



Universitätsverlag Potsdam

Artikel erschienen in:

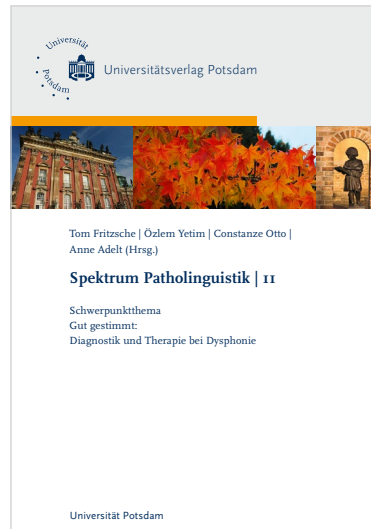
*Tom Fritzsche, Özlem Yetim, Constanze Otto,
Anne Adelt (Hrsg.)*

Spektrum Patholinguistik Band 11. Schwerpunktthema: Gut gestimmt: Diagnostik und Therapie bei Dysphonie

2019 – 142 S.

ISBN 978-3-86956-448-7

DOI <https://doi.org/10.25932/publishup-41857>



Empfohlene Zitation:

Lascheit, Thomas; Kruse, Stephanie A.: Stimmarbeit mit Mann-zu-Frau-Transsexuellen nach der LaKru®-Stimmtransition, In: Spektrum Patholinguistik 11, Potsdam, Universitätsverlag Potsdam, 2019, S. 47–52.

DOI <https://doi.org/10.25932/publishup-43772>

Soweit nicht anders gekennzeichnet ist dieses Werk unter einem Creative Commons Lizenzvertrag lizenziert: Namensnennung 4.0. Dies gilt nicht für zitierte Inhalte anderer Autoren: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.de>

Stimmarbeit mit Mann-zu-Frau-Transsexuellen nach der LaKru®-Stimmtransition

Thomas Lascheit¹ & Stephanie A. Kruse²

¹ Berlin

² München

1 Einleitung

Immer häufiger bekommen Stimmtherapeut*innen Anfragen von hilfeschuchenden trans*Frauen (= Mann-zu-Frau-Trans*), die ihre Stimmfeminisierung ohne phonochirurgischen Eingriff erreichen möchten. Viele Stimmtherapeut*innen sind neugierig auf diese Arbeit, fühlen sich jedoch nicht ausreichend vorbereitet. Dies ergab eine telefonische Umfrage aus der Bachelorarbeit von Stephanie A. Kruse und Thomas Lascheit aus dem Jahre 2007. Im Rahmen der Bachelorthesis erstellten die beiden eine Materialsammlung für die Arbeit mit MzF-Trans*.

Nach dem Studium arbeiteten beide Autoren intensiv mit Trans*Klientinnen. Schnell stellten sie fest, dass die Ergebnisse nicht überzeugend genug waren. Zwar wurden die Stimmen sanfter, heller und auch die Sprechmelodie wurde bewegter, jedoch klangen die Stimmen nicht eindeutig weiblich. Schnell wurde klar, dass die angebotenen Übungen, die aus der Stimmtherapie entsprangen, eine andere Zielsetzung hatten als Zielsetzungen einer Stimmfeminisierung. Die Stimmtherapie erzielt die Heilung einer gestörten Stimmfunktion. Das an Logopäd*innen oder Stimmtherapeut*innen vermittelte Wissen zielt häufig nicht darauf ab, die zahlreichen Klangmöglichkeiten der Stimme zu erforschen, sondern die Verhaltensweisen zu fördern und zu automatisieren, die eine „physiologische Stimmgebung“ herbeiführen.

Tatsächlich aber werden für einen überzeugenden weiblichen Stimmklang bei Trans* stimmliche Verhaltensweisen benötigt, die in der Stimmtherapie nur selten bis gar nicht erlernt werden. Diese

Klangmanipulation ist jedoch in der Gesangspädagogik oder im Schauspiel Teil des Handwerks und ist – korrekt durchgeführt – keineswegs stimmschädigend.

