmann, Paul: Stimmfehler und Stimmbildung. Schott-Verlag Nr. 3599, 1938
- Luchsinger, Richard: Handbuch der Stimm- und Sprachheilkunde Bd. 1 Die Stimme und ihre Störungen. Springer Verlag 1970
- Martienssen-Lohmann, Franziska: Das bewusste Singen. Verlag C. F. Kahnt, Leipzig 1923, Bonn
- Martienssen-Lohmann, Franziska: Der wissende Sänger. Gesangslexikon in Skizzen. Atlantis-Verlag Zürich 1956
- Martienssen-Lohmann, Franziska: Ausbildung der Gesangsstimme. Verlag Rud. Erdmann, Wiesbaden 1957
- Nitsche, Paul: Die Pflege der Kinderstimme. Bausteine für Musikerziehung und Musikpflege Nr. 4. Schott-Verlag 1952
- Nitsche, Paul: Die Pflege der Kinderstimme, Übung am Lied. Bausteine für Musikerziehung und Musikpflege Nr. 120, Schott-Verlag 1954
- Pfau, Wolfgang: Klassifizierung der menschlichen Stimme. Verlag Johann Ambrosius Barth, Leipzig 1973
- Praetorius, Michael: Syntagma musicum Bd. III Termini musici 1619. Faksimile-Nachdruck Bärenreiter-Verlag
- Seidner, Wolfram/Wendler, Jürgen: Die Sängerstimme. Phoniatische Grundlagen für die Gesangsausbildung. Heinrichshofen's-Verlag 1978
- Sparber, M./Frank, F.: Die Mutationsstimme im Gesangsunterricht. Pan-Verlag Zürich 1980
- Tosi, Pier Francesco/Agricola, Johann: Anleitung zur Singkunst 1723, Übersetzung und Erweiterung durch Joh. Agricola 1757. Faksimile-Neudruck Bärenreiter-Verlag
- Wängler, Hans-Heinrich: Leitfaden der pädagogischen Stimmbehandlung. Verlagsbuchhandlung Carl Marhold, Berlin-Charlottenburg 1966
- Wirth, Günther: Stimmstörungen. Deutscher Ärzte-Verlag, Fach-Taschenbuch Nr. 30, 1979
- Zöllner, Fritz: Hals- Nasen- Ohrenheilkunde. Thieme-Verlag, Stuttgart 1974

Liste der lieferbaren Hefte der «Schulpraxis» (Auswahl)

Nr.	Monat	Jahr	Titel
7/8	Juli/Aug.	74	Projektberichte (Arbeitsgruppen)
9/10	Sept./Okt.	74	Religionsunterricht als Lebenshilfe
11/12	Nov./Dez.	74	Geschichte der Vulgata, deutsche Bibelübersetzung bis 1545
1/2	Jan./Febr.	75	Zur Planung von Lernen und Lehren
3/4	März/April	75	Lehrerbildungsreform
5/6	Mai/Juni	75	Das Fach Geographie an Abschlussklassen
7/8	Juli/Aug.	75	Oberaargau und Fraubrunnenamt
9	September	75	Das Emmental
10	Oktober	75	Erziehung zum Sprechen und zum Gespräch
11/12	Nov./Dez.	75	Lehrerbildungsreform auf seminaristischem Weg
5	Januar	76	Beispiel gewaltloser Revolution. Danilo Dolci
13/14	März	76	Leichtathletik in der Schule
18	April	76	Französischunterricht in Primarschulen
22	Mai	76	KLunGsinn, Spiele mit Worten
26	Juni	76	Werke burgundischer Hofkultur
35	August	76	Projektbezogene Übungen
44	Oktober	76	Umweltschutz (Gruppenarbeiten)
48	November	76	Schultheater
4	Januar	77	Probleme der Entwicklungsländer
13/14	März/April	77	Unterrichtsmedien und ihre Anwendung
18	Mai	77	Korbball in der Schule
21	Mai	77	Beiträge zum Zoologieunterricht
26-31	Juni/Juli	77	Kleinklassen – Beiträge zum Französischunterricht
34	August	77	B.U.C.H. (vergriffen)
39	September	77	Zum Leseheft «Bä»
47	November	77	Pestalozzi, Leseheft für Schüler
4	Januar	78	Jugendlektüre in der Lehrerbildung
8	Februar	78	Berufliche Handlungsfelder des Lehrers: unterrichten, beurteilen, erziehen, beraten
17	April	78	Religionsunterricht heute. Leitideen, Ziele
25	Juni	78	Didaktische Analyse, Probleme einer Neufassung
35	August	78	Zum Thema Tier im Unterricht
39	September	78	Australien, Beitrag zur Geographie
43	Oktober	78	Vom Berner Bär zum Schweizerkreuz – Geschichte Berns 1750–1850 – Museumspädagogik – Separate Arbeitsblätter
4	Januar	79	Lehrer- und Schülerverhalten im Unterricht
8	Februar	79	Die Klassenzeichnung. Ein Weg zum besseren Verständnis der sozialen Stellung eines Schülers
17	April	79	Didaktik des Kinder- und Jugendbuchs
25	Juni	79	Alte Kinderspiele
35	August	79	Umgang mit Behinderten
43	Oktober	79	Theater in der Schule
5	Januar	80	Die ersten Glaubensboten – Bernische Klöster 1
9	Februar	80	Denken lernen ist «Sehenlernen»
17	April	80	Leselehrgang, vom kleinen Mädchen KRA. Überlegungen und Erfahrungen
26-29	Juni	80	Gehe hin zur Ameise
35	August	80	Von der Handschrift zum Wiegendruck
44	Oktober	80	Französischunterricht
5	Januar	81	Geh ins Museum – Museums-Pädagogik
13	März	81	Handwerklich-künstlerischer Unterricht
22	Mai	81	Geschichten und/oder Geschichte? – Heimatort kennen lernen
35	August	81	Landschulwoche Goumois
42	Oktober	81	Rudolf Minger und Robert Grimm. Der schweizerische Weg zum Sozialstaat
4	Januar	82	Hindelbank, eine Gemeinde stellt sich vor
12	März	82	Turnen und Sport in Stanford
21	Mai	82	Unterricht in Museen
34	August	82	Geografieunterricht
39	September	82	Vierzig Jahre Freie Pädagogische Vereinigung
2	Januar	83	Bernische Klöster 2
7	März	83	«Porträt» – Kunstbetrachtung auf allen Schulstufen
12	Juni	83	Werkstatt-Unterricht
18	August	83	Unsere Stimme – ihre Funktion und Pflege

Die Preise sind netto, zuzüglich Porto (keine Ansichtssendungen)

Mindestbetrag je Sendung Fr. 5.—, 2-4 Expl. Fr. 3.— pro Nummer zuzüglich Porto

Mengenrabatte: 4-10 Expl. einer Nummer: 20%, ab 11 Expl. einer Nummer: 25%

Bestellungen an:

Keine Ansichtssendungen

Eicher & Co., Buch- und Offsetdruck

3011 Bern, Speichergasse 33 – Briefadresse: 3001 Bern, Postfach 1342 – Telefon 031 22 22 56