

Solosangundervisning af teenagedrenge med stemmeskift



Bachelorprojekt 2012
Troels Nordal Mørkenborg
Studienummer: 2009118
Rytmask Musik og Bevægelse BA3
Det Jyske Musikkonservatorium

Indholdsfortegnelse

INDLEDNING	3
PROBLEMSTILLING	4
MÅL FOR OPGAVEN	4
AFGRÆNSNING	5
BEGREBSAFKLARING	5
STRUBENS ANATOMI	5
STRUBENS UDVIKLING	7
STEMMESKIFTET	8
KROPPENS UDVIKLING	10
IDENTITET OG PSYKE I PUBERTETEN	11
AT ARBEJDE MED STEMMESKIFTET	13
OVERVEJELSER I FORHOLD TIL MATERIALE	14
DEN TILLIDSVÆKKENDE SANGUNDERVISER	15
VALG AF SANGUNDERVISER OG UNDERVISERENS EGENSKABER	16
KONKLUSION	17
DEN MUNDTLIGE EKSAMEN	17
LITTERATURLISTE	18

Indledning

For 2 år siden begyndte jeg at undervise en 12årig dreng, som havde en lys drenge-stemme. Han havde en flot klang, god vejrtrækning og sang altid rent, men begyndte så at få meget luft på stemmen, blev hurtig hæs og begyndte at synge falsk. Det undrede mig, at min elev blev dårligere og dårligere, selvom jeg taklede hans stemme så godt, som jeg havde lært. Jeg snakkede med min egen sanglærer, som spurgte, om jeg havde tænkt på, at hans stemme kunne være begyndt at skifte. Jeg tjekkede hans stemme ud fra min lærers anvisninger og opdagede, at der var en svag antydning af mandestemme i bunden af hans stemme.

Jeg kommenterede det ikke for min elev, da jeg ikke ville gøre det til et problem. Jeg nøjedes med at øve hans bund i opvarmningen, så han ligeså stille kunne vænne sig til sin nye stemme. Min antagelse om, at stemmeskiftet var på vej, blev bekræftet, da han kort tid efter kom og fortalte, at stemmen var begyndt at knække, når han snakkede.

Mine oplevelser med denne og senere med andre elever, har fået mig til at interessere mig for, hvad der sker med drengestemmen, når den skifter. Jeg følte, at jeg måtte vide mere om den anatomiske ændring af stemmen for at kunne undervise mine drenge-elever bedst muligt. Det eneste materiale, jeg kunne finde om emnet, omhandlede undervisning af klassiske drengekor, og hvordan man integrerer drenge med stemme-skift i koret. Jeg kontaktede de forskellige rytmiske sanglærere på Det Jyske Musikkonservatorium i min jagt på materiale, der omhandlede problemstillingen i forhold til rytmisk sang. Det overraskede mig, at ingen af dem kendte til noget materiale. Derfor har jeg hentet meget af min viden fra klassisk sang og omformet det til rytmisk sang og derefter afprøvet det på mine elever.

Da jeg begyndte at sætte mig ind i de anatomiske ændringer, gik det op for mig, at det ikke er tilstrækkeligt at kende til de anatomiske ændringer, når man underviser drenge under stemmeskiftet. Jeg måtte også vide mere om drengenes psykologiske udvikling og selvopfattelse for at kunne tilpasse min pædagogiske tilgang.

Derfor har jeg valgt i denne opgave at beskæftige mig med:

- de stemmeanatomiske ændringer.
- den fysiske væksts påvirkning af holdning og støtte.
- den psykologiske udvikling og drengenes selvopfattelse.

- hvordan jeg som underviser imødekommer drengene bedst i denne periode, så de bevarer glæden ved at synge.

Min praktiske erfaring med stemmeskiftet har jeg dels fra egen undervisning, dels fra overværelse af klassisk sangundervisning:

- Jeg har 2 elever, som jeg har fulgt gennem stemmeskiftet. Derudover underviser jeg 5 teenagedrenge, som jeg fik, da deres stemmer næsten var faldet på plads.
- Jeg har besøgt Sankt Annæ Gymnasium, hvor jeg har overværet undervisning af 'brummekoret', og jeg var med 2 af drengene til stemmetjek hos deres øre-næse-hals-læge (Svend Prytz).
- Jeg har overværet solosangundervisning af nogle drenge fra Aarhus drengekor.

Problemstilling

- Hvilke fysiske ændringer sker der med stemme og krop hos pubertetsdrenge?
- Hvordan takler jeg som underviser stemmeskiftet, så eleven kommer nemmest muligt igennem stemmeskiftet?
- Hvordan kan viden om den anatomiske udvikling påvirke valg af egnet undervisningsmateriale til drengene?
- Hvordan skaber jeg som underviser et trygt rum for stemmemæssig læring og udvikling hos pubertetsdrenge med stemmeskift?