Aus der vorhandenen künstlerischen Erfahrung der Autoren und der stimmtherapeutischen Erfahrung mit Trans* entwickelte sich die LaKru®-Stimmtransition.

2 LaKru®-Stimmtransition

Grundgedanke:

Die anatomisch männlichen Strukturen des Kehlkopfes können durch konservative Stimmtherapie zwar nicht verändert, in ihrer Funktion jedoch der eines weiblichen Stimmapparates angenähert/angepasst werden.

Bei der LaKru®-Stimmtransition gilt es als Grundvoraussetzung, dass die Klientin ihre Stimme kennt und beherrscht. Um dies zu erreichen, wird sie zur „Spezialistin der eigenen Stimme“ ausgebildet. Diese Ausbildung beinhaltet theoretisches Wissen zu den geschlechtsspezifischen stimmlichen Unterschieden sowie zur Anatomie und Physiologie der Stimme. In einfachen Übungen lernen die Klientinnen die für die Stimmtransition notwendigen Muskeln kennen und zu beherrschen. Um mögliche Fehlspannungen, die während der Trainings entstehen können, zu lösen oder vorzubeugen, werden Lockerungsübungen angeboten.

2.1 Aufbau

Wie jede andere Therapie beginnt die LaKru®-Stimmtransition mit einer ausführlichen Anamnese und einem Stimmstatus der Klientin. Hierbei wird auf unterschiedliche Parameter geachtet. Einige Fragen, auf die der Stimmstatus Antwort; gibt sind: Wie musikalisch ist die

Klientin? Ist die Klientin bereit, mit Ihrer Stimme zu experimentieren? Welche stimmlichen Muster sind bereits vorhanden und werden diese auf eine nicht schädigende Weise angewendet?

Die Stimmfeminisierung ist in der LaKru®-Stimmtransition in verschiedene Bausteine aufgeteilt. In diesem Artikel wird auf die vier Bausteine Taschenfalten, Kehlkopfposition, Stimmfunktionsbereiche und Twang eingegangen.

Hinzu kommen Übungen zu den non-vokalen und non-verbale Mustern.

Die Reihenfolge der Ziele variiert: man beginnt immer damit, was man am schnellsten ändern kann. Die dauerhafte Erhöhung einer tiefen Stimmlage erfordert mehr Übung und Zeit als z.B. das Verändern einer raumeinnehmenden Körperhaltung.

Am Ende der LaKru®-Stimmtransition findet der Transfer in den Alltag statt.

2.1.1 Taschenfalten

Wird die Stimmlage erhöht, passiert es häufig, dass die Taschenfalten aktiviert werden. Da dies auf Dauer zu Stimmproblemen führen kann, ist das bewusste Weiten der Taschenfalten der erste und einer der wichtigsten Bausteine der LaKru®-Stimmtransition. Die Klientinnen lernen die Aktivierung der Taschenfalten wahrzunehmen und als Antwort darauf die Taschenfalten zu weiten. Beherrscht die Klientin diese Übung, so kann sie bei den weiteren Schritten einer Beteiligung der Taschenfalten an der Phonation, und somit einer Stimmstörung, vorbeugen.

2.1.2 Kehlkopfposition

Anders als in vielen Therapieformen, die das Heilen einer pathologischen Stimme zum Ziel haben, strebt die LaKru®-Stimmtransition eine erhöhte Position des Kehlkopfes an. Dadurch wird der Resonanzraum verkleinert. Die Stimme gewinnt an Helligkeit und die Brustresonanz wird reduziert. Ein weiterer Effekt ist, dass der Adamsapfel als sekundäres Geschlechtsmerkmal in einer hohen Position weniger sichtbar ist (Abb. 1).



Abbildung 1. Vergleich der Position des Adamsapfels in tiefer (links), mittlerer (Mitte) und hoher (rechts) Position.

