

MITTEILUNGEN

für den Freundeskreis der
Schule Schlaffhorst-Andersen



Heft 4 (1/82)

Gesellschaft der Freunde der
Schule Schlaffhorst-Andersen e.V.

Inhalt

„Liebe Freunde ...“	Seite 1
Wir gratulieren	Seite 3
Neue Mitglieder	Seite 3
Neues aus Eldingen	Seite 5
Pädagogische Leitgedanken	Seite 4
Tagung der Sprachheilpädagogen	Seite 5
Vorweihnachtliche Abendmusik	Seite 6
Examenslehrprobe	Seite 9
Fortbildungstagung der Lehrervereinigung	Seite 12
Aus der Praxis	
Atem-, Stimm- und Lautübungen nach Schlaffhorst-Andersen von Irmtraud Warner	Seite 14
Erinnerungen an Anka Schulze	Seite 21
Erinnerungen eines Mitgliedes (Anne-Lise Meyer)	Seite 27
Literatur-Ecke	Seite 29
Lehrervereinigung (Verzeichnis)	Seite 31
Kommunikations-Börse	Seite 33
Ferienlehrgänge 1982	Seite 34

Die Schule Schlaffhorst-Andersen macht sich die Erziehung des Menschen in seiner Gesamtheit durch die Arbeit an Atmung und Stimme zur Aufgabe. Hier liegt der Zugang zu den schöpferischen Kräften der Natur im Menschen, durch deren Verwirklichung und Formung das Eigenleben des Einzelnen für eine lebendige Gemeinschaft fruchtbar wird.

Die Gesellschaft der Freunde ist bestrebt, die Lehre der Gründerinnen Clara Schlaffhorst und Hedwig Andersen zu fördern.

Liebe Freunde der Schule Schlaffhorst-Andersen,

Sie halten das erste Mitteilungsheft des Jahres 1982 in Händen. Bevor wir zu ihm Stellung nehmen, gestatten Sie noch einen kurzen Rückblick auf Heft 3/81. Zunächst: Auf dem Foto vom Krippenspiel 1926 in Hustedt wurde versehenlich Grete Ottmer, als Wirtsfrau unter dem stehenden Engel knieend, nicht genannt. Das Versäumnis sei hiermit nachgeholt.

Und: In dem Kapitel „Der Frauenchor Schlaffhorst-Andersen“ trat in Wort und Bild das Hakenkreuz in Erscheinung. Von einigen Mitgliedern kam der Schriftleitung Erstaunen, Befremden, Verärgerung darüber entgegen. Deshalb eine kurze Stellungnahme. Es wäre leicht gewesen, die Hakenkreuze wegzulassen. Der Rückblick auf die Chorarbeit aber sollte ein Stück Chronik der Schule sein, und zu einer Chronik gehören die Zeitumstände. Allen, die jene Zeit erlebten, ist die damalige Allgegenwart des Hakenkreuzes in der Öffentlichkeit geläufig, und sicher ist der jungen Generation nicht damit gedient, wenn es in Berichten über diese Zeit totgeschwiegen wird. Andererseits ist man heute - zu Recht - besonders allergisch auf dieses Symbol. Und dem hätte Rechnung getragen werden müssen im letzten Heft, eine Fußnote mit einer kurzen Begründung des Vorgehens hätte genügt. Die Schriftleitung bedauert ausdrücklich, daß diese Begründung unterblieb. Wahrscheinlich braucht hier nicht betont zu werden, daß Clara Schlaffhorst und Hedwig Andersen sich politisch nicht betätigten.

Wir hoffen, daß damit die Mißverständnisse in diesem Zusammenhang ausgeräumt sind.

Nun zu Heft 4, das vor Ihnen liegt. Es beschäftigt sich wie stets mit den Neuigkeiten aus der Schule in Eldingen, der Zahl der Schüler, den Namen der Examenskandidaten, besonderen Begebenheiten, in diesem Fall der Tagung der Sprachheilpädagogen und dem Weihnachtlichen Singen. Dank den beiden Schülern, die darüber berichteten! Für die Abschlußprüfung wird neuerdings keine schriftliche Hausarbeit mehr angefertigt, deshalb fällt die Angabe der Themen weg. Wir veröffentlichen dafür die Ausarbeitung einer Examenslehrprobe, um Ihnen einen Einblick in die Lehrprobenarbeit zu geben, die mit dem 5. Semester beginnt.

Es folgt der Bericht über die Fortbildungstagung der Lehrervereinigung in Bad Teinach, den uns Dietlind Jacobi, die Schriftführerin im Vorstand unseres Berufsverbandes, zur Verfügung stellte, herzlichen Dank! Ebenso Dank an die Mitglieder, die uns ihre Erinnerungen an Anka Schulze aufschrieben, Dank Anne-Lise Meyer für ihren Rückblick und Dank allen denen, die wieder Bilder, Briefe, Aufschriften und Bücher heraussuchten und schickten. Irmtraud Warner danken wir für ihren Praxisbericht und Renate Uffelmann für ihren Beitrag zur Literatur-Ecke!

Als Anlage finden Sie ein Sonderheft der AFA (Arbeitsgemeinschaft für Atempflege e.V., Verband der Pneopäden), das diese uns freundlicherweise kostenlos überlassen hat, herzlichen Dank!

In einem Beitrag in dem Sonderheft würdigt unser Ehrenmitglied Dr. Udo Darbolowsky Arnold Dannenmann zu dessen 75. Geburtstag. Wir freuen

uns, Ihnen auf diese Weise den Menschen etwas näherbringen zu können, dem wir es durch die Vermittlung von Dr. Udo Derbolowsky zu danken haben, daß die Schule in Eldingen bestehen bleiben konnte, als die eigenen Mittel für eine Weiterarbeit nicht mehr ausreichten. Einblick in sein Lebenswerk, das „Christliche Jugenddorfwerk Deutschlands e.V., CJD“ konnten Sie bereits durch die Prospekte und Schriften gewinnen, die wir Ihnen in unserem Rundbrief Ende 1980 mitsandten. Heute möchten wir uns mit herzlichsten Glückwünschen unter die (verspäteten) Gratulanten reihen und unserem Ehrenmitglied, Herrn Prof. P. Arnold Dannenmann, noch viele Jahre in Gesundheit und Schaffenskraft wünschen, verbunden mit unserem tiefen Dank für die Hilfe, die er durch die Aufnahme der Eldinger Schule in sein Jugenddorfwerk der Arbeit von Clara Schlaffhorst und Hedwig Andersen zuteil werden ließ, der wir verpflichtet sind. Es übersteigt die Vorstellungen der meisten von uns, welche Mittel Jahr für Jahr in Eldingen investiert werden, und auch die Zusage für die staatliche Anerkennung der Schule wäre ohne das CJD wohl kaum zustande gekommen. Wir hoffen auf eine weitere befriedigende Zusammenarbeit!

Dem Kapitel „Neues aus Eldingen“ stellen wir die „Pädagogischen Leitgedanken 1982“ voran, die in allen Jugenddörfern zur täglichen Erinnerung aushängen.

Die AFA versteht sich als eine Art Dachverband für die Gruppen und Einzelpersonen, die auf verschiedene Weise auf dem Gebiet von Atem, Haltung, Bewegung, Stimme etc. tätig sind.

Aus der Satzung der AFA: „Paragraph 2 - Zweck

1. Die AFA verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke im Sinne der Gemeinnützigkeitsverordnung vom 24.12.1953 zur Wahrung und Förderung der Belange der Pneopädie (Atempflege) auf allen Gebieten. Zur Pneopädie gehören alle Maßnahmen, bei denen Gesundheit oder Wohlbefinden des betroffenen Menschen durch Beschäftigung mit dem Atem gefördert werden sollen.

2. Zu den Aufgaben der AFA gehören insbesondere auf dem Gebiet der Pneopädie

a) die Förderung und Koordination der Forschung und der praktischen Anwendung der wissenschaftlichen und der empirischen Ergebnisse;

b) die Förderung der Zusammenarbeit;

c) die Wahrung der berufsständischen Belange und die Förderung der Ausbildung und Fortbildung der Mitglieder der AFA zum allgemeinen Nutzen.“

Die AFA hat stimmberechtigte und nichtstimmberechtigte Mitglieder. Nichtstimmberechtigtes Mitglied kann jeder werden, diese Gruppe entspräche in etwa unserem Freundeskreis. Stimmberechtigtes Mitglied dagegen kann nur werden, wer eine von der AFA anerkannte Ausbildung erfolgreich abgeschlossen hat. Die Ausbildung an unserer Schule wird selbstverständlich anerkannt, so daß jeder Atem-, Sprech- und Stimmlehrer stimmberechtigtes Mitglied werden könnte, etliche sind es seit langem. Der Austausch mit Menschen, die von anderen Seiten an denselben Zielen arbeiten, wurde im Laufe der fast 24 Jahre des Bestehens der AFA immer anregender und befriedigender. Gerade der letzte Kongreß, über den in dem Sonderheft be-

richtet wird, machte das besonders deutlich. Vielleicht hat auch der eine oder andere aus unserem Freundeskreis Interesse, einmal an einem solchen Kongreß teilzunehmen oder zusätzlich auch die Mitgliedschaft in der AFA zu erwerben.

Wiederum möchten wir alle Mitglieder an die Überweisung ihrer Mitgliedsbeiträge erinnern, soweit dies nicht schon geschehen ist. Das Abbuchungsverfahren ist das für alle Teile günstigste Verfahren (Konto-Nummern siehe hintere Umschlagseite), bitte machen Sie von dieser Möglichkeit Gebrauch!

Das nächste Heft soll im August erscheinen und wird Ihnen den Termin der diesjährigen Mitgliederversammlung nennen, die im Herbst, wahrscheinlich im Oktober, stattfinden soll. Bis dahin grüßen wir Sie alle herzlich und wünschen Ihnen einen guten Frühling und Sommer!

im März 1982

gez. Hilmar Meyer-Damerau

1. Vorsitzender

gez. Heidi Noodt

Schriftleitung

Bitte beachten Sie die Adressen-Änderung der Schriftleitung auf dem hinteren Umschlagblatt!



Wir gratulieren zum GEBURTSTAG

Von Januar bis einschließlich April 1982 wurden oder werden

89 Jahre alt — Ludwig Kalpers

85 Jahre alt — Anna Maria Fette

83 Jahre alt — Ingeborg Fleischmann, Heinrich Lahmann

82 Jahre alt — Irmgard Kreitz, Margarethe Ottmer, Johanna Neumann

81 Jahre alt — Dr. Hella Hansen, Eva Tschierske, Erika Dörr, Sophie Grote

75 Jahre alt — Agnes Scholz, Joachim v. Metzsch



Wir begrüßen als neue Mitglieder

Sabine Haupt
Odilia und Egon Kostka
Wilhelm Rose
Rahel Schieffer

Pädagogische Leitgedanken

für das Handeln aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie
der jungen Menschen im Christlichen Jugenddorfwerk Deutschlands
im Jahre 1982

Entscheidend für den Menschen der Gegenwart ist *das Tun*.
So ist uns ständig die Frage gestellt: *Was sollen wir tun?*

Unsere Lebenswelt gewährt heute große Freiheiten
und eine Fülle von Antworten auf die Frage nach dem *Tun*.
Gleichzeitig wächst aber auch die Sehnsucht nach einem
letzten Halt und einer letzten Bindung.

Alles aber, was wir tun, sollte uns in Beziehung
zu anderen Menschen bringen.
Damit stellt sich heute mehr denn je die Frage:
Wo ist die Menschenwürde angetastet,
wo muß Widerstand geleistet werden?

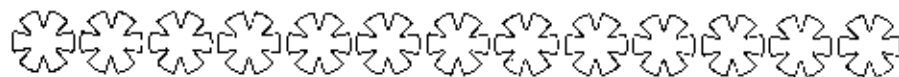
Gottes Gebote aber und unsere freiheitliche Verfassung
geben Halt und Ziel für unser *Tun*.

Neues aus Eldingen

Am Ende des Wintersemesters haben im Januar acht Studierende ihr Examen gemacht: Annedore Fischer, Christine Sauter, Hedwig Seyler, Rahel Schieffer, Susanne Schmid, Erika Schröder, Karin Tipke, Michael Weisensel. Wir gratulieren allen Absolventen herzlich und wünschen ihnen, daß ihre Berufswünsche sich erfüllen mögen!

Gleichzeitig machten 15 Schüler und Schülerinnen ihre Zwischenprüfung und verbringen jetzt ihr 4. Semester im Praktikum in Berlin, Düsseldorf, Hilden, Hamburg, Bergen-Sülze, Baden-Baden, Lüneburg, München, Frankfurt, Weingarten, Arpke, Bremervörde und Stade.

In Eldingen sind in diesem Sommersemester 11 Studierende im ersten, 14 im zweiten, 9 im fünften und 10 im sechsten Semester.



Tagung der Sprachheilpädagogen

(Cellesche Zeitung November 1981)

ELDINGEN. Die Landesgruppe Niedersachsen der Deutschen Gesellschaft für Sprachheilpädagogik hatte zur Herbsttagung in die Berufsfachschule für Atmung und Stimme im Jugenddorf Eldingen eingeladen.

Nach der Begrüßung durch den Vorsitzenden, Herrn v. Hindenburg, Hannover, wurden die zahlreich erschienenen Teilnehmer mit dem Bildungsgut von Schlaffhorst-Andersen in Gruppenarbeit vertraut gemacht. In der anschließenden Mitgliederversammlung erfolgte eine Erörterung von Verbandsfragen.

Den Höhepunkt der zweitägigen Veranstaltung bildete das Referat von Prof. Dr. Ernst Loebell, Med. Hochschule Hannover, über die Ätiologie und Symptomatologie des Stotterns aus phoniatriischer Sicht. Die anschließend sehr rege geführte Diskussion zeigte das große Interesse der Tagungsgäste, unter denen man viele bekannte Sprachheilpädagogen, Logopäden und Sprachtherapeuten aus ganz Niedersachsen erblickte.

Anstelle der leider erkrankten Schlaffhorst-Lehrerin Frau Waltraud Seyd sprach die langjährige Mitarbeiterin von Schlaffhorst-Andersen, Frau Studiendirektorin a.D. Elisabeth Goebel, Sülze, über den Atemablauf bei Vorschulkindern, dessen hierfür erkennbare Symptomatik und mögliche Therapieansätze. Daran schlossen sich Betrachtungen über die Atem-, Sprech- und Bewegungsarbeit an der Berufsfachschule in Eldingen an, die von der Studienleiterin Ilse Brunke vorgetragen wurden.

Kerstin Müller, 3. Semester

Vorweihnachtliche Projektwoche

Wegen der Vorbereitungen für das alljährliche Weihnachtskonzert fiel in der letzten Woche vor Weihnachten aller Unterricht (bis auf Einzelstunden) aus. Stattdessen wurde eine Projektwoche - Hauptprojekt Chor - gestartet. Jeden Tag wurden zwei bis drei Stunden die Chorstücke geübt. Das war nötig, denn Kennen und Können der Lieder war zweierlei. Aber dank ausdauernden Dirigierens unseres Chorleiters Hartmut Süsse und unermüdlichen Singens unsererseits konnten wir nachher die Sätze.

