



Mir wurde gesagt...

Worum geht's?

- Stimme und Biografie
- Stimme und gesellschaftliche Normen
- Beziehung zur eigenen Stimme

Ihr braucht

- 40 Minuten
- Zettel oder Karteikarten
- Stifte
- Miteinander: → Tauscht euch aus

Dazu passt

- üben + wahrnehmen: → Meine Stimme klingt ...,
→ Hör auf deine Stimme
- spielen + experimentieren: → Was ich liebe,
→ Sprechmuster
- Wissen: → Stimme und Persönlichkeit,
→ Stimmwechsel

Inspiziert von

Unsere Stimme ist Teil eines Konfliktfelds. Wer darf wie laut sein? Wer soll eine hohe Stimme haben? Von wem erwarten wir einen tiefen, durchsetzungsfähigen Bass? Andere Menschen haben oft Erwartungen an unsere Stimme und Sprechweise, die mit unserem Alter, unserem Geschlecht oder einer bestimmten Situation zusammenhängen. »Sei nicht so laut, die Nachbarn schlafen noch!«, »Sprich mal deutlicher, so versteht dich ja keiner«, »Du hast so eine schöne zarte Stimme, sing uns doch mal was vor«. Habt ihr so etwas auch schon mal gehört? Und was hat das mit euch gemacht?

Was möchtest du (nie wieder) von anderen über deine Stimme hören?



Was sagen andere über eure Stimme? (7 Min.)

Sucht euch **einzel**n einen Platz im Raum. Nehmt Zettel und Stifte mit. Denkt an eure Verwandten, an die Schule, euer Arbeitsumfeld oder Freundschaften. Fallen euch Sätze ein, die ihr immer wieder über eure Stimme oder Art zu sprechen hört oder gehört habt? Schreibt sie auf.

Stimmt ihr zu? (8 Min.)

Geht **zu zweit** zusammen und tauscht euch aus: Wie steht ihr zu dem, was andere über eure Stimme oder Sprechweise sagen. Stimmt ihr zu? Ärgert es euch? Freut ihr euch darüber? Und warum? Entscheidet euch **pro Person** für einen Stimmeneindruck und macht daraus einen Satz, der mit **Mir wurde gesagt ...** beginnt, etwa »Mir wurde gesagt, dass ich viel zu schnell spreche«. Überlegt, wie ihr den anderen beweisen könnt, dass es für euch stimmt, was die anderen sagen, oder gerade nicht.

Tretet den (Gegen-)Beweis an (15 Min.)

Teilt euch in zwei Gruppen auf. **Performancegruppe**: Stellt euch im Freeze auf die Bühne. Geht einzeln nacheinander, wenn ihr dran seid, aus dem Freeze, sagt euren Mir-wurde-gesagt-Satz und tretet den (Gegen-)Beweis an. **Publikum**: Schaut zu und hört genau hin. Tauscht anschließend die Rollen.

Tauscht euch aus (10 Min.)

→ Tauscht euch aus und probiert es noch mal!

Variante

Wenn euch nichts einfällt, überlegt, was euer Freundeskreis, eure Eltern, Kinder oder Lehrkräfte über eure Stimmen sagen könnten, wenn ihr sie danach fragen würdet. Oder überlegt, was ihr selbst sagen würdet, wenn euch jemand fragt, was an eurer Stimme oder Sprechweise besonders ist.

Beispiel

Wenn jemand gesagt hat, ihr könntet nicht singen, singt euer Lieblingslied. Wenn andere sagen, ihr sprecht immer zu leise, zeigt, dass ihr auch eine laute Stimme habt, oder flüstert extra leise. Wenn ihr oft hört, dass ihr zu schnell sprecht, sprecht extra schnell oder extra langsam.

Vom Experiment zum Stück

Geht ausgehend von euren Sätzen den Vorurteilen und Anforderungen, die es an eure und andere Stimmen gibt, genauer auf die Spur. Lest Texte zum Thema »Stimme und Alter« oder »Stimme und Geschlecht«. Führt Interviews mit Expert:innen oder Menschen auf der Straße zum Thema. Schreibt Manifeste dazu, was ihr nie wieder von anderen über eure Stimme hören wollt. Baut aus allem Material ein Stück und überlegt, wie ihr eure Stimmen darin einsetzt.