Mål for opgaven

Mit mål for arbejdet med denne opgaver er:

- at sætte struktur på min egen viden og erfaring.
- at få bedre strubeanatomi overblik¹.
- flere perspektiver på egen undervisning.

Desuden håber jeg, at denne opgave vil kunne hjælpe andre sangundervisere, som underviser teenagedrenge.

¹ Jeg bruger både danske og latinske navne i min beskrivelse af anatomien, fordi det er gavnligt at kende de latinske navne, når man skal læse om stemmeanatomi på andre sprog.

Afgrænsning

Jeg vil beskæftige mig med sangfaglige elementer, der har relevans for det specifikke emne. En mere uddybende beskrivelse af vejtrækning, støtte, stemmefunktioner og resonansudnyttelse hører ikke til denne opgave.

Jeg vil beskæftige mig med drengenes identitetsdannelse i det omfang, det har relevans for pædagogiske overvejelser og metoder.

Begrebsafklaring

De fleste kalder ændringen fra drengestemme til mandestemme 'at stemmen går i overgang'. Jeg bryder mig ikke om denne betegnelse. Det klinger hos mig og mange andre en smule negativt og nedværdigende. Man kommer til at tænke på sangen "Kender du det (min stemme er i overgang)", som skildrer en lettere kikset ung fyr, der ikke helt har styr på sin nye tilværelse. Til gengæld beskriver begrebet i sig selv fint, at der er tale om en overgang fra drengestemme til mandestemme.

Nogle bruger begrebet 'at stemmen muterer'. Den kliniske betydning af mutation er: ændring eller fejl i arvemateriale. Dette lyder i mine ører meget negativt. Da der er tale om en naturlig del af drengens udvikling, synes jeg ikke, denne betegnelse dækker særlig godt.

På bl.a. engelsk og norsk bruger man betegnelsen 'at stemmen skifter', altså et stemmeskift. Denne betegnelse har for mig ikke nogen negativ ladning. Samtidig beskriver det meget godt den proces, stemmen gennemgår.

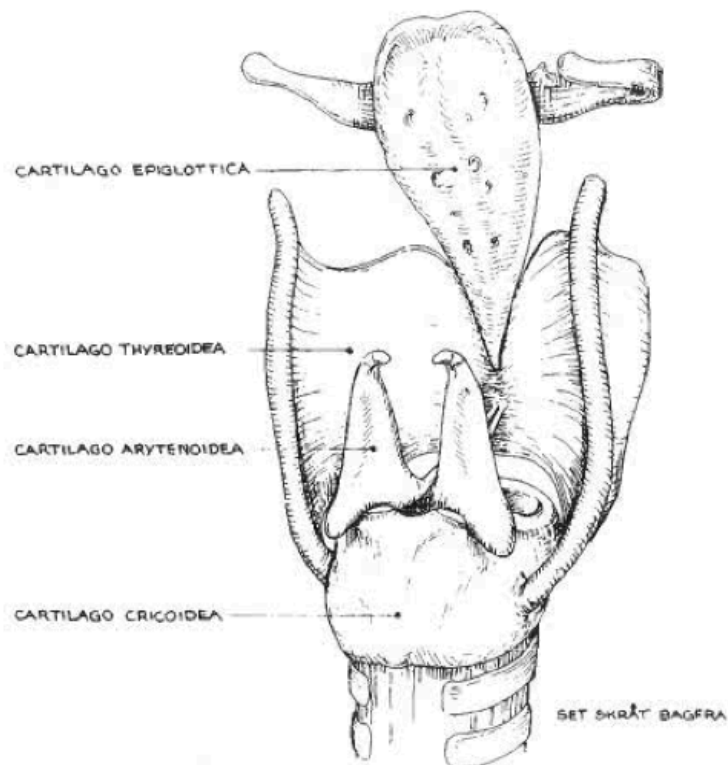
I denne opgave anvender jeg begrebet 'stemmeskift'. I min undervisning benytter jeg dog også 'overgangsstemme', da overgangsstemme er det ord, de fleste kender og det ord, som mine elever selv bruger.