Vor dem Singen war eine halbe Stunde Einschwingen. Es war ganz unterschiedlich, welcher Lehrer es anleitete. Da herrlich viel Schnee lag, fand das Einstimmen zwei- bis dreimal im Freien statt. Bei Beginn des Schwingens waren alle noch dick eingepackt, aber nach und nach hingen die Schals nicht mehr um den Hals, sondern an den Ästen der umstehenden Bäume.

Am Mittwoch fuhren wir - statt der üblichen Chorstunde - in ein Altersheim und sangen den Bewohnern unser Repertoire vor. Die Fahrt dorthin war lang und scheereich, und wir haben uns auch nur ganz zum Schluß zunächst in der Adresse geirrt. Wir kamen aber doch ans Ziel, und unsere Zuhörer freuten sich über unser Kommen.

Neben dem Chor wurden noch Einzeldarbietungen geprobt. Schüler, die bei mehreren Sachen mitwirkten, hatten ziemlich viel zu tun. Auch Nur-Chor-Teilnehmer fühlten sich teilweise überlastet, und eine rechte Weihnachtsstimmung kam nicht auf.

Am Donnerstag war dann die Generalprobe in der Kirche und Freitag das Konzert. Mir hat es sehr gut gefallen, und es hat - mich jedenfalls - für vieles entschädigt.



Foto: Karin Tipke

Rüdiger Hofer, 3. Semester

Bericht über Konzert und Abschlußabend Weihnachten 1981

Die vorweihnachtliche Abendmusik in der Marienkirche zu Eldingen ist für unser Dorf und seine Umgebung bereits zur Tradition geworden. Alle Jahre wieder flammt die Diskussion darüber auf, ob man es veranstalten soll oder nicht, alle



Foto: Karin Tipke

Jahre wieder findet es dann doch statt und macht allen Beteiligten Freude, den Mitwirkenden als auch dem Publikum. So war es auch dieses Jahr. Durch einen recht späten Wechsel in der Leitung unseres Chores drohte die Einstudierung der Stücke etwas in Streß auszuarten, doch obwohl es für diejenigen, die noch zusätzlich an Einzeldarbietungen arbeiteten, vielleicht tatsächlich eine recht unbesinnliche und anstrengende Woche wurde, verlief das Konzert selbst doch sehr entspannt und befriedigend. Größere Ausrutscher wurden gekonnt vermieden, einige Zuschauer ließen sich sogar angesichts des Dargebotenen allen guten Sitten zum Trotz zum Zwischenbeifall hinreißen.

Nach diesem recht erfreulichen Beginn wartete auf den engeren Kreis derer, die in Zusammenhang mit der Schule Schlaffhorst-Andersen stehen, im Schloß bereits der unvermeidliche, aber doch immer wieder wohlschmeckende Weihnachtspunsch, der neben süßen Berliner Krapfen in großen Mengen von unserer geliebten Schloßküche hergestellt wurde. Mit einem gut gefüllten Glas in der Hand konnten wir dann die aufschlußreiche Weihnachtsansprache unseres geschätzten Schulleiters Herrn Lemke anhören, der zu guter Letzt auch noch die gesamte Lehrerschaft durch ausgesuchte und individuell zugeschnittene Präsente, die das Christliche Jugenddorfwerk spendierte, zu beglücken wußte. Jeder dieser Grußadressen wurde mit großem und ernstgemeintem Beifall seitens der Schülerschaft begleitet.

Doch diese Weihnachtsansprache war lediglich der Auftakt zu weiteren Darbietungen, die sich in bunter Vielfalt über den gesamten Abend erstreckten. Es wurde Nachdenkliches und Vergnügliches, Weihnachtliches und auch Unweihnachtliches geboten, alles wurde jedoch mit großem Interesse verfolgt, und über dem ganzen Abend lag eine sehr heitere, angeheiterte und angenehme Stimmung, die einem die Abfahrt in die Winterferien richtig etwas schwer machen konnte.

SCHULE SCHLAFFHORST-ANDERSEN

im Jugenddorf Eldingen

Vorweihnachtliche Abendmusik in der Marienkirche in Eldingen

Freitag, den 18. Dezember 1981 - 20.00 Uhr

PROGRAMM

J. S. Bach (1685 - 1750)	Ev. Johannes 1, Vers 1 -5 und 14 „Zion hört die Wächter singen“ aus der Bachkantate „Wachet auf“ „Gloria sei Dir gesungen“ aus der Bachkantate „Wachet auf“ Jesaja 9, Vers 1 - 5	Sprecherin Solostimme Chor Sprecherin Gemeinde
Gesangbuch Nr. 23, V. 1-3 Altes engl. Weihnachtslied Negro Spiritual	„Deck the halls“ „Go tell it on the mountains“	Vokalgruppe Vokalgruppe
Anton Bruckner (1824 - 1896)	„Locus iste“	Chor
J.S. Bach	Ev. Lukas 2, Vers 1 - 7 „Uns ist ein Kindlein heut geboren“ Ev. Lukas 2, Vers 8 - 14	Sprecher Chor Sprecher
Johann Grüber (1598 - 1662)	„Fröhlich soll mein Herze springen“ Vers 1 Chor, Vers 2 Gemeinde Vers 5 Chor, Vers 8 Chor und Gemeinde	
Vincent Lübeck (1654 - 1740)	Ev. Lukas 2, Vers 15 - 20 Weihnachtskantate	Sprecher Solostimmen, Flöten, Orgel
J. S. Bach	„Ich steh an Deiner Krippe hier“	Solostimme u. Orgel
Heinr. Schütz (1585 - 1672)	„Also hat Gott die Welt geliebt“ Motette aus: Geistliche Chormusik 1648	Chor
J. S. Bach	Präludium aus der 2. Engl. Suite a-moll	Orgel

Mitwirkende	Studierende und Lehrer der Schule Schlaaffhorst-Andersen	
	Helmut Krämer, Ulrike Koelling Bettina Lingsens, Susan Vömel, Susanne Kolb, Ingeborg Wiebe, Susanne Landmesser Ingeborg Wiebe, Wolfgang Finke, Wolfram- Ekkehard Lampe, Erika Schröder	Sprecher Solostimmen Flöten
	Michael Struck Karl-Christian Palmer Michael Struck Hartmut Süsse	Orgel Leitung der Vokalgruppen Chorleitung

Die Kollekte am Ausgang der Kirche ist bestimmt für die „Käthe-Dannenmann-Stiftung“, aus der bedürftigen Angehörigen des Jugenddorfwerkes Deutschlands, der Schule Schlaaffhorst-Andersen, Studienbeihilfen gewährt werden.

Karin Tipke

Examenslehrprobe im Fach Atmung und Singen

Thema: Arbeiten Sie an der lebendigen Darstellung der zur Zeit bei der Schülerin vorhandenen stimmlichen Möglichkeiten. Begründen Sie Ihre Auswahl von Übungen und Liedstellen.

Dauer: ca. 25 Minuten

Unterrichtsmittel: Klavier

Voraussetzungen: Ich arbeite mit X. Y., Schülerin des 3. Semesters. Ich kenne X aus zwei Lehrproben im Sprechen, mehreren „Nacharbeitestunden“ und aus fünf Stunden in den Tagen vor der Examenslehrprobe, in denen wir hauptsächlich an der „langen Stimme“ und am „Stimmstütz“ gearbeitet haben. Dabei gewann ich folgenden Eindruck:

Haltung/Tonus/Körperbezug:

- keine starken **Haltungsanomalien**, die Atmung und Stimmgebung beeinträchtigen, manchmal Kopf etwas vorgeschoben - nicht günstig für die Phonation
- Tonus möglicherweise (?) primär schlaff, Kompensation durch starke Festigkeiten in Schultern, Nacken und Rücken
- Bewußtsein für ihren Körper ist im Wachsen begriffen, z.Z. noch wenig Bewußtsein für ihre „Mitte“ (sichtbar bei Bewegungsübungen, hörbar im Ton)

Atmung/Stimme:

kleine schnelle Atemimpulse — findet oft ihren Atemrhythmus noch nicht — neigt zur Hochatmung und zum Stauen — beim Singen „Jange Stimme“ und „saugende und fließende Funktion“ spontan selten — nach Übungen manchmal gut

Genauere Stimmanalyse:

Stimmgattung: läßt sich noch nicht festlegen

Intonation: gut

Stimmvolumen: zart, schmal; voll, wenn Atmung und Resonanz abgeschlossen

Tonansatz: verschieden, wechselnd zwischen fest und weich

Lagenausgleich: keine auffälligen Brüche, aber Spannungsausgleich zwischen hohen und tiefen Lagen oft schwierig

Stimmbandschluß: von a - e oft gut, sonst verhaucht, in tiefen Lagen manchmal gedrückt

Resonanzen: Stimme „sitzt“ noch nicht, besonders Maskenresonanz schwach

Beweglichkeit: oft schwerfällig; besser, wenn Atmung gut

Elastizität: muß noch erarbeitet werden

Vokalausgleich: z.T. noch schwierig

Artikulation: gut, natürlich

Klangfarbe: hell

Tragfähigkeit: muß noch erarbeitet werden

Luftführung: schwierig, manchmal gut

Anschluß an die Atemmuskeln: erst im Ansatz vorhanden, besonders hintere Zwerchfell-Schenkel müssen aktiviert werden

Pausentechnik: Schwierigkeiten bei der Luftergänzung

X's stimmliche Schwierigkeiten sind hauptsächlich auf den noch fehlenden Stimmstütz und auf die „Schwerfälligkeit“ der Atemmuskulatur zurückzuführen. Wenn diese Mängel behoben sind, hat sie gute stimmliche Möglichkeiten (großer Umfang, Tragfähigkeit, volles Volumen ...).

Vom Temperament her würde ich X als leicht phlegmatisch bezeichnen. Sie ist schwer zu bewegen, ihre Kräfte voll einzusetzen.

X's stimmliche Leistungsfähigkeit wird zudem noch von einer Art „Zurückhaltung“ eingeschränkt, die sie z.Zt. noch von intensiver Gestaltung und innerem Ausfüllen der Lieder abhalten. Die Fähigkeit dazu sollte man versuchen zu fördern.

Sachanalyse:

Wie oben schon erwähnt, ist bei X. die Arbeit am Stimmsitz und am Zugriff der Atemmuskeln unbedingt erforderlich. Deshalb gehe ich in der Sachanalyse darauf ein (obwohl die Themenstellung dieses nicht direkt fordert), um dann die „lebendige Darstellung“ dazu in Beziehung zu setzen.

1. Zugriff der Atemmuskulatur

Kenntnisse über die Tätigkeit der Atemmuskeln in der Ruheatmung setze ich an dieser Stelle voraus. Wie arbeiten diese Muskeln aber nun beim Singen, und was heißt „Zugriff“?

Während des Singens wird die Ausatemungsphase um ein Vielfaches verlängert. Dies geschieht erstens durch den Widerstand der Stimme, zweitens durch die aktive Tätigkeit der Einatemmuskulatur, die zugreift und wieder löst. „In die Ausatmung brechen inspiratorische Impulse hinein, ...“ (H. Lullies, Physiologie der Stimme und Sprache, S. 194), deshalb auch die Bezeichnung „**inspiratorische Dehnung**“.

Schlaffhorst-Andersen sprachen von „**saugender und fließender Funktion**“. Es bedarf der „fließenden F.“, damit die Grundtendenz des Zwerchfells die des Steigens bleibt. Es wäre unnatürlich, ständig in der Einatmungsbewegung zu verharren. Trotzdem bleibt der Atemrhythmus andeutungsweise während der Phonation erhalten, „**die Stimme atmet**“ (Saugen = tendenzweise Einatmung, Fließen = tendenzweise Ausatmung, die Pause kommt nur noch so wenig zum Tragen wie bei der reflekt. Luftergänzung).

Wenn die Atemmuskeln auf diese Weise arbeiten, wird die Stimme erheblich entlastet, was immer mit dem Phänomen der „**langen Stimme**“ einhergeht. Das langsam steigende Zwerchfell hält auch den Kehlkopf (lange in seiner tiefen Stellung, wodurch die Stimme passiv gelangt wird (Erhöhung der Grundspannung durch Langziehen! Aktive Spannung dagegen durch den Vocalis)) Die Belastung wird also auf zwei Pole verteilt. Nur die „**lange Stimme**“ ist modulations- und tragfähig, kann bruchlos von einer Schwingungsart in die andere übergehen (Register-Ausgleich!) und bietet die Gewähr dafür, daß ein Primärton von der Stimme produziert wird, dessen Teiltöne optimal von den Resonanzräumen verstärkt werden können.

Beim Singen mit „**langer Stimme**“ sind neben körperl. auch seel.-geist. Faktoren beteiligt (siehe „**lebendige Darstellung**“).

Aus diesen Überlegungen ergeben sich folgende Voraussetzungen für die optimale Funktion der Atemmuskeln:

- unwillkürliche Einatmung durch die Hauptatemmuskeln (die Hilfsmuskeln sind allein nicht zu inspirator. Impulsen während der Phonation fähig)
- gute Haltung, damit keine Fehlspannungen in der Muskulatur den Körper undurchlässig machen für Atembewegung und Stimmschwingung
- gute Artikulation
- guter Stimmbandschluß: Atemmuskeln und Stimme sind Antagonisten, die sich gegenseitig bedingen und in ihrer Kraft zu steigern vermögen, Schwäche des einen beeinträchtigt den andern
- Offenheit der Räume:
 - einerseits Atemräume wie oben beschrieben
 - andererseits ResonanzräumeMuskeldynamik der Atemmuskulatur und Resonanzraumanschluß können sich gegenseitig aufschaukeln
- Formungs-/ Gestaltungs-/ Aussagefähigkeit

2. Stimmsitz

Der Stimmsitz bildet den Gegenpol zur Tätigkeit der Atemmuskeln, oder anders ausgedrückt, die andere Hälfte der körperlichen Voraussetzungen zur optimalen stimmlichen Leistung. Die „**Stimme sitzt**“, wenn alle Vokale in allen Resonanzräumen schwingen, nur mit jeweils unterschiedlicher Gewichtung. (Beispiel: „i“ hauptsächlich in der Maske, aber auch Kuppelklang und Brustresonanz)

Man spricht in diesem Zusammenhang auch von **Vokalausgleich**. Die fünf Hauptvokale (a, e, i, o, u) lassen sich ihrer Klangfarbe nach in helle und dunkle Vokale einteilen. Beim Singen wird ein Ausgleich zwischen beiden Klangextremen angestrebt, wobei aber der typische Eigencharakter jedes Vokals erhalten bleiben soll.

Sehr wichtig ist in diesem Zusammenhang die **Artikulation**, die nach Martienßen möglichst weit vorne liegen sollte. Zu vermeiden sind z.B. Druck der Zunge nach hinten, zu kleiner Öffnungswinkel des Kiefers usw.! Dadurch verliert die Stimme ihren Sitz.

