



Inwooncursus 2009

**Klink klaar en helder... kleur je stem
(niet).**

Dr. Bernadette Timmermans



Inhoud

- **Perceptuele training**
 - Parameters
 - Toonhoogte
 - Volume
 - Kwaliteit
- **Affectieve interpretatie**
 - Codes
 - Frequentiecode
 - Intensiteitscode
 - Kwaliteitscode
- **Eigen stem**

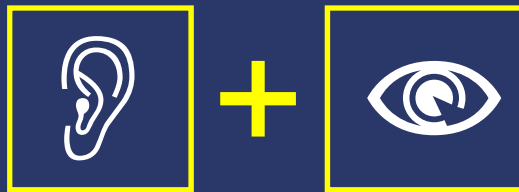


Deel 1

domus
medica

vereniging van huisartsen

Perceptuele training





Perceptuele training

- **Doelstellingen**
 - Detectie van stemproblemen
 - Preventie
 - Beroepskeuze: professionele stemgebruiker?



Perceptuele training

- **Luisteren naar**

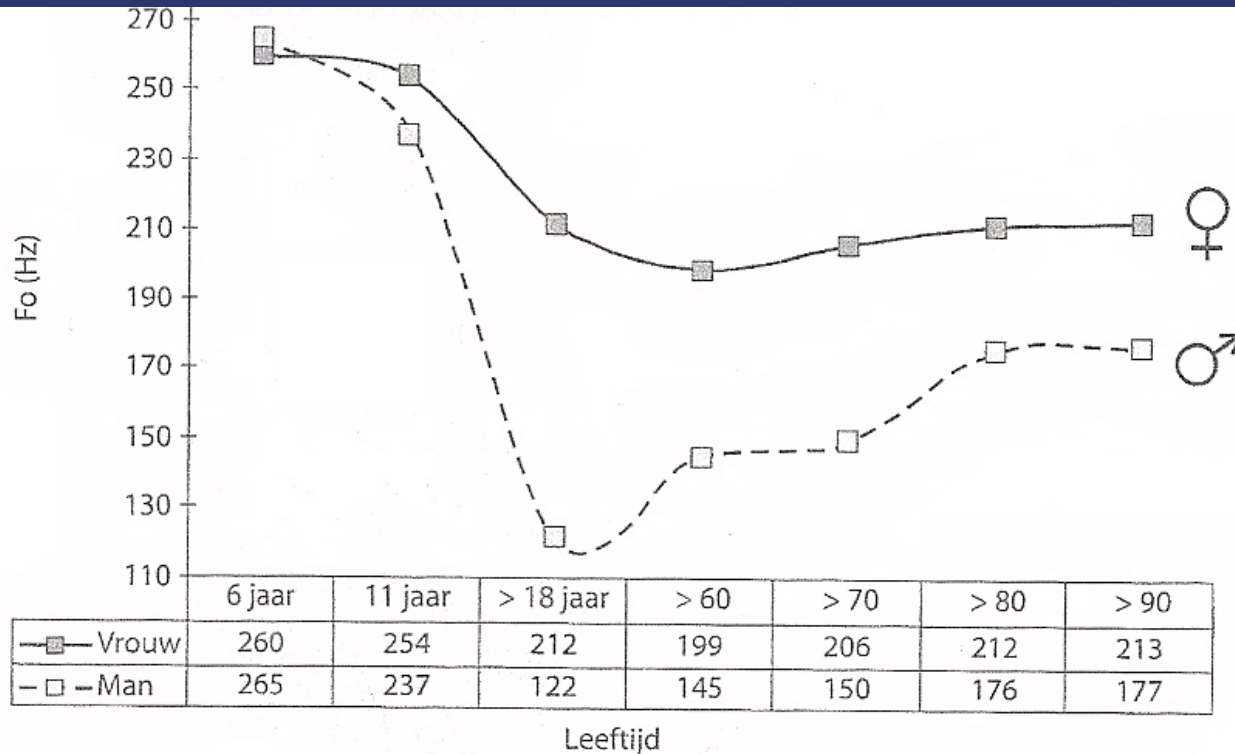
Toonhoogte te hoog of te laag - goed

Volume te luid of te zacht - goed

Kwaliteit graad van heesheid/helderheid
(G-score)