Strubens anatomi

Den menneskelige strube (larynx) er meget kompleks og skrøbelig. Struben består af 5 bruske, som er forbundet af led, membraner og muskler. Den største og eneste del af struben, der er synlig, er skjoldbrusken (cartilago thyreoidea). Den består af to plader, der mødes fortil i en spids, det der hos voksne mænd kaldes adamsæblet. Skjoldbrusken danner et beskyttende skjold omkring stemmelæberne. Den nederste del af struben består af ringbrusken (cartilago cricoidea). Oven på ringbrusken sidder to tudbruske (cartilago

arytenoidea). På hver tudbrusk sidder en stemmetap (processus vocalis), som stemmelæberne fæstner på. Øverst sidder strubelåget (cartilago epiglottica). Det er bladformet og er lavet af elastisk brusk, som kan åbne og lukke for struben afhængig af, om der skal være vejrtrækning eller synkning. Struben forbinder luftrør og svælg.

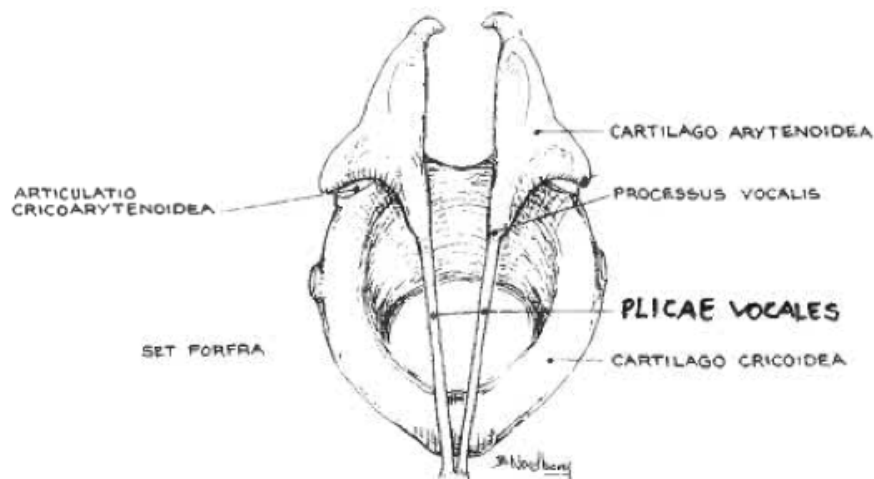
Stemmelæberne (plicae vocales) er et muskelpar, der sidder horisontalt mellem indersiden af skjoldbruskens fremspring og tudbruskens stemmetappe.



Figur 1: Strubens skelet (kilde: Rørbech, 2010 s. 48).

De led (articulatio cricoarytenoidea) der forbinder ringbrusken og de to tudbruske, er meget komplicerede. Tudbruskene kan vippe på ringbrusken, så tudbruskens stemmetappe kan bevæges op og ned eller imod og væk fra hinanden². Derved reguleres stemmens tonehøjde.

² Rørbech & Høgel 1993 s. 15

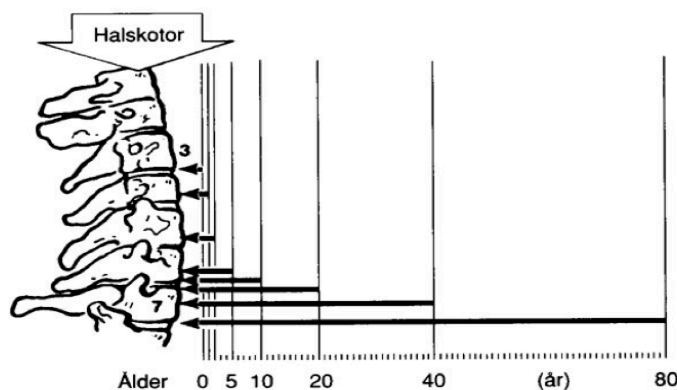


Figur 2: Strubens skelet (kilde: Rørbech, 2010 s. 48).

Strubens udvikling

Strubehovedet forandrer sig igennem hele menneskets livsforløb. Dets placering, størrelse og form ændres i takt med kroppens aldring. Jeg vil i det følgende koncentrere mig om strubehovedets udvikling fra fødsel til ca. 20 års alderen.

Ved fødslen er strubehovedet placeret meget højt og vil i løbet af livet bevæge sig nedad. Fra barnets fødsel til 5 års alderen sænkes det hurtigst. Figur 3 viser strubehovedets vandring. Ved fødslen sidder bunden³ af struben mellem 3. og 4. halshvirvel, og ved 5 års alderen er den faldet, så den sidder ud for 6. halshvirvel. Som figur 3 viser, vil strubehovedet falde hele livet igennem⁴.



Figur 3: Strubens nedadgående vandring i forhold til halshvirvler (Kilde: Lindblad 1992 s. 54).

³ Ringbrusken.