Stimmsitz und Funktion der Atemmuskulatur stehen in enger Wechselbeziehung zueinander. Der Stimmsitz ist beeinträchtigt, wenn der Sänger verhaucht singt oder preßt. Die Atemmuskeln können nicht optimal arbeiten, wenn die Resonanzräume, der Gegenpol fehlt. Andererseits können sich beide Faktoren gegenseitig aufschaukeln und stärken. In der Praxis läßt sich die Arbeit an einem Pol nicht vom anderen trennen.

3. Lebendige Darstellung heißt nach meiner Meinung, daß das Singen ein Produkt der Einheit von Körper, Geist und Seele sein sollte. Der Körper bildet das Instrument zum Singen, Geist und Seele müssen es stimmen und spielen. Der geistige Zugriff beinhaltet, daß der Sänger den Inhalt des Liedes geistig erfaßt, das Lied strukturieren kann nach Melodiebögen, Phrasierungen, Höhepunkten usw. Die Fähigkeit, das Gesungene gefühlsmäßig nachzuvollziehen und auszufüllen, sich empfindungsmäßig einzustellen, könnte man dem seel. Anteil des Singens zuordnen. Das Zusammenwirken dieser drei Komponenten macht das Singen zu einer ganzheitlichen Leistung des Menschen und eröffnet die Möglichkeit zur **lebendigen Gestaltung** (Dynamik, Tempo ...). Zwischen den drei Faktoren besteht eine enge Wechselwirkung. Die Griechen nannten das Zwerchfell den „**Sitz der Seele**“, d.h., daß jede emotionale Bewegung sich in der Spannung der Atemmuskeln widerspiegelt. So hat auch die innere Beteiligung beim Singen starken Einfluß auf die Tätigkeit des Zwerchfells.

Gerade das Singen von Liedern bietet eine gute Möglichkeit, diese innere Beteiligung zu schaffen. Das Lied gewährt Schutz und Freiheit zugleich – Schutz insofern, als die freiwerdenden Kräfte einen äußeren Rahmen bekommen durch die Form des Liedes (kein Ausufer); Freiheit, weil ein Lied (aufgefaßt als Rollenspiel) dazu ermutigen kann, über seine normalen Grenzen hinauszugehen und Seiten von sich zu zeigen, die sonst nicht zum Vorschein kämen.

Methodisch-didaktische Vorüberlegungen

Zu Beginn der Stunde soll X. ein oder zwei Strophen des Liedes „**Hans und Liesel**“ singen, um Aufschluß zu bekommen über den momentanen „**Zustand**“ von Atmung und Stimme, und um am Ende feststellen zu können, ob sich etwas verändert hat.

Wenn X. sehr stark zur Hochatmung neigt, werde ich sie kurz schwingen, um Fehlspannungen im Pump zu lösen. Dabei soll sie Widerstände in die Ausatmung nehmen (Strömungskonsonanten, Halbklinger, Vokale), damit die Kraft der vertieften Einatmung nicht „verpufft“, sondern zum weiteren Spannungsaufbau in der Atemmuskulatur genutzt wird.

Dann soll die Schülerin Teile von Hey-Versen singen. Der Einsatz von Sprache erscheint mir wichtig, weil die Artikulation ihr helfen kann, die Töne besser zu fassen (Atmung und Resonanz) und X. davor bewahrt wird, ihre Atem- und Stimmfunktionen zu kritisch vom Kopf her zu beobachten (Gefahr des Engmachens im Hals, des Stauens und der Hochatmung).

Die Zeilen der Hey-Verse sind so gewählt, daß durch die darin enthaltenen Vokale Kuppel- und Maskenresonanz gefordert und gefördert wird. Mir scheint es günstig, vom „u“ auszugehen, weil hier der Stimmsitz schon öfter vorhanden ist. Außerdem möchte ich bei diesen Stimmübungen die Tonhöhen ausnutzen, bei denen der Zugriff von Atemmuskeln und Stimmsitz am leichtesten zu erreichen ist (ungefähr g-e“) und versuchen, diese Funktion auf andere Tonhöhen zu übertragen (durch auf- und abwärtsführende Tonfolgen und Intervallsprünge).

Als Vorbereitung für das Lied schließen sich eventuell kurze, impulsivere Tonübungen an.

Zum Schluß der Stunde arbeiten wir am oben genannten Lied. Ich habe dieses Lied gewählt, weil X. sich die „**Handlung**“ vorstellen kann und durch Einsteigen in die Rolle vielleicht zur lebendigen Gestaltung kommt. Dadurch läßt sie sich möglicherweise aus der „**Bravheit**“ herauslocken und zu stimmlichem Ausdruck führen, der ihre normalen Grenzen übersteigt. Außerdem mag X. dieses Lied, wodurch die Chancen erhöht werden, daß sie „**lebendig**“ singt, d.h. geistig-seelisch beteiligt ist und so die in den Vorübungen erarbeiteten Funktionen halten und an wenigen Stellen eventuell erweitern kann.

Funktionell braucht das Lied „**Hans und Liesel**“ genaue Artikulation, eine sehr spannkraftige Atemmuskulatur und einen exakten Stimmsitz in der Maske (Mittestimme). Die großen Intervalle könnten eventuell schwierig sein und X. etwas überfordern. Deshalb werde ich nicht auf solchen Stellen herumrillen, sondern auf leichtere Passagen mehr Wert legen.

Möglicherweise könnte die Schülerin sich von der Menge der Zuschauer einschüchtern lassen. Deshalb werde ich selbst Übungen und Liedstellen vorsingen und versuchen, meine eigene Lebendigkeit auf sie zu übertragen.

Wenn während des Singens starke Hochatmung auftreten sollte, werde ich X. manuelle Hilfe im Rücken geben. Weil dieses auf Dauer wegen des großen Gewichtsunterschiedes sehr anstrengend ist, soll sie sich an die Wand anlehnen oder sich mit dem Gesicht zur Wand mit den Händen abstützen (=Dehnung im Rücken, Aktivierung der hinteren Zwerchfell-Schenkel).

Lernziel:

- Die Schülerin soll Spaß am Singen haben
- Stimmsitz und Zwerchfell-Zugriff sollen sich im Laufe der Stunde wenigstens in einigen Tönen verbessert haben

Verlaufsplanung:

- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| — Singen des Liedes | Feststellen der stimmlichen Möglichkeiten |
| — eventuell kurzes Schwingen, Aktivierung der Atmung, bes. des hinteren Zwerchfells | körperl. Voraussetzungen zum Singen schaffen |
| — Stimmübungen unter bes. Berücksichtigung von Kuppel-/Maskenklang und Spannungsausgleich zwischen hohen und tiefen Lagen | Stimmsitz und Zugriff der Atemmuskeln erarbeiten |
| — Singen des Liedes auf Silben — auf Text | Übertragen der erübten Funktionen auf Lied |

Tagungsbericht über die Fortbildungstagung Lehrervereinigung Schaffhorst-Andersen e.V. 1981

Die diesjährige Fortbildungstagung der Lehrervereinigung Schaffhorst-Andersen fand vom 17. bis 20.9.1981 im Bad Hotel, Bad Teinach statt. Das Tagungsthema lautete:

Atemtherapie - Basisbehandlung für Stimme und Sprechen

Frau Ossadnik-Uhrbach, 1. Vorsitzende der Lehrervereinigung, eröffnete die Tagung mit der Begrüßung von Kollegen und Gästen. Im Anschluß gab Frau Auer, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin, eine Einführung zum Tagungsthema.

Die Vortragsreihe begann mit einem Referat von Herrn Dr. med. Ziemer, Nürnberg, mit dem Thema „Allergisches Asthma im Kindesalter“. Er definierte das Asthma bronchiale als eine chronisch rezidivierende, mit extremer Atemnot einhergehende Erkrankung der Bronchien, mit Spasmus der Bronchialmuskulatur, Schleimhautödem und Hypersekretion. Eine ererbte pathologische Hyperreagibilität oder Hyperreaktivität des Organismus auf Reize wie z.B. Staub, Rauch, Pollen, Chemikalien, aber auch Streß und Anstrengung liegen der Erkrankung ursächlich zugrunde. Anatomisches Substrat der Hyperreaktion ist die ubiquitäre Mastzelle, welche durch Reize degranuliert und entzündungsauslösende Mediatoren freisetzt. Beim allergischen Asthma erfolgt dies durch Bindung des Allergens und des entsprechenden Antikörpers. Dr. Ziemer beschrieb die Entstehung allergischer Reaktionen im Körper. Er erläuterte die diagnostischen Voraussetzungen und zeigte therapeutische Maßnahmen des Arztes auf. Er unterstrich die Bedeutung der Atemtherapie, die nach der medikamentösen Behandlung des Akutzustandes zu empfehlen ist, um die volle Funktionsfähigkeit des Respirationsorgans wiederherzustellen. In Verbindung mit Beschäftigungs- und Psychotherapie ist sie eine sinnvolle rehabilitatorische Maßnahme. Die folgende Filmvorführung war eine exemplarische Darstellung des allergischen Asthma. Die Firma Fisons, Arzneimittel GmbH, Köln, hatte dazu die Filme „Anstrengungsasthma - Die Rehabilitation des asthmakranken Kindes“ (Prof. Oseid, Oslo) und „Das Asthma bronchiale - Seine sozialmedizinische Bedeutung“, zur Verfügung gestellt.

Im folgenden Vortrag sprach Frau Martin, Singen, Medaulehrerin, zum Thema „Einbeziehung der Atmung in die Medaulehre“. Sie gab einen historischen Abriss über Gründung und Aufbau der Medau-Gymnastikschule, wobei sie speziell auf die Entwicklung der Organgymnastik ein-

ging. Diese erläuterte sie als eine Inanspruchnahme aller Organe durch die Atembewegung (Atemdruckwelle) mit Hilfe besonderer Haltungs- und Bewegungsübungen. Eine konzentrierte Einstellung des Übenden auf psychophysische Wirkungen ist dabei erforderlich. Die Übungsformen gliedern sich in: Übungen für das Loslassen, Ruhen, Übungen des Lösen durch Bewegung, Dehnlagen, Atemstellungen und Bewegung nach rhythmischen Gesetzmäßigkeiten. Im Anschluß an den Vortrag hatten die Teilnehmer Gelegenheit, praktische Erfahrungen mit der Medaulehre zu machen. Frau Martin erarbeitete Atemstellungen und Dehnlagen.

Der zweite Tagungstag begann mit den Ausführungen von Herrn Dr. med. Glaser, Freudenstadt, über die „Regelungsmechanismen der Atembewegung“. Der Referent zeigte die Schwierigkeiten bei der neurophysiologischen Betrachtungsweise der Atembewegung auf. Er erklärte Bau und Funktion des Gamma-Nervensystems, welches über die Vernetzung der Spindelafferenzen und -efferenzen die Möglichkeit zur Verteilung seiner Aktivität auf die gesamte Skelettmuskulatur hat und damit auch an der Tonisierung des Atemsystems beteiligt ist. Sonderformen der Muskelspindelregelung beim Atemsystem wurden erläutert, die die Einbeziehung des Atemsystems sowohl in die Gliedermotorik bei Haltung und Bewegung, als auch in die Ausdrucksgestaltung ermöglichen. Dr. Glaser verdeutlichte die Auswirkungen der Gamma-Aktivierung auf Atmung und Bewegung und deren Zusammenspiel. Er stellte die Entstehung von Munterkeit und Bewußtseinsheelligkeit dar, welche Grundlagen für eine Umweltorientierung im Sinne eines „über-sich-hinaus-spürens“ (Transsensus) sind.

Im Anschluß führte Frau Glaser mit den Teilnehmern praktische Übungen zu diesem Thema durch. Schwerpunkt lag dabei auf Transsensus zur Erkundung der Gestalt, Transsensus, um das andere an sich anzupassen; Transsensus mit Feedback im Partnerbezug.

Es folgte das Referat von Herrn Müser, Marl, „Atmung und Yoga“. Erschilderte kurz das System des Yoga. Die folgenden acht Stufen **Yama** - moralische Läuterung der Wahrhaftigkeit, **Niyama** - Gebote mit dem Ziel der inneren und äußeren Reinigung, **Asanas** - Körperhaltungen zur vollkommenen Beherrschung des Körpers, **Pranayama** - Beherrschung des Atems, **Pratyahara** - Hinwendung der Sinne auf sich selbst, **Dharana** - Fixierung des Denkens auf einen Punkt, **Dhyana** - Meditation über ein gegebenes Thema, **Samadhi** - tiefe Versenkung und Vereinigung mit dem göttlichen Geist, wurden erläutert und in ihrer Bedeutung für den westlichen Menschen erklärt und diskutiert. Der Referent führte dann mit den Teilnehmern „Asanas“, die besonders atemanregend wirken, durch.

Den letzten Tagungstag eröffnete Frau Freivogel, Schaffhausen, Krankengymnastin, mit ihrem Vortrag „Atemgymnastik aus der Sicht des Krankengymnasten“. Im theoretischen Teil erklärte die Referentin atemmechanische Prinzipien. Sie zeigte den Unterschied zwischen restriktiven und obstruktiven Lungenerkrankungen und deren Auswirkungen auf die Atemtätigkeit auf. Sie wies auf die Widerstände im Gesamtsystem der Atemwege hin und hob die Reduktion der Atemarbeit durch die Mundatmung hervor. Ursache und Therapie des Tracheo-Bronchialkollapses und des Bronchialkollapses wurden aufgezeigt. Den Abschluß bildeten Betrachtungen über Beeinflussungsmöglichkeiten der Ventilation durch verschiedene Lagerungen. Im praktischen Teil wurde eine krankengymnastische Atembehandlung erklärt und vorgeführt.

Es folgte ein Vortrag von Frau Fischer, Friedberg, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin, mit dem Thema „Wirkung der Stimme auf den Atem“. Stimme wurde als Zusammenspiel von Leibmuskeln-, Keh- und Mundbewegung im Gegenüber zum Atem definiert. Der Vortrag basierte auf Gedanken von E. Rossi, der die Entstehung von Stimme und Sprache als Unangepasstheit des Menschen an seine Umwelt und eine daraus resultierende Notsituation ansieht. Die Referentin stellte die Lautbildung und Stimmfähigkeit in diesem Sinne dar und zeigte deren Auswirkungen auf Atmung und menschliches Verhalten auf.