2.1.3 Stimmfunktionsbereiche

In der LaKru®-Stimmtransition wurde der bekannte Begriff „Register“ durch den Begriff „Stimmfunktionsbereich“ ersetzt. Dieser veranschaulicht den Klientinnen, wie die Stimme in welchem Bereich der Stimmgebung funktioniert. Er hebt den Unterschied der sich bei der Schwingung berührenden Masse in den Vordergrund:

- dicke, lockere Stimmlippenmasse (= Vollschiwingung, viel Masse)
- dünne, gespannte Stimmlippenmasse (= Randschiwingung, wenig Masse)
- sehr dünne, straffe Stimmlippenmasse (kein Glottisschluss)

Die unterschiedlichen Massen und deren Klang werden in einfachen Übungen trainiert. Die Wahrnehmung der Klientin wird geschult.

Zudem wird der Klientin dargelegt und mit ihr trainiert, welche Veränderungen in der Masse herbeigeführt werden müssen.

Damit ein weiblicher Stimmklang ermöglicht wird, ist es notwendig, dass die Klientin die Vollschiwingung reduziert und die Fähigkeiten der Randschiwingung und des schnellen Wechsels in die straffen Stimmlippen und zurück ausweitet. Dies ermöglicht der Klientin einen möglichst großen Stimmumfang in der zukünftigen weiblichen Sprechstimme.

2.1.4 Twang

Um einen Klangeindruck dieses näselnden, intensiven und hellen Klanges zu erhalten, hilft es, das Wort „Twang“ mit einem amerikanischen Akzent zu sprechen. Dieser Klang entsteht, wenn sich der aryepiglottische Sphinkter zusammenzieht. Somit kippen die Aryhöcker leicht in Richtung Kehlkopf und der Kehldeckel wird zu den Aryhöckern gezogen. Das Ergebnis ist eine Zunahme der Kopfresonanz und eine Abnahme der Brustresonanz. Auch ermöglicht der Twang einen weiblichen Stimmklang bei hoher Lautstärke.

2.1.5 Transfer

Beherrscht die Klientin alle Bausteine, werden diese kombiniert. Der daraus resultierende Stimmklang ist in den meisten Fällen bereits eindeutig weiblich. Anschließend erfolgt der sogenannte „Feinschliff“. Hier lernt die Klientin die einzelnen Muskeln in der richtigen Funktion und Dosierung für ihre individuelle Sprechstimme anzuwenden.

3 Fazit

Die LaKru®-Stimmtransition ist der erste Ansatz zur Stimmfeminisierung, bei dem es konkret vorgegebene Bausteine gibt, die in Kombination zu einem weiblich(er)en Stimmklang führen.

Durch die LaKru®-Stimmtransition bekommen Stimmtrainer ein Werkzeug, welches ihnen Struktur, Sicherheit und Übersichtlichkeit bei der Stimmtransition gewährleistet. Die einzelnen, wissenschaftlich fundierten Übungen sind leicht zu erlernen. Auch der/die Stimmtrainer/In kann die Übungen leicht erlernen und somit mehr Selbstsicherheit und Klarheit für den zu bewältigenden Weg erlangen.

Die Autoren hoffen, mit ihrer Arbeit einen Beitrag dazu zu leisten, dass Klientinnen unproblematischer professionelle Hilfe empfangen können. Weiterhin ist es Ziel der Autoren, mehr Stimmtrainer für dieses spannende und faszinierende Aufgabengebiet zu begeistern.

4 Literatur

- Kruse, St.A. & Lascheit, T. (2015). Stimmarbeit mit Mann-zu-Frau Trans* – Warum eine überzeugende Stimmfeminisierung nicht mit den bekannten Mitteln der konservativen Stimmtherapie zu erreichen ist. *PathoLink*, 25(1), 14–18.
- Kruse, St.A., Houben, D. & Lascheit, T. (2016). *Stimmtherapie mit Mann-zu-Frau-Transsexuellen*. Köln: Prolog.
- Kruse, St.A., Lascheit, T. & Houben, D. (2016). *Materialsammlung zur Stimmtherapie mit Mann-zu-Frau-Transsexuellen*. Köln: Prolog.

Kontakt

Thomas Lascheit
work@thomaslascheit.de