⁴ Lindblad 1992 s. 54

Frem til puberteten udvikler struben sig stort set ens hos drenge og piger, hvad angår placering, størrelse og stemmens grundfrekvens. I løbet af puberteten sker der en forandring hos de to køn. Drengens strubehoved vokser mere end pigens. Især skjoldbrusken vokser og dens form ændres. Hos drengen er skjoldbruskens vinkel ved fødslen ca. 110°. I løbet af puberteten sænkes vinkelen til ca. 90°. Vinklen reduceres, fordi skjoldbrusken især vokser i dybden (afstanden mellem fremspring og bageste del af skjoldbrusken øges). Derved bryder adamsæblet frem på teenagedrengens hals.

Afstanden mellem skjoldbrusken og de 2 stemmetappe på tudbruskene øges. Stemmælæbernes længde øges tilsvarende, og de får større masse, styrke og bliver stivere⁵.

I løbet af puberteten falder drengens grundfrekvens ca. 1 oktav (hos nogle drenge falder den op til 2 oktaver). Derudover ændres også stemmens klang.

Stemmeskiftet

Det er ikke til at forudsige, hvornår stemmeskiftet begynder. Som regel starter det, når drengen er mellem 12 og 16 år, afhængig af bl.a. arvelige faktorer, drengens sundhedstilstand og spisevaner. Den øgede produktion af testosteron sætter gang i strubens udvikling. Nogle fysiske tegn, på at stemmeskiftet nærmer sig, kan være, at drengen vokser hurtigere, får bumser eller antydning af skægvekst. Der er dog ikke nødvendigvis sammenhæng mellem stemmeudvikling og kropsudvikling⁶. Stemmemæssige tegn kan være, at de øverste toptoner forsvinder, eller at drengen får svært ved at lukke tæt⁷, hvorved der kommer luft på stemmen. Varigheden af stemmeskiftet varierer fra dreng til dreng. Der er blandt mine kilder uenighed om, hvor lang tid stemmeskiftet i gennemsnit varer. Det mest sandsynlige er, at den voldsomme vækst (den periode hvor der ofte er knæk på talestemmen: se fase 2 neden for) varer 3 – 6 måneder⁸. Det tager ca. 4 – 5 år, før stemmen er faldet helt på plads og har fået mandestemmens styrke. I nogle tilfælde falder stemmen lige så stille (stemmens ambitus rykker nedad), i andre skifter stemmen brat (ofte med en lys drengestemme i toppen og dyb mandestemme i bunden).

⁵ Lindblad 1992 s. 55

⁶ Aune 1995, s. 17

⁷ Muskulaturen omkring tudbruskene har svært ved at lukke stemmelæberne helt sammen. Dette medfører, at der ud over tonen også slipper lidt luft med ud.

⁸ Lindblad 1992 s. 54.

Under stemmelæbernes vækst er de hævede på grund af øget blodgennemstrømning. De har i denne fase svært ved at lukke tæt, hvilket medfører, at der kommer meget luft på stemmen, og at drengene nemmere bliver hæse.

Nogle drenge kan i denne periode opleve, at det er som om, de skal lære at bruge en helt ny stemme hver morgen.

For de fleste drenge falder stemmeskiftet i 5 faser⁹:

- Fase 1: De øverste toptoner forsvinder eller bliver meget svære at nå.
- Fase 2: Klangens bliver mørkere, og der begynder at komme knæk i mellemelejet.
- Fase 3: Stemmens omfang mindskes og falder i tonehøjde. Det bliver ofte sværere for drengen at intonere.
- Fase 4: Stemmelejet falder på plads. Stemmens klang er svag. Dårlig artikulation og snøvl¹⁰ ses ofte.
- Fase 5: Stemmen egaliseres, og det bliver nemmere at styre stemmens registre. Stemmen er stadigvæk svag og kan nemt overbelastes.

Det er meget individuelt, hvor længe drengen er i hver fase. Han kan være i flere faser på samme tid. Den nævnte opstilling af faser er altså ikke nødvendigvis et billede på forløbet for alle drenges stemmeskift.

Som udgangspunkt er det ikke usundt for drengen at synge under stemmeskiftet¹¹. Men stemmen er sårbar under væksten, og derfor er det vigtigt, at pubertetsstemmen ikke presses ud i yderpunkterne af sin ambitus (særligt i højden) eller til at synge kraftigt og længe. Når blot drengen synger i sit midterleje uden at presse stemmen, vil det ikke skade.

Man kan ikke forudsige, om drengestemmen udvikler sig til en lys eller mørk mandestemme. Både lyse og mørke drengestemmer kan udvikle sig til tenorer, barytoner eller basser.