Im Anschluß sprach Frau Saatweber, Wuppertal, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin, zum Thema „Stottererbehandlung als ganzheitliche Behandlung unter besonderer Beachtung der Atmung“. Sie legte ihren Ausführungen Westrichs Definition zugrunde, welche die sprachlichen Beeinträchtigungen - gleich welcher Art - auf Defizite in den Erlebens- und Lernbedingungen der jeweiligen Person zurückführt. Das Stottern wird als Aussage- und Dialogangst bezeichnet, dessen Ursache im unzulänglichen Wagnis zur Darstellung der eigenen Position liegt. Frau Saatweber beschrieb die auffälligen Besonderheiten im Verhalten des Stotternden. Sprachtherapie ist durch die Komplexität des Sprachgeschehens nur als ganzheitliche Therapie möglich. Durch die Einbeziehung und Wiederbelebung aller psycho-physischen Funktionen kann Harmonie wiederhergestellt werden. Die Referentin stellte Entspannungsübungen, Atem-

Stimm- und Bewegungsübungen nach Schläffhorst-Andersen dar, die in einem Behandlungsverlauf erfolgreich eingesetzt werden könnten. Sie sieht die Atemtherapie, die ein wesentlicher Teil der ganzheitlichen Therapie ist, als einen gangbaren Weg an, um dem Stotternden die soziale Kommunikation zu ermöglichen und ihn zur Selbstbehauptung zu führen. In nachfolgenden Tonbandbeispielen wurden Möglichkeiten der Gesprächsführung aufgezeigt.

„Störungen im Atemablauf bei Vorschulkindern - Beobachtungen und Therapieansätze“ lautete das Thema von Frau Seyd, Bergen, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin. Vier Fallbeispiele aus freier Praxis wurden vorgestellt, wobei auf die Sprachbehinderung, die Störung des Atemablaufes, zusätzliche Behinderungen, Krankengeschichte und Umwelt des Kindes eingegangen wurde. Folgende Atemstörungen wurden beobachtet: — mangelnde Regulation der Atemwege, — Verlängerung der Einatmung vor Sprechbeginn, — Anhalten der Luft während der Ausatmung, — Mundatmung, — Hochatmung, — Unterbrechung des Redeflusses durch willkürliche Einatmung. Die Therapie erfolgt in Form von Ausatemübungen (Blasübungen), Sprech- und Bewegungsübungen, sowie Stimmübungen (Singen von Kinderliedern), welche ordnend und kräftigend auf die Atmung einwirken und dadurch das Erlernen des Sprechens erleichtern.

Das Referat von Frau Rauschnabel, Hamburg, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin, zum Thema „Atemtherapie, Basis der Stimmtherapie“, nahm den ganzen Nachmittag ein. Es gliederte sich in zwei Teile, wobei zunächst theoretisch dann praktisch die Grundlagen der Arbeitsweise nach Schläffhorst-Andersen dargestellt wurden.

Frau Rauschnabel definierte die Begriffe Atemtherapie und Stimmtherapie, bevor sie einen Überblick über die funktionellen Stimmstörungen gab. Sie hob hervor, daß die Arbeit des Atem-, Sprech- und Stimmlehrers in der Stärkung und Entwicklung des psycho-physischen, ganzheitlichen Kräftespiels im Menschen mit Hilfe der Stimme liegt, mit zusätzlichem stimm- und sprechpädagogischen Ansatz für den funktionell richtigen Aufbau der an der auditiven Kommunikation beteiligten Organe.

Die physiologischen Beziehungen zwischen Stimmschwingungen und Luftbewegung im Bereich der Glottis, wie sie in der Fachliteratur beschrieben werden, wurden ausführlich dargestellt. Die Referentin zeigte den Zusammenhang zwischen subglottischem Druck und Parametern der Phonation bei normalen und gestörten Stimmen auf. Im zweiten Teil widmete sie sich ausführlich der Atem- und Stimmarbeit nach Schläffhorst-Andersen. Sie nannte die Ziele der Atemarbeit und beschrieb den Arbeitsweg, der in einer direkten und indirekten Beeinflussung des Atems liegt. In diesem Zusammenhang erörterte sie die Regenerationswege nach Schläffhorst-Andersen. Frau Rauschnabel legte die charakteristischen Arbeitsprinzipien dar und gab zum Abschluß einen Ausblick auf die positiven Wirkungsweisen der Methode.

Die Tagung endete mit chorischen Gesangübungen, die Frau Goebel, Bergen, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin, leitete. Im Anschluß bestand für alle Teilnehmer die Möglichkeit, das Archiv der Lehrervereinigung Schläffhorst-Andersen zu besichtigen.

Dietlind Jacobi, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin

Aus der Praxis

Irmtraut Warner, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin
Clayallee 326, 1000 Berlin 37

Die nachfolgenden Aufzeichnungen entstanden im Anschluß an zwei Semester Unterricht in der Schauspielschule Berlin. Nach den Statuten der Hochschule der Künste ist eine Verlängerung der Gastdozenturen über zwei Semester hinaus nicht möglich. Da die Studenten innerhalb ihrer Ausbildung voll ausgelastet sind, wird eine Fortsetzung der Arbeit in der freien Praxis nur in einzelnen dringenden Fällen gewünscht.

Die Arbeit mußte also, abgestimmt auf die zur Verfügung stehende Zeit, doch gründlich und umfassend sein. So ergab sich ein kontinuierlicher Aufbau und Überblick über die verschiedenen Themen, die selbstverständlich individuell angepaßt erübt wurden.

Das wachsende Interesse der Studenten sowie das bei den älteren Semestern bereits durch anderes Körpertraining sensibilisierte Empfindungsvermögen kam meinen Bemühungen sehr entgegen.

Am Ende bat man mich um Aufzeichnungen, die ich nun auch für alle anderen Schüler verwenden kann.

Atem-, Stimm- und Lautübungen nach Schläffhorst-Andersen

Angestrebt wird eine ökonomisch gesteuerte Atemführung als notwendige Grundlage für die Lautbildung. Diese hängt u.a. von einer physiologisch richtigen Körperhaltung und den sich daraus ergebenden Bewegungen ab, wodurch falsche Spannungen vermieden und abgebaut werden.

Die Haltung

sollte aufgerichtet und nicht „gerade“ sein.

Den Ausgleich zwischen Schwerkraft und Aufrichtungskraft suchen.

1. Verbindung von Fußfläche und Bodenfläche, im Sitzen von Sitzfläche und Stuhlfläche suchen, Vorstellungshilfe hierfür:

- a) die Füße breiten sich in ihrer ganzen Länge und Breite auf dem Boden aus, senken sich hinein — der Boden kommt den Füßen entgegen, trägt sie — Fußfläche und Bodenfläche verbinden sich.
- b) ebenso breitet sich die Sitzfläche auf der Stuhlfläche aus (Verkrampfungen der Gesäßmuskulatur lösen!) — die Stuhlfläche kommt der Sitzfläche entgegen, trägt sie — Sitzfläche und Bodenfläche verbinden sich.

Erst a) und b) „einbilden“, schließlich beide Flächen zugleich in die Vorstellung nehmen, es ergibt sich:

- c) allgemeine Schwere unten; man spürt u. U. nur noch eine Fläche, die sich zwischen Fußfläche und Sitzfläche befindet in ungefährer Höhe der Kniee.
2. Kopf aus dem Schultergürtel herausheben, als ob man am Haarwirbel nach oben gezogen würde — wie eine Marionette (evtl. die Daumen unter das Hinterhaupt legen und mit ihrer Hilfe den Kopf herausheben).
 3. dadurch wird das Kinn herangeholt (nicht herangepresst) und der Kehlkopf mit den Stimm lippen (Glottis) wird nicht abgelenkt, sondern bleibt in seiner waagerechten Lage. Der Kehlkopf kann sich bei der Einatmung ungehindert senken, wobei sich die Glottis öffnet, und bei der tönenden Ausatmung können die Stimmbänder in ihrer ganzen Länge schwingen. (Die Stimmlippen, ein zweigeteilter Muskel, setzen vorne am Schildknorpel an und werden durch die Stellknorpel bei der Einatmung geöffnet, bei der Ausatmung geschlossen. Diese Bewegung ist ungehindert nur bei tiefgestelltem Kehlkopf möglich.)
 4. dadurch werden Hals, Nacken und Rücken lang. Diese Streckung sollte durchlässig und unverkrampft sein, -
 5. dadurch können die Schultern natürlich und schwer fallen -
 6. dadurch wird das Becken aufgerichtet d.h. vorne gehoben, hinten gesenkt. Wir erleben eine Dehnung auch der „hinteren Bauchwand“, d.h. eine Streckung der LWS, das sogenannte „Hohlkreuz“ wird ausgeglichen.

Wenn sich der so aufgerichtete Körper zugleich schwer und leicht anfühlt, ist der Ausgleich der Kräfte vollzogen.

Die Bewegung

Auch durch das sogenannte Schwingen wird der Körper als Einheit erlebt, der nur um das Zentrum (Zwerchfell) und den inneren Schwerpunkt in der Mitte der Tiefe des Beckens (wie beim Stehaufmännchen) schwingt. Hierbei stellt sich die tragende Wirbelsäule allmählich in ihren natürlichen Krümmungen richtig auf. Der Körper trägt sich in sich selbst, wird durchlässig und fühlt sich — ist der Ausgleich erreicht — schwer und leicht zugleich an. Abgesehen von einem ungestörten Stimmeinsatz aus dieser Ein-Stellung, kann man auf diese Weise lange unangestrengt stehen, ohne zu ermüden.

Auch alle anderen Bewegungen kann man aus dieser **Schwingung** entwickeln: die **kreisende Bewegung** um den Mittelpunkt herum, die **rhythmische Bewegung** aus dem Mittelpunkt und zu diesem zurückkehrend, wobei die innere Aufrichtung und der Atem ungestört bleiben. Der **Atem** folgt der **Bewegung**, wird und bleibt rhythmisch. Auch die einfließende **Stimmbandbewegung** wird so vom Atem getragen.

Die schwingende, kreisende und rhythmische Bewegung sowie Atmung und Stimmbandbewegung gehören zu den fünf Regenerationswegen der Schule Schläffhorst-Andersen. Um zunächst ohne Lehrer zum Erlebnis des Schwingens zu kommen, seien zwei Übungen vorgeschlagen:

1. Knieübung: Füße sind parallel in geringem Abstand gestellt und bleiben fest auf dem Boden. Ein Knie wird vorgeschoben, während das andere kräftig nach hinten durchgedrückt wird; jedesmal kurze Ausatmung auf pff... So einige Male, dann die Kniee weich und locker in allmählich immer kleiner und rascher werdender Bewegung aneinander vorbeiführen bis zur Ruhestellung. Beine und Kniee werden durchblutet; nachspüren!

2. Kopf, Nacken, Schulter, Oberkörper allmählich herunterlassen. Wirbel für Wirbel, Eigenschwere wirken lassen. Nur an Dehnung denken, nicht herunterzerren oder -federn. Kniee müssen locker gestreckt bleiben wie nach Übung 1). Hände streben etwas fort von den Füßen, das Gewicht des Körpers ruht auf dem Vorderfuß. So eine Weile hängen und Atembewegung im tiefen Rücken beachten. In der umgekehrten Reihenfolge allmählich wieder aufrichten.

Nach diesen beiden Übungen steht der Körper leicht bewegt in geringer Schrägstellung nach vorne. Das Gewicht des Körpers ruht auf dem Mitte-Vorderfuß. Die Tendenz zum Schwingen vor und zurück (Stimmbandlinie) kann aufgenommen und die Schwingungslinie etwas vergrößert werden, jedoch nicht über den Gleichgewichtsschwerpunkt des Körpers hinaus. Die Füße liegen fest dem Boden an, nur die Fesseln sind gelöst. Den Körper als Einheit empfinden, wie ein Baum vom Wind bewegt. Nun die Schwingung wieder verringern und den Ruhepunkt über der Fußsohle suchen, über dem der Körper locker aufgerichtet stehen kann. Haltung ist keine „Halte“, sondern bewegtes Gleichgewicht der Körpersäule über der Unterstützungsfäche.

Der Atemrhythmus bei der Phonation

Physiologisch bilden beim Sprechvorgang STIMMEINSATZ, ARTIKULATION sowie ATEM und ATEMFÜHRUNG eine EINHEIT.

Befindet sich der Sprecher/Sänger in einer eutonischen Verfassung (Eutonic, griechisch, bedeutet: harmonische Spannung), sind alle zur Phonation benötigten Muskeln locker und reaktionsbereit.

Bei der Einatmung Tiefstellung des Zwerchfells und entsprechend des Kehlkopfes mit Weitung des Rachens, Hochstellung des Gaumensegels und Lösung des Zungengrundes. Leichte Dehnung der Flanken, d.h. Lungendehnung entsprechend der Zusammenziehung des Zwerchfells.

Zu Beginn der Phonation stellt sich der Atem des Sprechers durch die Sprechbereitschaft, falls die Lockerheitsphase im Atemrhythmus erreicht wurde (siehe unten) unwillkürlich und ökonomisch von selbst ein: Bereitschaftsstellung der Organe (Anhub - Atem nach Zacharias). Dieser sollte einen gleichzeitigen ökonomischen Einsatz von Atemmuskulatur, Stimmeinsatz und Artikulation zur Folge haben.

Nur das Zwerchfell kann den Kehlkopf in der physiologisch richtigen Mittelstellung halten. Beim Sprechen im Eigenton (Indifferenzlage) der Stimme schwingt die Stimme locker und doch spannkraftig in einer Mittellage des Kehlkopfes. Das Zwerchfell spannt elastisch federnd ab, immer wieder bei richtiger Verarbeitung der Luft (siehe unten) durch gute Artikulation und Stimmeinsatz im Rhythmus der Sprache mit Einatmungsimpulsen in einem Gegenzug gehalten. Die Aufwärtsbewegung des Zwerchfells ernährt also eine Steuerung - regulierte Energie - durch Einatmungsimpulse während der Ausatmung. Die Atemluft wird ökonomisch ausgenutzt. Entsprechend zieht sich die Lunge elastisch federnd wieder zusammen, erkennbar an allmählicher elastischer Zusammenziehung der Flanken. Auch die Bauchdeckenmuskulatur (gerade und schräge Bauchmuskeln) als notwendige Haltekraft für die Zwerchfellspannung zieht sich locker federnd zurück, wobei die Weitung des Leibes bis in den Beckenboden zu spüren ist. Die Beckenmuskulatur (diaphragma pelvis) ist ein dehnungsfähiges Muskelgeflecht, welches die Bauchorgane zusammenhält.

So geführt entweicht der Ausatemungsstrom - auch bei Einsatz stärkerer Lautkraft (diese also nicht an der Stimme erzeugen, sondern mit Zwerchfelleinsatz) - gezügelt, gleichmäßig und klangdicht bis zum Ende der Phonation. Die Strömungsenergie wird an der Stimme in Klangenergie umgewandelt. Es hilft die Vorstellung, daß während der tönenden Ausatmung auch Außenluft bis zur Stimme gelangt und sich also Innen- und Außenluft an der Stimme treffen.

Es wird dadurch die Luft sehr sparsam abgegeben und eine Atmungsbalance geschaffen, der sogenannte Ausgleich der Lüfte.

Am Ende der so geführten, dem Atem angepaßten Phonation - nicht mehr Worte in einer Ausatmung als individuell möglich! - kann die Einatmung reflektorisch und unhörbar (kein Ziehen oder Schnappen!) sofort und unwillkürlich wieder einsetzen.

