

TI TJEPPE TIL STEMMETRÆNEREN

Af Tina Toft, WOMAN, 2006

1 Hvordan kan man vurdere højde ud fra en stemme?

"Høje mennesker har længere stemmebånd, som har betydning for klangen. Jo længere stemmebånd – jo dybere er stemmen."

2 Er lyse stemmer mest tiltrækkende på mænd?

"Ikke altid. Nogle stemmer er lyse, men har samtidig en dårlig klang – det gør stemmen skinger, og så er den ikke behagelig."

3 Hvorfor taler nogle mennesker skingert?

"Vi lærer tale af vores omgivelser – børn efterligner især deres forældre. Og det er ikke alle, der taler på den mest hensigtsmæssige måde – både i forhold til deres stemmebånd og i forhold til deres omgivelser."

4 Ligesom de mennesker, der af en eller anden årsag taler ekstremt tæt på ens hoved?

"Ja, det er en dårlig vane. Der er også dem, der råber rigtig højt i stedet for at tale. I deres familie skal man måske op på det niveau for at blive hørt. Men det slider faktisk på stemmen."

4 Hvad tiltrækker os ved en stemme?

"Den gode klang. Den får man, når man taler i sit naturlige stemmeleje, men samtidig skaber luft om sine ord – uden at forcere noget. Så taler man frit, og det smitter positivt af på rytmen og melodien."

5 Hvad frastøder os ved en stemme?

"Det kan være, hvis man ikke taler afslappet nok. Så har man spændinger i kæben, der gør, at man kan lyde lidt sammenbidt."

6 Hvad er en af de mest markante forskelle mellem mænds og kvinders stemmer?

"Kvinders er en oktav højere. Mens vi ligger på en frekvens, der hedder cirka 220 Herz er en mands på det halve. Så vores er generelt lysere."

7 Hvorfor taler kvinder nogle gange med lillepigestemmer, hvis de vil bede en mand om noget?

"Det er meget klassisk. Man taler lavere, og på den måde fylder stemmen mindre, hvilket signalerer hjælpeløshed. Så kan manden komme med sin dybere stemme og være stor og stærk og fylde lidt mere. Men generelt er det er ikke nødvendigvis en fordel at udstråle usikkerhed. Man ønsker jo ikke, at folk kun skal lytte til en af medlidenhed."

8 Hvordan kommer man til at lyde så tjekket som muligt – for eksempel hvis man skal til en jobsamtale?

"Man bør tale i sit naturlige stemmeleje, da det er mest troværdigt, og det i øvrigt også er der, hvor man slider mindst på stemmen. Du finder det for eksempel ved at hæve armene over hovedet, lade dem falde ned, mens du ånder ud – med lyd på. Prøv herefter at tælle uden at anstrenge dig – sådan cirka bør din stemme lyde."

9 Er det i orden at manipulere med sin stemme i forhold til sine omgivelser?

"Ja, det er faktisk meget naturligt. Taler jeg med en kvinde på 98 år, så trækker jeg måske lidt tilbage og fylder mindre, så jeg ikke virker for voldsom på hende. Skal jeg holde et foredrag, skal jeg nå ud til mange – jeg skal pisse mit terræn af – så jeg skal tale med større kraft. Men man skal ikke hele tiden gå og ændre på den – til gengæld kan man lære, hvordan man gør det mest naturligt."

10 Hvad kan man gøre for at lyde sexet?

"Stemme er ikke alt. I en sexet samtale bruger man også hele kroppen. Faktisk udgør selve ordene kun 7 procent af effektiviteten i en kommunikation, mens 38 procent er selve stemmen og stemmeføringen og 55 procent er kropssprog. Men typisk er den sexede stemme sensuel, når den bliver luftfyldt og lidt dybere – og lidt hæs og 'forkølet.' Sex har jo med understellet at gøre – så når man trækker vejret meget mere nedfra påvirker det stemmen. Kroppen er jo det instrument, vi spiller på."