⁹ Prytz, Nielsen & Baum 2010, s. 1

¹⁰ Ganesejlet lukker ikke helt til, så der kommer luft op igennem næsen. Dette medfører en nasal klang.

¹¹ Aune 1995, s. 22

Stemmeskiftets varighed eller måden hvorpå stemmen skifter, har ingen betydning for, hvilken stemmetype drengen udvikler.

Inden for de sidste 10-15 år er gennemsnitsalderen for stemmeskift hos drenge faldet med ét år. Der er ingen sammenhæng mellem stemmens og resten af kroppens udvikling. Man kan derfor godt støde på fysisk små drenge med begyndende mande-stemme og fysisk store drenge, der stadigvæk har deres drengestemme.

Kroppens udvikling

Kroppens betydning for stemmen og en sund stemmebrug er meget stor og glemmes ofte i beskrivelsen af stemmeskiftet. Drengen skal ikke bare lære en ny stemme at kende, han skal også lære at styre en større krop.

I puberteten vokser de fleste drenge meget, op til 15 cm i højden på et år¹². Knoglerne vokser hurtigere end musklerne, hvilket ofte forårsager en let foroverbøjet eller sammenfalden kropsholdning. For at drengen skal få det fulde ud af sit kropsarbejde (bilag 1) og sin støtte, så presset på de skrøbelige stemmelæber mindskes, er det vigtigt, at underviseren er opmærksom på drengens kropsholdning (bilag 1, 1e) og arbejder med den¹³. Mange pubertetsdrenge har svært ved at give slip i mavemusklerne og derved opnå den korrekte støtte (bilag 1, 1f-g). Dette kan hænge sammen med deres ønske om at opnå idealet som slank ung dreng, eller det kan skyldes usikkerhed og nervøsitet, som ofte sætter sig som mavespændinger.

Forskellen på vækst i nakkehvirvler og halsmuskler kan være med til at give spændinger i svælgsnørerne¹⁴. Det kan derfor være gavnligt at arbejde med afspænding og stræk af kæbe-, hals- og nakkemusculatur (bilag 1, 1d). Massage på de nævnte steder kan også være med til at fjerne spændingerne. Det skal her understreges, at underviseren skal afholde sig fra at massere struben hvis han/hun ikke har modtaget undervisning i det.

¹² Koch 2000, s. 35

¹³ Aune 1995, s. 23 & 26

¹⁴ 3 horisontale muskler omkring struben.

For en 12 – 15årig dreng kan det være meget svært at forholde sig til kropsholdning, vejrtrækning og støtte. Kroppen vokser så hurtigt, at det kan være svært for drengens selvopfattelse at følge med. Hvis underviseren stiller for store og detaljerede krav, bliver det let u håndgribeligt. Min erfaring er, at det hjælper, hvis jeg fokuserer på nogle få ting gennem længere tid. Jeg arbejder primært med at få drengen til at stå godt på sine fødder, rette overkroppen op og på at trække vejret dybt ned i maven. I bilag 1 giver jeg eksempler på nogle af de øvelser, jeg bruger til mine elever.

Fra omkring 15 års alderen (kan variere en del) bliver drengen som regel i stand til at forholde sig til de mere avancerede elementer i vejrtrækning og støtte. Han begynder også at forholde sig til sin krop, uden at han kan se den, og derved kan man også begynde at arbejde mere målrettet med hans kropsholdning.

Bortset fra de holdningsmæssige udfordringer for drengen i denne periode, kan den enorme vækst også føre til, at drengen kommer til at lide af reflux eller sure opstød. I forbindelse med kroppens vækst kan muskulaturen (mavemunden), der lukker mellem mavesæk og spiserør ikke altid lukke tæt. Refluks giver dårlig ånde, tørhed i mund og svælg, irritation af slimhinder og dermed hæshed¹⁵. Hvis mavesyren kommer i kontakt med stemmelæberne, kan den ætse stemmelæberne og derved give en brændende fornemmelse. Problemerne opstår især, når drengen ligger ned, fordi mavesyren nemmere løber op i spiserøret. Hvis det er et stort problem, kan det behandles med mavesyreneutraliserende piller, som kan købes i håndkøb, men jeg vil anbefale, at man kontakter egen læge først.

Identitet og psyke i puberteten

Når man taler om identitetsdannelse, kan det ikke afgrænses til en bestemt periode af det enkelte menneskes liv. Mennesker udvikler sig gennem hele livet. På trods af livslang identitetsdannelse, er det oftest i puberteten, der sker den største og hurtigste udvikling af identiteten.