Dazu ist erforderlich, daß erst noch die vorhandene Restluft als Nachhauch über das Satzende hinaus die Ausatmung beendet. Dieser Hauch wird einerseits durch die Nase abgegeben, die ohnehin beim Sprechen miteinbezogen sein muß (siehe unten) und ist andererseits an der Artikulationsstelle des letzten Konsonanten spürbar, bei Vokalen bleibt die Mundöffnung noch einen Augenblick länger erhalten.

Der Nachhauch vollendet die geführte Abspannung des Zwerchfells, öffnet die Glottis weit und entläßt den restlichen Atemdruck, so daß die neue Inspiration blitzschnell wieder einschlessen kann - Einatmungsbewegung des Zwerchfells mit gleichzeitiger Entspannung im Ansatzrohr, d.h. Lösung des Kiefers, der Zungengrundmuskulatur und Weitstellung des Schlundes.

Unterstützt wird dieser Vorgang durch ein Nachgeben der gesamten Rumpfmuskulatur, vor allem durch Schultern- und Bauchdeckenlösung. Der Mund schließt sich nicht zu rasch und fest, es würde sonst die letzte Silbe zurückgestaut, „verschluckt“, der Satz abgebrochen.

Der empfundene, vorgestellte Nachhauch bewirkt außerdem, daß der Atemstrom über das Satzende hinaus noch einen Moment weiterfließen und zum Zuhörer hinschwingen kann, so daß dieser von der Aussage des Sprechers wirklich erreicht wird. Dann erst fühlt sich dieser angesprochen bzw. einbezogen. Also bis zur letzten Silbe des Satzes, ja bis zum letzten Laut die geführte Abspannung halten (die Atmungsmuskulatur erhalten in ihrer Weite) und sie erst mittels des Nachhauches lösen. Die Verbindung zum Zuhörer reißt so nicht ab, der geistige Spannungsbogen geht weiter, bleibt erhalten.

Beispiele:

Strömungskonsonanten noch etwas länger strömen lassen - dann Nachhauch

lauf-f-f-f ... Nachhauch lauf los-s-s-s ... Nachhauch mach rasch --- Nachhauch
mach doch rasch --- was ist los ---? ich komme auch ----- ich mach jetzt Schluß-----!

Klinger - Summton noch ein wenig länger, eine Nachhauch abschließt

neinen-n-n .. Nachhauch laß das sein-n-n-n--- das sollst du lassen---- bleib am
Ball-l-l-l- mach keinen Lärm----- Inge will schlafen-- nein, nicht mehr lang---

Explosivkonsonant mit Nachhauch lösen, dadurch Rückfederung.

komm mit---- abfedern, Nachhauch du willst nicht?---- abfedern, Nachhauch dann
geh weg!---- abfedern, Nachhauch hau ab!---- abfedern, Nachhauch

Vokale „in Luft“, Mund verbleibt einen Augenblick in seiner Öffnung.

hallo-----wer ist da-----? ach du-----! nanu-----? Hatschi-----
verzeih-----! magst du Kakao-----?

Aber es muß nicht nur eine Aufforderung oder Frage oder Ausruf sein, denn beim impulshaften Ausspruch ist die Atemspannung und ihre Lösung natürlicherweise leichter vorhanden.

Auch während der fortlaufenden Rede bleiben so Mund und Nase in Bereitschaftsstellung. Noch einmal gesagt: der Phonationsstrom schwingt jeweils zu Ende, bzw. nach dem Explosivkonsonanten, federt er ab, die Zwerchfellspannung wird also bis zum Ende einer Phonationsphase gehalten und dann gelöst, sie baut sich von selbst wieder auf. Man bekommt ohne Anstrengung neuen Atem für die neue Sprechphase. Auf diese Weise wird das Sprechen nie ermüdend, sondern ein Ausatemungsvorgang, durch den man sich regenerieren kann.

Eine weitere zu erübende Voraussetzung ist es, den eigenen Atemrhythmus an den Rhythmus des Gedichtes oder Liedes - auch Prosatextes! - anzupassen. Wie schon erwähnt, sollten nicht mehr Wörter in einem Ausatem gegeben werden, als persönlich möglich ist. Man kann lernen, kleinste Zäsuren am Text zum kurzen federnden Nachgeben der Atemmuskulatur und sofortigem erneuten Spannungszuwachsen zu benutzen. Man suche also immer Anschluß an seine Mittekraft zu behalten, so daß die Impulse innerhalb der Rede (Abspannung des Zwerchfells) aus dem immer wieder erspürten erneuten Zwerchfelleinsatz kommen bis zum vollkommenen Nachgeben-Lösen der Atemmuskulatur am Ende des Satzes.

Der Sprachrhythmus

Eine Hilfe hierfür ist es, der Wellenbewegung der Sprache zu folgen, jeweils den Sprechimpuls (Haupt- und Nebenbetonungen, schwere und leichte Silben, Akzente) mit dem Atemimpuls (Zwerchfelleinsatz) zusammenzubringen. Die Sprachmelodie umfaßt in der unteren Oktave des Stimmumfangs drei bis vier Halbtöne und schwingt darin auf und ab.

Es ist sehr günstig, viele verschiedene Sprechrhythmen in den unterschiedlichsten Sprachmelodien der Dichtungen zu erfahren. Indem man Dichtungen und Prosatexte laut liest, kann man sich ihren verschiedenartigen Rhythmen überlassen, sie mit dem ganzen durchlässigen Körper tragen.

Die äußeren Bewegungen fließen den Rhythmus unterstützend beim Sprechen mit ein. Körper und Sprache werden zu einer Einheit.

Es kann auch umgekehrt sein: Wenn die äußeren Bewegungen ungestört und harmonisch von Innen herausfließen - besonders beim Tanz -, zeigen sie an, daß die Stimmlippen als Tor der Atmung mit ihrer Lebendigkeit ein Festhalten oder Unbeweglichwerden des Bewegungsflusses verhindern. Sprache oder Gesang kann in solche Bewegungen leicht eingefügt werden. Innere und äußere Bewegungen fügen sich zu einem harmonischen Spannen und Lösen ineinander.

Die verschiedenen Bildungen und Laute haben verschiedene rückwirkende Funktionen im Organismus.

Es mag aus dem Vorangegangenen hervorgegangen sein, wie sehr es auf ein „durchlüftetes“ und zugleich mit kraftvollen Impulsen erfülltes dynamisches Sprechen ankommt, wobei der gesamte durchlässige Organismus von den Schwingungen der Stimme durchdrungen wird. Resonanz - resonare - durchtönen.

Außer der Lockerung der gesamten Rumpfmuskulatur ist es notwendig, die unmittelbar zur Artikulation und Stimmeneinsatz gehörende Muskulatur zu trainieren, damit diese locker und spannkraftig wird. Es muß ein sehr leichtes Sprechen durch rasche, lebendige Artikulation mit ungehindert schwingender resonanzfähiger Stimme erreicht werden.

Grundsätzlich sollten die **Konsonanten** leicht und ohne übermäßigen Druck und Festigkeit luftig gebildet werden (ein artikulierendes, sich bewegendes Organ legt sich an ein anderes feststehendes an). Zuviel Druck verbraucht zuviel Atemluft; die hierfür eingesetzte Energie verhindert den Einsatz der Atemmuskulatur. Die Stimme wird gepresst, zu fest, zu hart. Evtl. wird überartikuliert, weil man glaubt, das trage zur Verdeutlichung bei.

Falls der jeweilige Verschuß dagegen zu lasch gebildet wird, hat dies ein zu rasches Abgeben der Luft, ein Verhauchen zur Folge.

Die Luft muß an den Artikulationsstellen richtig „verarbeitet“ werden, es darf keine sogenannte „wilde Luft“ zu hören sein. Auch hierbei muß ein Ausgleich angestrebt werden: soviel Kraft wie nötig, aber nicht mehr als nötig einsetzen!

Die **Konsonanten** sollten als Gerüst der Sprache ausschwingen. (siehe: Funktionen der Sprachlaute).

Die **Vokale** dagegen sollten kurz, voll und dadurch mit größerer Klangfülle ihrem verschiedenen Charakter entsprechend aufleuchten, was ihre Ausdruckskraft erhöht.

Bei allen Lauten, insbesondere den Vokalen, sollte die unwillkürlich bei der Einatmung einsetzende Kraft des Zwerchfells ausgenutzt werden. (Laut gewordene Kraft des Zwerchfells = Lautkraft.)

Auf keinen Fall darf man die Töne an der Stimme stützen.

Vokale mit Lippen- und Mundraum umgreifen - sie sind Öffnungslaute. Bild als hätte man einen Luftball im Mundraum und spüre die Luft überall im Ansatzrohr (Kehlkopf, Rachen, Mundraum, Nasenräume). Dadurch bleibt der Kehlkopf in Mittelstellung, das Stimmband wird vom Atem gepolstert, auch noch unter der Stimme die Luftröhre zwischen Lunge und Stimmband (Windrohr) als tönende Säule schwebend erhalten.

Die Weite des Rachens muß als Verbindung zum Nasenrachenraum gewährleistet sein! (siehe Übungen zum Erreichen der Rachenweite)

Die Zunge liegt bei fast allen Lauten weich gestreckt auf dem Mundboden mit der Spitze hinter den Unterzähnen, der Zungengrund muß frei sein.

Auch die Nase ist miteinzubeziehen, Vorstellungshilfe: als würde man den Ton hinter den Oberzähnen durch die Nase über den Kopf nach hinten werfen, dies impulshaft. Dadurch wird Kopfklang, Helligkeitsanteil für die Vokal-Tonkerne erreicht. Außerdem ist so die Nase bei der Ausatmung noch stärker beteiligt und für die folgende rasche Einatmung bereit. Andere Vorstellung: als atme man den Ton in die Nase ein.

Außerdem schwingt die tönende Luft hinter dem Gaumensegel durch den Rachenschlauch in die Nasenräume zum Nasen-Stirn-Ansatz und verstärkt die Kopfresonanz.

Versuchen, beide letztgenannten Vorstellungen zugleich anzuwenden und allmählich zu verinnerlichen, damit die gesamte Muskulatur im Ansatzrohr abrufbar wird. Vokalausgleich in der Maske - Schädelstütze.

Der Vokal ist geformt, das Ansatzrohr in Bereitschaft, ehe man ihn besonders am Anfang eines Wortes ausspricht. Die geistige Einstellung hilft dazu, Obertöne beachten.

Beispiele: Hans Halle - ohne H vorstellen — ans alle - mit H vorstellen nach Vorsilbe: ge - achtet — be - eindruckt

Kiefer-, Zungen- und Lippenübungen

und außerdem:

Kopf senken, schnell hin und her bewegen, Unterkiefer „schlackernd“ lassen.

Rhythmisch geführte Kaubewegungen, Stimme leise zulassen. Den sich entwickelnden Speichel herunter schlucken. Die Schluckbewegung bis zur Weitung des Schlundes verfolgen.

Diese Lippen-Zungenbewegung stimmlich füllen, es entstehen die Laute: m n j a — mehrmals wiederholen, andere Vokale anhängen: m n j ä m n j o m n j ö

Jedesmal am Ende den Unterkiefer fallen lassen - aushängen lassen vom Kiefergelenk - bis zur merkbaren Öffnung des Schlundes.

Vorsicht: Nicht den Mund zu schnell schließen! Zungenspitze bleibt immer hinter den Unterzähnen. Diese Übungen helfen zu einer gewissen Entlastung der Schlundmuskulatur, die sich oft zusammenkrampft.

Plappern: Ohne Stimme tonlos den Mund mit lockeren Lippen und Kiefer bewegen, die Zunge bewegt sich von allein mit. Ganz vorne im Mund flüsternd zunächst ohne Artikulation „reden“. Nach einiger Zeit Stimme mit einbeziehen und allmählich artikulierte Silben entstehen lassen. Lockert den Kiefer, bringt die Stimme nach vorn.

Weitere, den Kiefer lockernde Silben üben aus dem Buch von Christina Zacharias „Sprecherziehung“. Die folgenden Silben und Wörter erst langsam, dann immer schneller sprechen, bis dies leicht, flüssig und ohne Anstrengung geschieht; jede Zeile für sich im Indifferenzbereich in einem Atemzug sprechen:

manali - manafä - manale - manalo - manalu
mabali - mabalä - mabale - mabalo - mabalu
mafami - mafamä - mafame - mafamo - mafamu
mimen - mähnen - meinen
Morgensonne - Mondesglanz - Minnesang
Neumond - Nebelschwaden - nimmermehr
Sonnenblume - Sommersonne - Sehnsucht
Blinken - Bankett - Bananensalat
Dämmerung - duften - Dünen sand
Gongschlag - Gondel - Glanz
plätschen - pudelnäb - pingpongspiel
Tummelei - Tanzen - Tingeltangel
Kerzenschimmer - Klavier sonate - Kunstgesang
Händel - Heiterkeit - Helligkeit
Walzer - Weinseligkeit - Winzarfest

Übungen zur Erreichung der notwendigen Rachenweite

Der sogenannte Rachenschlauch ist ca. 12 cm lang und verbindet den Kehlkopf (Kehlrachen) über Mundrachen bis zum Nasenrachenraum.

Rachenöffnung: wie schon angeführt, wird der Kehlkopf bei der Einatmung tiefer gestellt und damit der Rachen geweitet. Die an sich fein spielende Muskulatur des hinteren Weichgaumens mit Gaumensegel und Zäpfchen ist häufig durch Muskeleinengungen nicht beweglich genug.

Übung 1) ng lange summen, ganz leise und kurz beginnen, allmählich in verschiedenen Tonhöhen innerhalb eines geringen Tonraumes, langsam ausweiten.

Dann Öffnung zum Vokal: ng - a, ng - ä, dabei Unterkiefer senken, Mundwinkel heben, Gaumensegel hoch - alles weicht. Verschiedene Tonfolgen auf Vokal: a, ä, o usw.

Übung 2) nk und Öffnung zum Vokal: nk - a, nk - ä, nk - o
impulshafter Einsatz nk - au (ao) nk - ai (aä) nk - äu (ou)

Übung 3) ähnlich: a - ka, a - kä, a - ko etc.

Übung 4) Nach der Reihe der Strömungskonsonanten, die man als Zungenbeweglichkeitsübungen von vorne nach hinten im Mund machen kann: f - s - sch - (i)ch - (a)ch den Nachhauch aus offenem Mund erleben, aus dem offenen Rachen erleben.

Dann (a)ch isoliert, dann a - cha, a - chau, a - chai (aä) die Vokale impulshaft anschließen. Anschließend Wörter wie Walachei, Wachau, Machandel, wach auf, mach ab, Schach am Abend, Krach auf dem Hof etc.

Bei den Übungen 2, 3, 4 nach Einsatz der Atemmuskulatur zum Nasenrachenraum den Vokal, der an die erlebte Rachenweite anschließt, hochwerfen. Verbindung Zwerchfell - Kopf, als würde man den Vokal an die Schädeldecke.

Übung 5) Hauchübung

Übung 6) Ventilröschchen: Mund auf, Durchschlag an der Stimme - und mit verschiedenen Vokalstellungen des Mundes.

