

Ta vare på barnestemmen

Barnestemmen skiller seg fra voksenstemmen og barnekoret er et unikt instrument.

-Vi har et stort ansvar her, skriver sangpedagog Randi Clausen. Hun gir råd om hvordan jobbe med barnestemmen.

Kunnskapen og ferdighetene vi tilegner oss som barn, husker vi - på godt og vondt. Derfor er det et privilegium å få lov til å jobbe med barn og sang. Samtidig har vi et stort ansvar. Som barnekorledere er vi med på å utvikle barnas musikalitet og vokale ferdigheter.

Stemmen ikke ferdig utviklet

Barns stemmekvalitet er ikke lik voksnes, og det skal den heller ikke være! Barnestemmen har andre fysiologiske egenskaper. Det er viktig at vi tar hensyn til dette og tilrettelegger for en sunn stemmebruk

Alle barn har ulike vokale forutsetninger, men noen elementer går oftere igjen enn andre:

- **Både ansatsrør og stemmebånd er korte**

Dette fører til at stemmen naturlig klinger i et lysere leie og med en relativt luftig klang (gutter har ofte tettere klang enn jenter).

- **Mindre mulighet for store dynamiske forskjeller**

Barn har begrensede muligheter i forhold til dynamisk variasjon, toneomfang og fleksibilitet. De har også mindre utholdenhet i forhold til pust.

- **Stemmeleppene tåler mindre belastning**

Ligamentet som etter hvert skal omslutte vokalismuskelen (stemmeleppene) begynner først å utvikle seg når barnet er rundt fire år gammelt. Det er ikke ferdig utviklet før etter puberteten. Ligamentets funksjon er å beskytte stemmen mot overbelastning. Stemmeleppene er med andre ord mindre beskyttet hos barna, og tåler derfor mindre belastning.

Det stemmetekniske arbeidet med barnestemmer skal ikke undervurderes. Jeg vil anbefale å jobbe med følgende:

- **Stimuler god kroppsholdning - oppreist og avspent.**
- **Løse knær er viktig fordi dette er avgjørende for god pust.**
- **Eliminer uhensiktsmessige spenninger i ansikt, nakke og kjeve.**

Stimuler en fri pust

Setningen "pust med magen" misforstås ofte og fører til en for høy aktivitet i magemuskulaturen. Fokuser heller på at barna skal puste lydløst samtidig som de holder skuldrene i ro. Da oppnår man som regel den dype pusten man er ute etter. Unngå helst å prate om "støtte" i arbeid med barn. God holdning og god pust danner et godt fundament for å kunne arbeide med dette på et senere tidspunkt.

Jobb med tydelig tekst, og da spesielt klare og lange vokaler. Dette fremmer over tid den stabiliteten i strupen som vi trenger for å opparbeide god resonans.

- **Framhev en avspent sangstil. Å synge skal aldri gjøre vondt!**

Artikkelen er skrevet av sangpedagog Randi Margrethe Clausen. Hun jobber bl.a. i Fredrikstad Domkirke og holder kurs i stemmebruk for barn og voksne.