¹⁵ Prytz, Nielsen & Baum 2010, s. 2

Når man underviser teenagedrenge, er det vigtigt at være opmærksom på de store omvæltninger, drengene gennemgår. Derved bliver man bedre i stand til at møde drengene, hvor de er. Inden jeg beskriver de mere generelle ting, der berører drengenes udvikling, er det vigtigt for mig at understrege, at et menneskes psyke og udvikling ikke udelukkende kan opstilles i skema. Alle mennesker er forskellige og udvikler sig forskelligt.

I puberteten begynder drengen at skabe sit eget liv med egne holdninger, synspunkter og meninger. Han begynder at løsrive sig fra sine forældre, bliver mere selvstændig og vil ikke bestemmes over længere¹⁶. Det er en tid, hvor drengen hele tiden afprøver nye ting og finder ud af, hvad han kan lide, og hvad han ikke kan lide. Han afprøver ofte det, der er lidt eller meget forbudt og får hele tiden flere erfaringer om, hvad livet er. Han retter i højere grad sin opmærksomhed mod venner og andre voksne end mod sine forældre. Det er meget vigtigt for ham at være respekteret og accepteret af vennerne. Deres tøjstil og musiksmag er ofte med til at danne hans egen stil og smag. Det kan være meget svært for en dreng, hvis han ikke er med i et fællesskab, for så vil han ofte føle sig afvist, anderledes og/eller mobbet. Dette kan medføre mindsket selvværd, usikkerhed, og drengen vil ofte blive tilbageholdende¹⁷. Samtidig er det meget almindeligt, at drenge bliver usikre på sig selv i den periode, selv om de har nære venner.

Én årsag til disse store udsving i drengens psykiske tilstand er den hormonelle forandring i kroppen, en anden at teenagedrenge endnu ikke har dannet et følelsesmæssigt filter. De er ikke i stand til at sortere i alle de indtryk og begivenheder, de udsættes for¹⁸. De bliver nemt forvirret, når de fx oplever begejstring og frustration på samme tid. Der er altså flere årsager til, at drengene i denne periode er mere følsomme. De kan have meget svært ved at takle sangfaglig kritik. Ganske ofte vil de opleve det som en personlig kritik, hvilket kan vise sig i usikkerhed, frustration eller vrede.

Som sangunderviser for pubertetsdrenge har man altså en vigtig opgave i at være opmærksom på, hvordan drengen har det i hver enkelt time. Hvis drengen virker presset eller

¹⁶ Koch 2000 s. 21

¹⁷ Koch 2000 s. 84

¹⁸ Ibid s. 38

frustreret, er det ikke en god idé, at timen skal indeholde for mange rettelser eller nyt stof. Mange gange vil drengen ikke være i stand til at tage rettelserne/kritikken til sig og resultatet kan være, at han bliver sur eller ked af det.

At arbejde med stemmeskiftet

Det vigtigste element ved soloundervisning af drenge under stemmeskift er at bevare og opfordre til musikalsk lyst, glæde og at sørge for at der ikke sker skade på stemmen.

Man skal ikke være bange for at lade drengen synge under stemmeskiftet. Til gengæld må man sikre, at han ikke kommer ud i yderpunkterne af sin ambitus – især i højden. Det drejer sig om ikke at stille for store krav om præcis intonation, klanglig egalitet og perfekte registerskift. Kræver man for meget, hvad det angår, kan det medføre spændinger omkring strube og i støttemuskulatur, hvilket vil forværre intonation og egalitet. Som følge af den store vækst i struben synger mange drenge i stemmeskiftet med meget luft på stemmen. Dette skal ikke problematiseres, dels fordi det kan forplante sig som unødvendige spændinger, dels fordi drengene rent fysisk i mange tilfælde ikke er i stand til at lukke helt tæt.

Under stemmeskiftet kan man med fordel arbejde med registerskift mellem falset og fuldregister (bilag 2). Herved opnås at drengens bevidsthed om sin egen stemme øges, samt at mellemregistret bliver nemmere at finde senere i stemmeudviklingen. Falsetten stimulerer fornemmelsen af den slanke støtte og danner automatisk bløde ansatser, som er sunde for stemmen. Herudover har jeg erfaret, at de ufrivillige knæk i talestemmen mindskes, når drengen har fået større bevidsthed og kontrol med sine registre.

Frygten for knækket mellem registrene kan føre til øget spænding omkring struben, hvilket gør det endnu vanskeligere at undgå knækket. Når drengen lærer knækket bedre at kende, reduceres frygten, og derefter bliver knækket mindre. Se eksempler på øvelser i bilag 2.