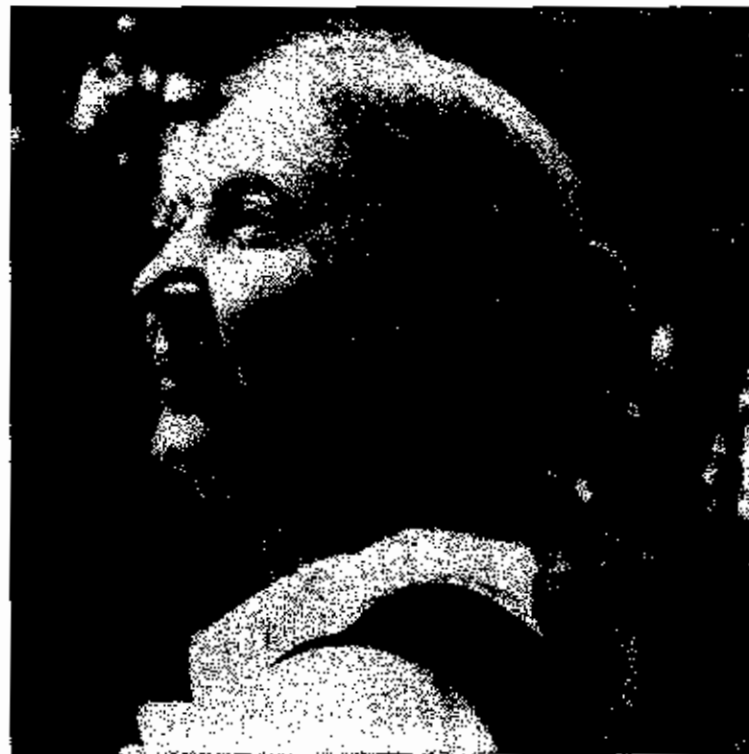
Alle genannten Übungen sind mit einem Lehrer zu üben!

Man erreicht außer der Rachenweitung eine ausgewogene Stimmspannung.



Das Urphänomen des Lebens (der Lebensbewegung) ist der Rhythmus. Wer ihn — in der Atmung — erlebt, erfährt und ihn in seinem individuellen Leben und Tun zu verwirklichen versucht hat — immer wieder auf Grund seiner gegebenen Erkenntnisse und seines eigenen Erlebens — erfährt zugleich eine Geborgenheit in dem Grunde einer urschöpferischen Macht und ist gefeit gegen alles selbstherrliche und ichhafte Sein und Tun.

Anka Schulze



Anka Schulze (1935)

* 18. 9. 1886

† 28. 4. 1977

Erinnerungen an Anka Schulze

Anka Schulze

Sie stammte aus der Mark, und die Kargheit und Nüchternheit dieser Landschaft hat ihr Wesen mit bestimmt. Sie war sehr bescheiden, fast spartanisch, sehr sparsam, aber dabei in keiner Beziehung kleinlich.

Sie war als Lehrerin ausgebildet, wohl in Berlin. So viel ich weiß, lernte sie Clara Schlafhorst und Hedwig Andersen in Berlin kennen, und diese Begegnung bedeutete die Wende ihres Lebens. Ein längeres Bleiben hat sie unter Verzicht auf ihre Pension im Schulwesen nur durch äußerste Sparsamkeit ermöglichen können.

Als 1926 die Damen nach Hustedt zogen und Anka Schulze das Haus in Rotenburg überantworteten, lernte ich sie zusammen mit meiner Freundin Hanna Siem kennen. Wir waren beide 1925 nach Rotenburg gekommen, hatten die Arbeit kennengelernt, waren aber nicht als Schülerinnen angenommen worden. Nun bot sich uns die Gelegenheit, im Hause von Anka Schulze die Arbeit näher kennenzulernen. Hanna Siem blieb gleich für längere Zeit dort, weil sie sich ausbilden lassen wollte, ich kam mehrere Jahre hintereinander für einige Sommerwochen.

Inzwischen hatte Anka Schulze guten Zuspruch von Erholungssuchenden, hauptsächlich Lehrerinnen. Was waren das für herrliche Wochen, die ich in Rotenburg verlebte! Anka Schulze besaß einen großen Sinn für Gemeinschaft. Und so war es selbstverständlich, daß sie sich abends nach dem Abendessen, einerlei, wie viele Stunden sie am Tage haben müssen, ihren Gästen widmete. Meistens gingen wir spazieren, wenn das Wetter es erlaubte, manchmal auch zusammen in einen Vortrag. Und wie belebt waren die Sonntagnachmittage: wenn wir Scharaden aufführten, uns dabei verkleiden konnten; es waren fröhliche und unbeschwerte Stunden. Man fühlte sich in dieser Gemeinschaft geborgen, und man war traurig, wenn es zu Ende war. Dann bekam man zum Abschied einen scheuen Kuß und einen Segenswunsch mit auf den Weg.

In den letzten Kriegsjahren war ich in ihrem Hause als Mitarbeiterin tätig und erlebte auch mit ihr das Kriegsende, d. h. die nächtliche Flucht in die Berge, ehe die Amerikaner kamen. Sie war stets Herr der Situation. Wir waren nur noch ein kleines Häufchen Zurückgebliebener, während die Kinder fast alle nach Hause geholt worden waren. Sie wußte zu beschützen und überall zu helfen. Später unterstützte sie viele Soldaten, die auf dem Wege nach Hause waren, mit Verpflegung und Unterkunft.

Anka Schulze gehörte mit zu denjenigen, deren Leben durch die Begegnung mit Clara Schlafhorst und Hedwig Andersen entscheidend geprägt wurden und die unbeirrbar bis zu ihrem Tode diesen Weg bejahten und in ihm den Sinn ihres Lebens sahen. Einmal erzählte sie, sie sei als Kind so elend gewesen, daß man von ihr gesagt hätte: Das Agneschen (sie hieß Agnes, nannte sich aber Anka) tut es sicher nicht lange. Dabei wurde sie 90 Jahre. Als ich sie einmal in ihrem Altersheim in Rotenburg besuchte, bezwang sie mit ihren 86 Jahren das letzte steile Stück des Alheimers (Berg bei Rotenburg)!

Irmgard Kreitz, Adenauerplatz 10, 4050 Mönchengladbach

Erinnerungen eines Mitglieders

Denk ich an Rotenburg zurück, ist es Sommer, grün, sonnig und erholsam, denk ich an Anka Schulze, ist es ähnlich, denn sie war für mich der Inbegriff des Lebens, volle Genüge-Haben und Angenommen-sein.

Von 1934, April bis Oktober an, hatte ich das große Glück, bei ihr Haustochter sein zu dürfen. Zuerst war noch die Prinzessin Victoria von Hessen mit mir zusammen, dann Dodo Harder, die ich leider aus den Augen verlor. Katharina Hensen - leider schon verstorben - hatte den Haushälterischen Teil unter sich und hatte manchmal Schwierigkeiten mit „Tante Anka“, wie wir sie heimlich nannten (da ihr Neffe es tat, für den wir jungen Mädchen schwärmten). Es gab viel zu tun in Haus und Garten, gekocht wurde vegetarisch, und das war nicht immer leicht durchzuführen - ich war es von zu Hause gewöhnt - denn es machte viel Mühe, besonders, wenn das Haus voll war (20 Personen). Wir hatten nur einen mit Holzkohle geheizten Herd! Eierkuchen für so viele - eine Schwitzkur! Aber sparsames Wirtschaften habe ich dort gelernt.

Die Räume im Hause waren einfach eingerichtet, und die Gäste hatten Bett und Waschgelegenheit selber zu „bereinigen“, um auch körperlich im Urlaub mitzutun. Nur Anka's Zimmer waren „gemütlich“ und anziehend ausgestattet, eine große Freude beim Staubwischen, da es so viel Schönes und Interessantes zu sehen gab. Das Frühaufstehen war nicht immer leicht, aber das Schwingen am Baum, das „Luft-schnäppern“, wie die Rotenburger sagten, erfrischte und machte Mut zum langen Tagewerk.

Wenn es ging, hatten wir Haustöchter regelmäßig Unterricht und nahmen am gemeinsamen Schwingen teil, wenn es die Zeit erlaubte. Das waren wunderschöne Augenblicke, diese Einheit in der Vielfalt der Menschen zu spüren.

Für uns Junge war es ein Erlebnis, so viele verschiedene Charaktere kennenzulernen, besonderen Eindruck machten die Ausländer, die hier Heilung und Kräftigung suchten und fanden.

Die vielen Wanderungen in der schönen Umgebung von Rotenburg werde ich nie vergessen, sie waren mit ein Bindeglied für die so wechselnde Gemeinschaft. Die geistige Atmosphäre war durch den Zeitgeist mit geprägt, da das gesunde, natürliche Leben im Mittelpunkt stand und damit „zeitgemäß“ war.



Schwingen im Rotenburger Garten.
Anka Schulze rechts, Maria Kahl links

Die Lesungen bei Tisch gaben vielen großen Dichtern und Denkern Raum. Je einer der Gäste hatten Tischdienst, hatte am Morgen einen Hey-Vers zu sagen und wurde „kritisiert“. Er schrieb am Mittag einen Vers oder Gedanken in ein Lederbüchlein - wo mag es sein - und las es nach dem Essen vor. Diese Lesungen, die am Abend oft vertieft wurden, haben mich sehr beeindruckt und mein Weltbild mit geformt.

Mehrere Male in den folgenden Jahren konnte ich nochmal Ferien in Rotenburg machen und „auftanken“, wie wir das nannten. Während meiner Ausbildung zur Kindergärtnerin und Jugendleiterin in Weimar hatte ich nochmals das Glück, mit der Atemschule in Kontakt zu kommen, da Ilse Krüger in Oberweimar ihr Kinderheim hatte und wir Praktika bei ihr machten und sie und Elisabeth Goebel uns Unterricht gaben. Es war manchmal nicht leicht, den Schülerinnen die Wichtigkeit dieser Stunden klar zu machen, aber am Ende wollten fast alle lieber zwei als eine Stunde haben! Die Stunden in Oberweimar und die „Luft“ im Hause sind unvergessen. Als ich in den sechziger Jahren wieder dort war, kamen viele Erinnerungen zurück, und ich war froh, daß das Haus eine so gute Verwendung fand für erholungsbedürftige Mütter. Möge der gute Geist von damals noch weiter wirken.

Verschiedene Besuche bei Tante Anka und Ilse Krüger in ihren Altersheimen haben mir gezeigt, wie ein lebendiges Leben bis zuletzt Früchte trägt.

Wie froh war ich, als ich nach dem Kriege durch Zufall eine Mitarbeiterin aus Oberweimar fand, die mir nun weiterhalf mit meinen Rückenbeschwerden, „unsere“ Irmgard Kreitz! Wie nötig wäre ein neues Kinderheim in dieser Zeit!!

Als Schülerin über die Persönlichkeit ihrer so verehrten Lehrerin zu schreiben, ist nicht einfach, da es wohl ein „gefärbtes“ Bild ergibt. Schon Anka Schulze's stets aufrechte Haltung beeindruckte, das freundliche, verständige Eingehen auf die verschiedenen Menschen war bezeichnend für sie. Noch heute muß ich mich wundern, wieviel Mut und Ausdauer sie mir vermittelte, die ich so schwer die Tonhöhe halten konnte und doch so gerne sang - Elisabeth Goebel kann noch ein Lied davon von Weimar singen -, wie muß es ihren Ohren wehgetan haben, ließ es mich aber nie merken. Da ich sehr an Minderwertigkeitsgefühlen litt, war diese Art der Annahme und Ermutigung eine große Hilfe, die noch heute nachwirkt und mir gerade auch im politischen Einsatz zuhelfe kommt.

Durch ihr distanziertes Wesen war sie auf der anderen Seite eine Respektsperson, die wir zu achten hatten, uns aber auch ängstigte, etwas falsch zu machen oder zu versäumen. Z.B. beim Sonnenbaden - damals waren die Sommer noch sonnig - erwischt zu werden, war nicht ohne Folgen für uns; beim Wäscherecken nicht richtig zu stehen und zu ziehen - vom Zwerchfell aus! - war nicht ohne Tadel zu überstehen!

Es war enorm, um was sie sich alles kümmerte und was ihr wichtig war. Der ganze Mensch war „durchlüftet“ und darum so gelassen und Anderen Kraft gebend.

Das Schönste für beide Lehrerinnen wird es gewesen sein, daß die Arbeit in Eldingen weitergeht, und daß sich immer wieder junge Menschen finden, die ihnen nach-eifern.

Margret Hildebrand, Wilhelmshäuserstr. 13, 2802 Ottersberg 2

Rotenburg

Bei Frau Anka Schule in Rotenburg waren wir wie zu Hause. Sie selber war ja die Ruhe und Ausgeglichenheit selber und nur besorgt, uns zu helfen. Ein schönes großes Haus mit wunderschönem Garten - gegenüber ansteigende Wiesenhänge - im Frühling voll gelber Primeln und im Herbst voll von lilazarten Herbstzeitlosen. Mitten in ihrem Zimmer stand ein großer Gliederkaktus, der wahrscheinlich hocheifreut unsere guten, von Frau Schulze bewirkten Ausatmungen einsog. Ja, sie brachte

uns immer schnell zu tieferem Atmen beim Sprechen und Singen. Als Befohlung dafür gab es sogar einen festlichen Tag mit einer Polonaise durch Haus, Garten und Umgebung! Noch in ihrem hohen Alter (auch in Eldingen) brachte sie mich/uns mit wenigen Worten: - den großen Bogen von oben, den großen Bogen von unten - das Ichhafte weg - das „Es“ sprechen lassen! - zu tieferem Erleben von Herz-Seele-Geist in den Gedichten, wie z.B. von Friedrich Kayßler

Deine Stimme

Aus deines Wesens Klingen
hab ich's zuerst gehört,
daß eines Menschen Stimme
ihr eignes Leben führt,
daß hinter Wort' und Formen
kristall'ne Quelle rauscht,
des Ursprungs erste Welle
dem, der in Liebe lauscht.
Was Worte nie vermochten,
die Stimme kann es tun,
ihr bloßer Klang ist Glaube -
und alle Zweifel ruhn.

Arne-Lise Meyer, Alterwinkel 6, 3170 Gifhorn



September 1958 — 70. Geburtstag in Rotenburg

Anka Schulze an ihre Geburtstagsgratulanten

So viele herzliche Wünsche und Grüße kamen im September zu mir, auch dankend der Zeit, in der das Werk Schlaffhorst-Andersen's merkbar und nachdrücklich geholfen hat. Nun möchte der Dank dafür zurückgegeben werden. Hauptsächlich soll aber der Dank weiter zurückgehen, zu den ursprünglichen Vermittlern, den Müttern des Werkes, denen die Erkenntnis und das Erlebnis für die Urbewegung des Lebens und ihrer Gestaltung geschenkt wurde. Damit werden Gedanken und Dank noch weiter zurückgeführt, zu den geheimen Kräften des unendlich schaffenden Seins, das immer auch durch die dunklen Wolken der einzelnen Individuen und der Völker warmgoldene Strahlen durchleuchten läßt.

