

# Prozessorientiertes Lernen als missing link zwischen Körpertechnik und Gesang

UTA VON KAMEKE-FRISCHLING (BERLIN)

## Zusammenfassung

Dieser Aufsatz ist ein Plädoyer für prozessorientiertes Unterrichten. Viele wertvolle Erkenntnisse aus der Körperarbeit lassen sich leichter in den Instrumental- oder Gesangsunterricht transferieren, wenn mehr der individuelle Lernprozess im Vordergrund steht und weniger ein angestrebtes Leistungsziel. Der Fokus verschiebt sich dabei hin zur sensorischen Wahrnehmung, also vom Senden zum Empfangen. Die Lernenden werden zu Experten ihrer Wahrnehmung ausgebildet und die Beziehung zu ihrem eigenen Tun wird gefördert. Außerdem entspricht das prozessorientierte Lernen aktuellen neurophysiologischen Ansätzen, die Lernen als nicht-linearen und selbstorganisierten Vorgang verstehen.

Gerade im Gesangsunterricht bietet sich eine prozessorientierte Herangehensweise, die die Lernenden auch als Empfänger fördert, in besonderem Maße an, weil Körper und Klang hier unmittelbar verkoppelt sind. Es gibt aber noch weitere Aspekte, die dafür sprechen:

- Kann der Klang auf den Körper positiv zurückkoppeln, wird Singen als Zustand erlebt (statt als Kräfte verschleißende Tätigkeit).
- Die Stimmfunktion ist ein Netzwerk von deaktivierten Schutzventilen.
- Die Stimm lippen sind ihrer Funktion nach nicht nur Schutz- sondern auch Unterdruckventil.
- Der Kehlkopf besteht zu 80 % aus Bindegewebe, also rezeptivem Gewebe und nur zu 20 % aus Muskulatur.
- Da der Kehlkopf fast ausschließlich vom nervus vagus innerviert wird, liegt es nahe, ihn als ein Organ mit trophotroper (Ressourcen auffüllender) Wirkung zu betrachten.
- Beim prozessorientierten Lernen bewerten sich die Lernenden selbst weniger negativ und initiieren mental günstigere Phonationsmuster.

## Schlüsselwörter

Singen, Lernen, Unterrichten, Körpertechniken, Selbstorganisation, Empfangen, Wahrnehmung, Vernetzung, Klang-Rückkopplung

## Abstract

This essay is pleading for process work in music lessons. A lot of worthy experiences in body work could be easily transferred into music if both, teacher and student were focusing more on the individual process of learning than on ambitious aims. Sensory input can balance the motor output, the student becomes an expert of his own sensory perception. The relation to ourselves is strengthened. Process work in learning means learning in networks and in self-organization, as the current neuroscience theories describe it.

Process work supporting receiver's qualities is appropriate just for singing lessons because of the direct feedback between body and sound. And even more aspects can be found:

- singing can be experienced as a state of mind
- singing as a network of de-activated protective valves
- vocal chords as a suction valve
- the amount of connective tissue in the larynx
- the role of the nervus vagus for singing
- negative assessments can initiate bad patterns of phonation

## Key Words

Singing, Learning, Teaching, Bodywork, Receiving, Perception, Networking, Self-Organization, Sound-Feedback