Når øvelser skal vises, bør underviseren lave en blanding af præcise illustrationer og planlagte fejl. Det kan for eksempel være en god idé, at underviseren, når han forsynger en glissando, bevidst laver et stort knæk mellem falset og fuldregister. Derved demonstrerer han, at det er i orden at lade stemmen knække, at det er en svær disciplin, og herved forsvinder eventuel præstationsangst ofte hos drengen.

Ved undervisning af en pubertetsdreng kan man med fordel arbejde med:

- Kropsholdning, vejrtrækning og støtte hvilket gør arbejdet med stemmen lettere.
- Rytmik: puls og underdelinger, fast rytme og at forholde sig frit rytmisk.
- Tekst: Begynd med let tekstanalyse "hvad handler sangen om?", "hvilken stemning udtrykker den?", "hvordan kan du udtrykke det?".
- Improvisation: ved at forholde sig frit til melodi og rytmik i en sang, "prøv at synge teksten på en anden måde" eller ved regulær improvisation over en simpel akkordprogression. I begge tilfælde kan det være en god idé at arbejde med 'call and response' eller med 'chase'.

Ved at være opmærksom på disse punkter kan fokus fjernes fra de stemmemæssige færdigheder.

Overvejelser i forhold til materiale

Når jeg som sangunderviser arbejder med unge, mener jeg, at det er af allerhøjeste prioritet, at jeg følger med i, hvad de unge hører. Jeg oplever, at pubertetsdrengene får et selvtillidsløft, når de skal synge sange af nogle af deres idoler. Samtidig mener jeg ikke, at man udelukkende skal benytte numre fra drengenes hverdag. Når drengene skal synge numre af ældre dato, som er ukendte for dem, styrkes deres gehør og indlæringsevne. Desuden vil det give større kendskab til repertoire og stilarter.

Man bør være opmærksom på følgende, når der skal findes egnede sange til drenge med stemmeskift:

- Drenge med stemmeskift har en meget lille brugbar ambitus, ofte under en oktav. Derfor er det af stor nødvendighed, at underviseren finder sange med et lille toneomfang.
- Store intervalspring i melodien gør det svært for drengen at intonere og giver anledning til unødige spændinger omkring struben.
- Melodier med mange opadgående bevægelser giver anledning til spændinger, også selvom bevægelsen er trinvis.
- Melodier som over en længere periode ligger tonalt højt eller på de samme 2 – 3 toner, medfører spændinger.

- Det er vigtigt, at der er pauser i melodierne, så drengen har tid til at tage en sund og dyb vejrtrækning. Derved får stemmelæberne en kort pause, og muskulaturen omkring struben kan slappe af.

I bilag 4 har jeg lavet en liste over egnede sange, som jeg har brugt, samt mine overvejelser om de enkelte sange.

Den tillidsvækkende sangunderviser

Forholdet mellem elev og underviser er meget vigtigt for den sangfaglige udvikling. Det bør være et professionelt forhold, der bygger på tillid, respekt og tryghed. Første møde mellem elev og underviser er meget sårbart. Eleven kommer til første time i håb om, at underviseren forstår, hvem han er, og hvilke problemer og ønsker han har. Hvis elevens forsøg på at åbne sig, og vise hvem han er, bliver mødt med vurdering og bedømmelse fra underviseren, kan det medføre, at eleven fremover får svært ved at åbne sig i undervisningen. Underviseren bør ved første møde forsøge at vise empati overfor eleven og hans ønsker. Han må aldrig begynde at fremhæve elevens fejl og mangler, men tværtimod rose de positive ting. Længere henne i undervisningsforløbet kan han begynde at korrigere fejlene¹⁹.

Når et professionelt forhold skal skabes, er det vigtigt, at eleven føler sig i fagligt trygge hænder. Underviseren skal udover at vise sin egen stemmemæssige dygtighed, også bruge sin viden om stemmeopbygning i forhold til eleven, så eleven føler sig anerkendt. Med andre ord skal underviseren være en dygtig instrumentbygger²⁰. Udover at skabe faglig tryghed er det af stor betydning, at underviseren evner at tilpasse mængden af udfordringer til eleven. Hvis underviseren hele tiden benytter for svært materiale eller stiller for høje krav, vil det medføre sanglige og personlige nederlag for eleven. I modsætning hertil bør underviseren ikke udlevere for nemt materiale uden at stille krav til den sanglige eller kunstneriske præstation, for så kan eleven begynde at kede sig eller føle, at han ikke udvikler sig. Derfor er det uhyre vigtigt, at underviseren hele tiden nøje tilpasser materialevalg og musikalske krav i forhold til

¹⁹ Eken 1998, s. 87

²⁰ Ibid s. 88

elevens niveau. Derved udviser han evne til at sætte sig ind i elevens faglige og personlige behov²¹.