Ein solcher Strahl ist mir die tiefe, hoffnungsvolle Freude, daß die jüngeren Generationen der Schule Schlaffhorst-Andersen das wertvolle Werk gut weiter führen - trotz mancher Schwierigkeiten.

Rotenburg, 14.11.75

Liebe Frau Annelise Meyer,

obige Zeilen mußte ich schreiben lassen, um den großen Postberg zu ersteigern. Nun sollen Sie aber noch Extra-Dank haben für das süße Schächtelchen! Daß es mir mit 89 Jahren noch verhältnismäßig gut geht, sehen Sie aus Obigem. Anfang September war ich noch 2 Wochen in Eldingen, wo es herrlich war in Gemeinschaft mit den Kollegen und Schülern. Wie schön, daß Sie auch wieder dorthin wollen. Sie können ja mit 71 noch manches fördern zum Aufbau!

Also: viele gute Wünsche für alles Sein und Tun und herzliche Grüße von Ihrer

gez. Anka Schulze

Herzliche Grüße von Anka
für mich 71 noch wunderbar
für alle zum Aufbau!!
Also: viele gute Wünsche für
alles Sein und Tun
und herzliche Grüße von
Ihrer
Anka Schulze

Auszug aus dem Brief an A. Meyer

Anka Schulze übernahm 1926 von Schlaffhorst und Andersen das Haus in Rotenburg/Fulda, Untertor 4, als diese nach Hustedt übersiedelten. Sie führte das Haus von da an als Gästehaus und stellte es 1959 der Ausbildungsschule wieder zur Verfügung, als deren Pachtvertrag in Lieme/Lippe nach zehnjähriger Dauer abgelaufen war und aus verschiedenen Gründen nicht erneuert werden sollte.

Gerade in dieser Zeit sollte für Bundeswehrzwecke eine Brücke über die Fulda gebaut werden, und die Zufahrt war just durch das Grundstück Untertor 4 geplant, so daß dieses zwangsverkauft werden mußte. Der Staat zahlte den Nutzungswert des Hauses (als Ausbildungsstätte), und Anka Schulze vermachte den Erlös der „Gesellschaft der Freunde der Schule Schlaffhorst-Andersen“. Nur durch diese großzügige Spende wurde der Ankauf des Schlosses und des Grundstücks in Eldingen ermöglicht, die Basis für den Fortbestand der Schule.

Nach zweijähriger Überbrückung in Rotenburg konnte die Schule im Frühjahr 1961 dort einziehen. Frau Schulze kam mit nach Eldingen, wohnte im Erdgeschoß im Kaminzimmer (heute Zimmer 3) und unterrichtete noch mehrere Jahre lang, bevor sie für ihre letzten Lebensjahre in ein Altersheim nach Rotenburg zurückkehrte. Die „Gesellschaft der Freunde“ wird ihrem Ehrenmitglied ein dankbares und ehren- des Andenken bewahren!

Erinnerungen eines Mitgliedes

Anne-Lise Meyer, Lehrerin, Allerwinkel 5, 3710 Gifhorn

Aus der Arbeit der Schule Schlaffhorst-Andersen

In den Lehrgängen für Lehrerbildung an der Hochschule Hirschberg/Riesengebirge 1940 und 1942/43 war unser Deutsch-Dozent Professor Dr. Wilhelm Menzel, der damalige erste Vorsitzende der Gesellschaft der Freunde der Schule Schlaffhorst-Andersen. Er leitete auch die Volksliedergruppe der Hochschule, und so erfuhr ich zum ersten Male von der Zwerchfellatmung - der Ganzatmung. Viele Studenten lachten über den Professor - ein Kollege meinte: „Wenn ich Atemübungen machen will, gehe ich doch auf den Sportplatz!“ Wenn aber Prof. Menzel eine Deutschvorlesung hielt und auch Gedichte sprach, zog er alle (über 200 Studenten) in seinen Bann - allein durch seine Stimme! Manch andere Vorlesung - wenn auch interessant - ging an unseren Ohren vorüber, die Stimme erreichte uns nicht.

Bei Frau Cläre Menzel, ausgebildete Lehrerin der Schule Schlaffhorst-Andersen und Patenkind von Clara Schlaffhorst, bekam ich Gesangstunde - das tat so gut und erleichterte das sehr konzentrierte Studium. Das veranlaßte noch eine andere Studentin und mich, nach Hustedt zur Schule Schlaffhorst-Andersen zu fahren, „versuchshalber“ erst einmal für drei Tage!

Am ersten Tag empfanden wir manches noch komisch - aber dann merkten wir, daß eine besondere geistige Atmosphäre herrschte, die natürlich von Fräulein Schlaffhorst und Fräulein Andersen ausging. Wie alles Große im Leben einfach ist, so waren auch beide Damen einfach, aber eben von einer ehrfurchtgebietenden Einfachheit, hinter der man, wenn auch wohl zuerst unbewußt, das Genie - das Schöpferische spürte, be-

sonders bei Fräulein Schlaffhorst. Sie erkannte sogleich das Wesentliche, das Krankhafte bei einem Menschen. Als sie Hitler das erste Mal im Rundfunk sprechen hörte, sagte sie: „Armes Deutschland, der Mann ist ja so krank!“ Wir Schülerinnen bekamen auch manches gesagt, das uns fast die Tränen hochbrachte; denn die Wahrheit zu hören, ist nicht immer angenehm!

Wenn wir abends mit den beiden Damen im „gelben Zimmer“ sitzen durften, war es sehr gemütlich. Oft wurde vorgelesen, und Fräulein Schlaffhorst war dann glücklich; wenn jemand ihr verknotete Bindfäden oder verknuddeltes Wollgarn brachte - sie entwirrte eben alles - nicht nur uns! Doch um 21.30 Uhr mußten wir in unsere Zimmer verschwinden und uns zur Ruhe begeben. Ab 22 Uhr herrschte vollkommene Ruhe im Haus. Fast ebenso ruhig verliefen auch die Mahzeiten. Es wurde mehr oder weniger geflüstert. Die Plätze wechselten jeden Tag. Kam man dann neben Fräulein Schlaffhorst zu sitzen, war einem fast feierlich zumute, und zugleich lernte man etwas, z.B. daß die „Pause“ das Wichtigste der Atmung, auch beim Kauen ab und zu kurz eingehalten werden mußte, es wird dadurch ruhiger und bekömmlicher gegessen. Sie sagte, sie erkenne den Menschen auch am Essen.

Daß sie fast jede Krankheit durch bestimmte „Töne“ zu heilen vermochte, erfuhr auch ich. Ich hatte durch die Pflege meiner Eltern - Wochen ohne Schlaf - mit der Schilddrüse zu tun, und natürlich erregte die neue Atmung wohl sowieso. Als ich acht Tage dort nicht geschlafen hatte, mußte ich zu ihr kommen und einige Minuten lang irgendwelche Töne singen. Dann sagte sie: „So, jetzt legen Sie sich hin und stehen morgen früh als neuer Mensch wieder auf!“ Sie hatte recht!

Eines Morgens konnten beim Schwingen („Luftfrühstück“) zwei junge Lehrerinnen meine Atmung - mein Zwerchfell - nicht in den Griff bekommen. Fräulein Schlaffhorst kam vorbei, erfaßte meine Hände - nie wieder habe ich die Bewegung meines Zwerchfells so lebhaft verspürt!

Ein anderes Mal hieß es nach dem Vorsingen: „Fräulein Stampa und Fräulein Meyer haben den Volksliedton gut getroffen - sofern man das überhaupt singen nennen kann!“ Das war natürlich bitter - ich hatte doch früher bei einer Sängerin Unterricht gehabt. Nun mußte ich umlernen, das war schwerer als neu lernen. Doch es lohnte!!! Ich bin so dankbar dafür!



Anne-Lise Meyer in Rotenburg, geschwungen von Brigitte Langer, geb. Langenberg, fünfziger Jahre

Auch für das „Neulernen“ des Klavierspiels bei Fräulein Andersen!

Worauf es Fräulein Schlaffhorst bei ihrem schöpferischen Tun ankam - sie fand immer neue Möglichkeiten und Wege - zeigt ein Beispiel: Nach einer Feierstunde in Seefeld 1944 - eine Schülerin hatte ein Gedicht („Sternseherin Lise“) gesprochen, sagte sie: „Das war nicht nur gut, sondern sehr gut, da spürt man das Herz des Volkes!“ - Darauf kam es ihr an - die Sprecherin an sich war dabei nicht wichtig.

Noch in ihrer letzten Lebenszeit in Seefeld (im Herbst 1944 war ich zuletzt dort) war sie geistig sehr frisch und sehr gütig. Sie hatte ihren Beschützerinnen gesagt (die wollten, daß sie sich schonte): „Nehmt mir nicht die Arbeit, sonst nehmt ihr mir das Leben!“ Natürlich war sie schon sehr durchgeistigt und wohl dem „Licht“ nahe. Und es war auch wohl Gnade, daß sie nicht mehr zu fliehen brauchte und vor dem Einmarsch der Russen starb.

Später bin ich manchmal zu einer Stunde bei Fräulein v. Harling in Bergen gewesen (oft brauchte ich einen ganzen Tag dazu, per Anhalter!) und auch bei Fräulein Steiner und Fräulein v. Lingelsheim in Hannover, bis Fräulein Grauding und Fräulein v. Harling mit Hilfe der Gräfin Bredow die Arbeit von Fräulein Schlaffhorst und Fräulein Andersen in Lieme weiterführen konnten im Jahre 1949.

Ich bin in jedem Jahre zu einem Kursus in Lieme, in Rotenburg, in Eidingen gewesen. Jetzt singe ich nur noch manchmal (leider!) mit Frau Schumann!

Ich habe immer gesagt und sage es noch heute: Die Arbeit der Schule Schlaffhorst-Andersen ist das Beste, das mir in meinem Leben begegnet ist, nicht nur, weil es das Leben erleichtert (auch in weitem Maße die Schularbeit!), sondern auch vertieft und reicher, reifer werden läßt! Möge nur in der heutigen Jugend in Eidingen etwas von dem Geist der Schöpferinnen Clara Schlaffhorst und Hedwig Andersen spürbar werden!

Juli 1981

Literatur-Ecke

Rezension des Buches von H. Gundermann: Einführung in die Praxis der Logopädie

Mit diesem Beitrag möchte ich anregen, daß in Zukunft stets der eine oder andere Kollege eine für unser Fachgebiet zutreffende Neuerscheinung auf dem Buch- und Zeitschriftenmarkt in dieser Veröffentlichungsform besprechen sollte. Trotz der Erkenntnis, daß das praxisbezogene Arbeiten die vordringliche Aufgabe unseres Berufes ist, dürfen wir niemals versäumen, uns auch im Rahmen der Fachliteratur auf dem neuesten Stand zu halten, denn nur so bleibt der Atem-, Sprech- und Stimmlehrer ein konkurrenzfähiger und von verwandten Berufsgruppen ernstzunehmender Kollege.

Bei meiner Rezension handelt es sich um das Buch: Horst Gundermann, Einführung in die Praxis der Logopädie: Unter Mitarbeit von E. Engl, G. Futterknecht, U. Heffter, O. Kähne, H. Lorenzen, H. Mengewein, U. Roggenkamp und G. Wesber; Springer Verlag, Berlin/Heldelberg/New York 1981 (DM 48.-)

Das Buch ist unterteilt in fachspezifische Kapitel über folgende Störungsbilder:

- Sprachentwicklungsverzögerung/Dyslalie
- Nasalität, Näseln, LKG-Spalte
- Das zerebral bewegungsbehindert sprachgestörte Kind
- Minimale zerebrale Dysfunktion
- Stottern
- Aphasie und Dysarthrie
- Stimmstörungen
- Ösophagusstimme

Hieran schließen sich Kapitel allgemeineren Inhalts über Krankheitsbegriff in der Logopädie, Untersuchungstechniken, Zusammenarbeit mit anderen Fachgebieten, Fragen der logopädischen Praxis, Berufs-, Rechtskunde und Begutachtungsfragen. Ein ausführlicher Anhang bietet u. a. Sprachtests, Beibitogramme, Untersuchungsbögen für verschiedene Krankheitsbilder und eine Tabelle der MdE-Prozentsätze.

Das vorliegende Werk ist für die Praxis geschrieben, und darin liegt der große Wert, denn bekanntermaßen ist hier das Informationsbedürfnis besonders groß und im bisher vorhandenen Literaturangebot allzu selten vertreten.

Es ist anerkennenswert, daß Gundermann in kollegialer Weise mit einem Team von Logopäden diese Aufgabe angegangen hat; das Buch zeichnet sich somit durch große Vielseitigkeit aus. Andererseits muß festgestellt werden, daß hierin auch die Gefahr von Qualitäts- und Niveauunterschieden bei dem einen oder anderen Kapitel nicht zu verkennen ist. Nicht jedes Störungsbild wurde differenziert genug gesehen und sprachlich angemessen dargestellt. Positiv hervorzuheben ist die Autorenteistung des Kapitels über das zerebralbewegungsbehinderte Kind, das dem Leser eine Falldarstellung mit Therapieverlauf und auch unterstützendes Bildmaterial anbietet. Weiter ist die umfangreiche Darstellung über die drei grundlegenden Phasen einer Stotterer-Therapie im Rahmen des Phoniatrich-Logopädischen Zentrums reich an Anregungen.

Ein ausführliches Kapitel über Stimmstörungen - hormonell, psychogen, funktionell oder organisch bedingt - von Prof. Dr. H. Gundermann, Heidelberg, bietet dem Kenner seiner bisher erschienenen Veröffentlichungen bereichernde und weiterweisende Denkipulse. Seine ausgewählten Fallbeschreibungen bei Diagnose „Mutationsfistelstimme“ und „Hyperfunktionelle Dysphonie“ sind in hohem Maße differenziert und zeigen, daß der Verfasser hinter jedem Störungsbild auf den Menschen aufmerksam machen möchte, der mit einer Stimm-, Sprech- oder Sprachstörung behaftet ist; er betont somit den psychologischen Anteil einer Kommunikationsstörung. Diese komplexe Sichtweise einer kommunikativen Logopädie, die weit über eine enge Symptomdiagnose hinauszielen möchte, hat gerade für uns Atem-, Sprech- und Stimmlehrer willkommen und weiterführende Aspekte.

Ich möchte die Lektüre dieses Werkes jedem Kollegen empfehlen, besonders aber anregen, daß sich die Studierenden unserer Ausbildungsstätte hiermit auseinandersetzen. Der hohen Anschaffungskosten wegen sollte erwogen werden, ob einige Exemplare, durch Zuschüsse oder Spenden für die Bibliothek der Schule angeschafft werden.