Som tidligere nævnt kan den psykiske tilstand hos en dreng i puberteten variere meget, og det er ikke altid nemt at se, hvordan han har det. Det er derfor vigtigt, at under-viseren allerede i de første minutter af timen, danner sig et billede af elevens humør. En god måde at starte timen på kan være at spørge ind til, hvordan eleven har det. Man skal ikke nødvendigvis regne med et ærligt svar. Hvis eleven har problemer, vil han ofte bare svare, at det går fint. Når underviseren får mere erfaring og lærer eleven bedre at kende, vil han ofte kunne gennemskue, hvis eleven ikke er helt på toppen og tilrettelægge undervisninger derefter. Underviseren skal derfor ikke kun tilrettelægge materiale og ambitioner på lang sigt, men skal også være i stand til at ændre fokus efter drengens tilstand i den enkelte time.

Valg af sangunderviser og underviserens egenskaber

Helga Christensen²² har følgende overvejelser med hensyn til valg af mandlig eller kvindelig sangpædagog. Hun beskriver den kvindelige undervisers vanskeligheder i forhold til at forsyne fraser for drenge i mandeoktaven. Kvinder kan af gode grunde ikke synge i mandeoktaven, og det kan i begyndelsen være meget svært for drenge at finde tonerne, når de bliver sunget en oktav over. Modsat påpeger hun, at det kan være svært for en mandlig underviser at arbejde med drenge før stemmeskiftet, fordi manden ikke kan forsyne melodier i drenge/kvindeoktaven.

Jeg mener til gengæld, at en mandlig underviser, der er dygtig til at synge i falset, vil være bedste bud på en underviser før, under og efter stemmeskiftet, fordi han kan demonstrere det både i drengeoktav og mandeoktav. Hertil kommer, at drengen vil føle sig bedre forstået af en mand, som selv har været igennem et stemmeskift. Drengen vil have godt af den mandlige sanger som rollefigur, særlig hvis der er tale om en mand, hvis stemme drengen ser op til.

Drengens velfungerende toneområde kan rykke op eller ned fra uge til uge. Dette stiller høje krav til underviserens klaverkundskaber. Han skal uden vanskelighed kunne trans-ponere sangen og samtidig lægge en god musikalsk bund som kan støtte eleven.

²¹ Ibid s. 96

²² Christensen 1961, s. 7 – 8

Konklusion

I puberteten vokser drengen meget. Hele hans krop vokser, adamsæblet bliver synligt og stemmelæberne bliver længere, tykkere og stærkere. Som følge af den voldsomme vækst i struben kan drengen i den periode have mange stemmemæssige problemstillinger. Det er vigtigt, at sangunderviseren ikke fokuserer på de problemstillinger, som det er fysisk umuligt for drengen at ændre fx luft på stemmen. For at undgå at den sårbare pubertetsstemme overbelastes, er det vigtigt at vælge sange, som ikke har for stor ambitus, store intervalspring eller for få pauser. Underviseren må nøje tilpasse materiale og krav, således at han støtter udviklingen af drengens stemme bedst muligt. Under stemmeskiftet kan underviseren med fordel lægge fokus på andre musikalske elementer end de stemmemæssige færdigheder fx kropsholdning, støtte, rytmik, tekstanalyse og improvisation.

Den mundtlige eksamen

Til den mundtlige eksamen vil jeg tage udgangspunkt i "Hjælp! Er det virkelig min stemme?" (bilag 5). Herunder gennemgang af nogle af de øvelser (bilag 1 & 2) der kan være hjælpsomme for teenagedrenge med stemmeskift.

Jeg vælger ikke at medbringe en af mine elever. Det vil være for grænseoverskridende for dem at skulle lave disse øvelser med tilskuere.

Litteraturliste

- Aune, Sissel Høyem: Muterende Stemmer (Solum Forlag, Oslo 1995)
- Christensen, Helga: Drengestemmer i overgangsalderen (Wilhelm Hansen Forlag, København 1961)
- Eken, Susanne: Den menneskelige stemme (Hans Reitzels Forlag 1998)
- Koch, Ida: Når ungerne bli'r unge – et remix (Gyldendal 2000)
- Lindblad, Per: Rösten (Studentlitteratur, Lund, 1992)
- Prytz, Svend
Nielsen, Camilla E. &
Baun, Karen-Maria: Pubertetsstemmer – drenge (Sankt Annæ Gymnasium 2010)
- Rørbech, Lone &
Høgel, Sten: Tal rigtigt – syng godt (C. A. Reitzels Forlag A/S 1993)
- Rørbech, Lone: Stemmebrugslære (C. A. Reitzels Forlag A/S 2010)