Ein abschließendes Wort in meiner Eigenschaft als Mitarbeiterin im Wissenschaftlichen Beirat der Zeitschrift „Sprache - Stimme - Gehör“ im Thieme-Verlag Stuttgart: Immer wieder versuche ich im persönlichen Gespräch, Kollegen für einen Beitrag im Rahmen dieser Zeitschrift zu gewinnen, bisher leider viel zu selten mit Erfolg. Ein dringender Appell an alle Kollegen: Gesucht werden Aufsätze mit Falldarstellungen aus der Praxis. Es muß doch möglich sein, daß Atem-, Sprech- und Stimmlehrer ihre praktischen Erfahrungen verbalisieren und zu Papier bringen können! Bitte setzen Sie sich mit mir in Verbindung!

Ihnen zur Information: Es ist ein gemeinsames Anliegen von Logopäden und Atem-, Sprech- und Stimmlehrern, die Zeitschrift praxisbezogener umzugestalten, um dadurch die augenblicklich zu einseitige theoretische Gewichtung aufzulockern.

Renate Uffemann, Im Bildsacker 23, 6903 Neckargemünd-Dilsberg

Lehrervereinigung Schlaffhorst-Andersen e.V. Berufsverband der Atem-, Sprech- und Stimmlehrer

Wir veröffentlichen hier die restliche Namensliste der Lehrer der Schule Schlaffhorst-Andersen. Die „Lehrerliste“ ist in Eldingen jederzeit abrufbar!

HESSEN

6232 Bad Soden 2

Erika Lanning-Marien, Auf der Schlicht 5
Tel. 06196 / 2 99 29

6100 Darmstadt

Barbara Hause, Mathildenstr. 43
Tel. 06151 / 42 19 38

6000 Frankfurt/M. 50

Dietlind Jacobi, Am Hohlacker 65
Tel. 0611 / 5 48 34 85

6000 Frankfurt/M.

Annegret Lessin, Oederweg 7
Tel. 0611 / 5 97 18 36

6000 Frankfurt/M. 56

Irene Liedtke, Dornholzhäuser Str. 50
Tel. 0611 / 50 32 09

6000 Frankfurt/M.

Liselotte Osterer, Bornheimer Landwehr 94
Tel. 0611 / 44 59 84

6000 Frankfurt/M.

Elisabeth Vossler, Grüneburgweg 163
Tel. 0611 / 72 62 69

6240 Königstein/Taunus

Dörte Krause, Debusweg 4
Schwesternwohnheim Taunusklinik

6360 Friedberg 1

Ursula Fischer, Leonhardstr. 18
Tel. 06031 / 1 49 33

6316 Gemünden-Felda

Wilhelm Freiherr Schenck zu Schweinsberg
Rüfenrod 5 — Tel. 06634 / 5 51

6300 Gießen

Gertrud Latzel, Ludwig-Platz 12
Tel. 0641 / 7 77 33

6238 Hofheim/Diedenbergen

Margarethe Glüer, Dahlienweg 9
Tel. 06192 / 3 81 99

6209 Hohenstein 3

Ursula Köble, Vanbachstr. 4
Tel. 06120 / 47 61

3504 Kaufungen 1

Dorothea Nitschke, Heinrich-Heine-Str. 15
Tel. 05605 / 49 14

3540 Korbach 1

Angelika Rosenberg-Koksch, Hinter dem Kloster 2

6242 Kronberg 3

Irmel Wilmanns, Am Eichbühl 8
Tel. 06173 / 19 08

3550 Marburg/L.

Mare Lind, Wilhelmstr. 52
Tel. 06421 / 2 56 89

3550 Marburg/L.

Margarethe Ottmer, Wilhelmstr. 38
Tel. 06421 / 1 31 17

3550 Marburg
8050 Offenbach
6200 Wiesbaden
8200 Wiesbaden

RHEINLAND-PFALZ

6734 Lambrecht
6751 Trippstadt

SAARLAND

6650 Homburg 6
6623 Aitenkessel

NIEDERLANDE

NL Amsterdam
NL Enschede

ÖSTERREICH

A-1050 Wien

SCHWEDEN

S-44300 Lervum

SCHWEIZ

CH 8036 Zürich
CH 8803 Rüschlikon
CH-8006 Zürich

USA

Mc. Lean/Virginia

Brigitte Sirmank, Steinweg 25
Karin Käferstein, Zum Mühler 13
Tel. 0611 / 86 38 06
Ruth Pohl, Grillparzerstr. 1
Tel. 06121 / 84 22 05
Rosemarie Waibel, Bertha-v.-Suttner-Str. 14
Tel. 06121 / 37 88 78

Maria Schlindwein, Hauptstr. 18
Tel. 06325 / 8159

Erna Bulgrin, Am Judenhügel
Seniorenstift App. 403

Regina Derbolowsky, Fohlenhofstr. 54
Tel. 06841 / 2070; 6 28 82

Helene Becker-Schmahl, Alleestr. 233

Rosa Spekmann, Lauriergracht 41

Renata Wewel-Mann, Spartastraat 77
Tel. 053 / 31 60 63

Gabriele Weerth, Giesaufgasse 24/21

Satoko Barger-Fujimoto, Mor Annas Väg 9

Sonja Weber, Köchlistr. 27
Postfach 1418

Angelika Heilmann, Alte Landstr. 19
Tel. 01-7 24 16 85

Elke Schwarzstein
Beckenhofstr. 58 III

Gisela Köpp, 1718 Fairview Avenue
Tel. 703 - 821 - 1861

In den folgenden Heften werden wir die Mitgliederliste unserer Gesellschaft abdrucken.

KOMMUNIKATIONS-BÖRSE

Wer kennt das Gedicht „Gedichte sind gemalte Fensterscheiben. Sieht man vom Markt in die Kirche hinein, ist alles dunkel ...“?
Wie geht es weiter? Wer ist der Verfasser?

Anne-Lise Meyer
Allerwinkel 6, 3170 Gifhorn

Wer kann und mag uns von Marie Selbmann-Schlaffhorst erzählen? Wer hat Fotos oder Briefe von ihr?

Die Schriftleitung

Bitte teilen Sie uns unter der Rubrik „Termine“ Kurse und Veranstaltungen mit, die allgemein von Interesse sind!

Die Schriftleitung

An junge Atem-, Sprech- und Stimmlehrer: Teilen Sie hier Ihre Anschrift mit, wenn Sie sich neu niedergelassen haben, damit unsere Mitglieder zu Ihnen kommen oder Ihnen helfen können!

Die Schriftleitung

Bitte geben Sie uns Ihre Adressen-Änderungen an, damit die Mitteilungshefte Sie erreichen können!

Die Schriftleitung

Schreiben Sie uns Ihre Stellungnahmen zu den „Mitteilungen“, Ihre Kritik und Ihre Zustimmung helfen uns weiter!

Die Schriftleitung

Beiträge zu den „Mitteilungen“ erbeten, Erinnerungen, Praxisberichte etc.!

Die Schriftleitung

Anmerkung der Schriftleitung:

Die Kommunikations-Börse liegt im Argen, unsere Mitglieder bedienen sich ihrer nicht. Sollen wir sie streichen?? Sie böte so gute Möglichkeiten zum Austausch unter Mitgliedern. Wir erinnern: **die Anzeigen sind kostenlos!** Bitte machen Sie von der Möglichkeit der Veröffentlichung Ihrer Anliegen Gebrauch! Annahme für Heft 5 bis Mitte Juli 1982.

Schule Schlaffhorst-Andersen

FÜR ATMUNG UND STIMME
JUGENDDORF ELDINGEN
im Christlichen Jugenddorfwerk Deutschlands
Bargfelderstraße, Schloß
3101 ELDINGEN/Kreis Celle
Telefon 05148/311

Ferienlehrgänge 1982

31. 3. - 8. 4. 1982 — (Pension 280,- + Unterricht 300,-) = DM 580,-
13. 7. - 24. 7. 1982 — (Pension 385,- + Unterricht 450,-) = DM 835,-
28. 7. - 8. 8. 1982 — (Pension 385,- + Unterricht 450,-) = DM 835,-
2. 10. - 9. 10. 1982 — (Pension 245,- + Unterricht 250,-) = DM 495,-

Angegeben sind An- und Abreisetag.

Für Schüler und Studenten ermäßigt sich die Unterrichtsgebühr um 10% (ausgenommen Einzelstunden).

Die Lehrgänge bieten Angehörigen aller Berufe, besonders Pädagogen und Studierenden, die Möglichkeit, die eigenen Atem- und Stimmfunktionen zu bessern und sich gleichzeitig zu erholen.

Kinder und Jugendliche, besonders mit Stimm- und Sprachstörungen, können ggf. aufgenommen werden.

Arbeitsgebiete: Atemlehre, Stimmbildung, Sprechbildung, chorische Stimmbildung, Atmung und Bewegung.

Der Unterricht findet in kleinen Gruppen statt. Nach Bedarf und Wunsch können zusätzlich Einzelunterweisungen gegeben werden. (Kosten-/Erstattung siehe nächste Seite). Selbstverständlich darf im Hause einer Atemschule nicht geraucht werden.

Für Kurse bitten wir mitzubringen:

Bettwäsche, Handtücher, Zahngläser, Turnschuhe, Gymnastik- oder Trainingsanzug, feste Schuhe, Gummistiefel, Musikinstrumente und Noten (Klaviere zum Üben sind vorhanden).

Zur Information:

1. Bitte richten Sie Ihre Anmeldungen an das Sekretariat der Schule Schlaffhorst-Andersen, 3101 Eldingen/Kreis Celle, Telefon 05148-311, Montag bis Freitag von 8.00 bis 13.00 Uhr.
2. Bei den Kurssterminen sind An- und Abreisetag angegeben. Die Kurse beginnen am Anreisetag mit dem Abendbrot um 19.00 Uhr und enden am Abreisetag mit dem Frühstück. Anreise erst ab 15.00 Uhr erbeten. Abreise muß bis 10.00 Uhr erfolgt sein. In den kurzen Kursen wird auch an Sonntagen gearbeitet.
3. Die Kursgebühr bitten wir vor der Anreise zu überweisen oder bei Kursbeginn zu bezahlen. Eine Anzahlung muß bis spätestens 14 Tage vor Kursbeginn erfolgt sein, andernfalls müssen wir den Platz für weitere Interessenten vergeben.
4. In den Kosten sind enthalten: Unterrichtshonorar, Verpflegung und Unterkunft in 2- oder 3-Bett-Zimmern. Einzelzimmer können in bechränkter Zahl gegen einen Aufschlag von DM 8,- täglich zur Verfügung gestellt werden.
5. In dringenden Fällen leihen wir Bettwäsche gegen eine Gebühr von DM 6,- aus.
6. Abmeldungen müssen bis spätestens 14 Tage vorher erfolgen, andernfalls werden DM 50,- als Bearbeitungsgebühr einbehalten.
7. Im Hinblick auf die Unterrichtsgestaltung sollte - im Falle eines labilen Gesundheitszustandes oder einer z.Zt. laufenden psychotherapeutischen Behandlung - eine Anmerkung über die Art des Krankheitsbildes der Anmeldung beigefügt werden. Normale körperliche und seelische Belastbarkeit werden vorausgesetzt.
8. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren können nur in Begleitung Erwachsener aufgenommen werden.
9. Wir bitten die Eltern von Teilnehmern unter 18 Jahren, die Hausordnung zur Kenntnis zu nehmen, da die Schule bei Verletzung derselben keine Verantwortung übernehmen kann.
10. Sie erreichen uns:
mit Bahn bis Celle - Bus Richtung Wittingen KVC - Celle
mit PkW ab Celle L 282 Richtung Wittingen

STATIONÄRE STIMM- UND SPRACHHEILBEHANDLUNG

Unterricht und Erholung

Die Schule Schlaffhorst-Andersen - Jugenddorf Eldingen - nimmt auch außerhalb der Kurszeiten - während der laufenden Semester - Gäste auf.

Je nach Neigung und Vereinbarung wird Einzelunterricht in Atmung und Bewegung, Stimmbildung und Sprechbildung erteilt, täglich bis zu 3 Unterweisungen.

Die Kosten für ärztlich verordnete Stimm- und Sprachheilbehandlungen werden nach vorheriger Genehmigung ganz oder teilweise von den Krankenkassen übernommen. Wenn Sie eine ärztliche Verordnung haben, fordern Sie bitte von uns einen Kostenvoranschlag an.

PREISE FÜR PENSION UND UNTERWEISUNGEN

Pension Einzelzimmer	35,- DM
Einzelunterweisung 30 Min.	21,- DM
Spezielle Atemübungen (Schwingen) 15 Min.	10,- DM
Stimm- und Sprachheilbehandlung 45 Min.	30,- DM

Preisänderungen vorbehalten!

ANMELDUNG

zum Kursus vom bis

Name: Vorname:

Beruf: Geburtsdatum:

Anschrift:

Telefon:

Sind Einzelbehandlungen erforderlich? Grund:

Ist ein ärztliches Rezept vorhanden?

Wieviele Behandlungen sind verordnet?

Die Kostenübernahme durch die Krankenkasse muß vor Kursusbeginn geregelt sein.

Ankunft mit Pkw oder Bus am um Uhr

..... den 19.....

Unterschrift des Teilnehmers
(oder des Erziehungsberechtigten)

ANMELDEBESTÄTIGUNG

zum Kursus vom bis

Wir danken Ihnen für Ihre Anmeldung und erwarten Sie / Ihren Sohn / Ihre Tochter

am bis 19.00 Uhr.

Sie werden von der Station Eldingen-Mitte abgeholt

Reisegepäck wird nur noch bis Celle befördert. Von dort können wir es nicht abholen.

Die Unterbringung erfolgt in einem Einzel- / Mehrbettzimmer.

Kurssteilnehmer werden um die Überweisung einer Anzahlung von DM 100,- auf unser Konto bei der Kreissparkasse Eldingen Nr. 063 - 310 528 gebeten. Erst nach Eingang der Zahlung ist der Platz für den Kursus gesichert.

Abmeldungen müssen bis spätestens 14 Tage vorher erfolgen, andernfalls werden DM 50,- Bearbeitungsgebühr einbehalten.

Mit freundlichem Gruß

i.A.

Schriftleitung: Heidi Noodt

Zuschriften redaktioneller Art bitte nur richten an:

Frau Heidi Noodt

Dorfbergstraße 15

7611 Berghaupten — Tel. 07803 / 1882

Bei Anfragen bitten wir, Rückporto beizufügen.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte übernehmen wir keine Gewähr.

Jahresabonnement für Nicht-Mitglieder DM 12,00

1. Vorsitzender:

Herr Hilmar Meyer-Damerau

Bahnhofstraße 9 - Postfach 1104

2067 Reinfeid Tel. 04533/3403

Konten der Gesellschaft:

Postscheckkonto: Postscheckamt Hannover

(BLZ 250 100 30) Konto-Nr. 368 10-308

Raiffeisenbank Bargteheide

(BLZ 200 691 24) Konto-Nr. 3565

Bitte machen Sie bei der Bezahlung Ihres Mitgliedsbeitrages vom Abbuchungsverfahren Gebrauch!

Gesellschaft der Freunde der Schule Schlaffhorst-Andersen e.V.

3101 Eldingen/Celle