Luister: toonhoogte



Mutatieproblemen



Luister: volume

- In hoeverre is er controle over de luidheid? Is fluisteren mogelijk?
- Economisch omgaan met je stem
Niet luid spreken als dat niet nodig is



Luister: stemkwaliteit

- Klinkt een stem zuiver/helder of niet?
- Perceptuele beoordelingschaal: G-score
 - Verschillende kwaliteitsparameters: GRBASI
 - Vierpuntschaal
 - 0 = normaal
 - 1 = licht gestoord
 - 2 = matig gestoord
 - 3 = ernstig gestoord

Voorbeeld: $G_2R_2B_2A_1S_0I_0$



Voorwaarden zuivere stem

domus
medica

vereniging van huisartsen

Anatomisch: gave en gezonde stemplooien

Fysiologisch: juist gebruik van de stem

Psychologisch: persoonlijkheidskenmerken



normale stemplooien



Afwijkende stemkwaliteit

Anatomisch: beschadigde stemplooien

👂 cyste

👂 knobbels

👂 poliep



👂 paralyse/parese



Luister: G-score

G rade	graad, mate, ernst stemafwijking
R ough	ruwheid, schorheid, onregelmatigheid
B reathy	wilde lucht, lekkage van lucht
A sthenic	gebrek aan kracht, zwakheid
S train	gespannen, hoge F_0
I rregularity	stemtremor, spasmodische stem



Grade Tom Waits

- Album Closing Time 1973 
- Album Bone Machine 1992 
- Album Orphans 2006 



Bekende stemmen!









domus
medica

vereniging van huisartsen

- Ozark Henry 
- Sarah Bettens 
- Paolo Conte 
- Rod Stewart 








- **Graad van heesheid**

G0 : een normale stem	(M)		(V)	
G1 : een klein probleem	(M)		(V)	
G2 : een matig probleem	(M)		(V)	
G3 : een zwaar probleem	(M)		(V)	



Veranker toonhoogte

- Hoger/lager?

- Normale toonhoogte (M)  (V) 
- Te hoge toonhoogte (M)  (V) 
- Te lage toonhoogte (M) (V) 

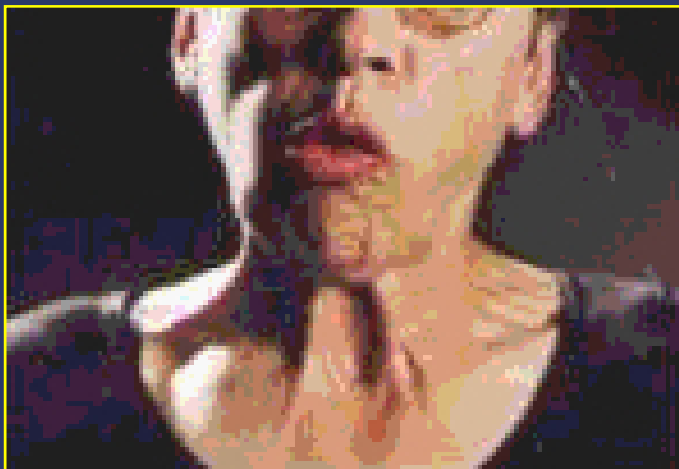


Kijken naar stemmen

domus
medica

vereniging van huisartsen

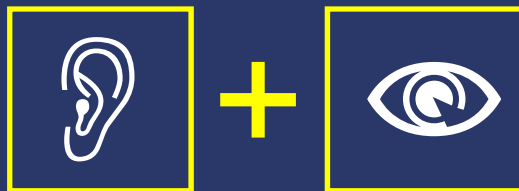
- Kijken naar hele lichaam:
Hypotoon versus hypertoon?





Deel 2

Affectieve interpretatie





Affectieve interpretatie

- Doelstellingen
 - Wat zegt deze stem u?
 - Hoe kun je je eigen stem sturen?



Affectieve interpretatie

domus
medica

vereniging van huisartsen

- Frequentiecode
- Intensiteitcode
- Kwaliteitscode



Frequentiecode

- Verschil in geslacht
- Sociale rol
 - Lage stem / mannelijkheid
 - Dominantie
 - Vertrouwen
 - Bescherming
 - Controle
 - Hoge stem / vrouwelijkheid
 - Onderworpenheid
 - Kwetsbaarheid
 - Vriendelijkheid

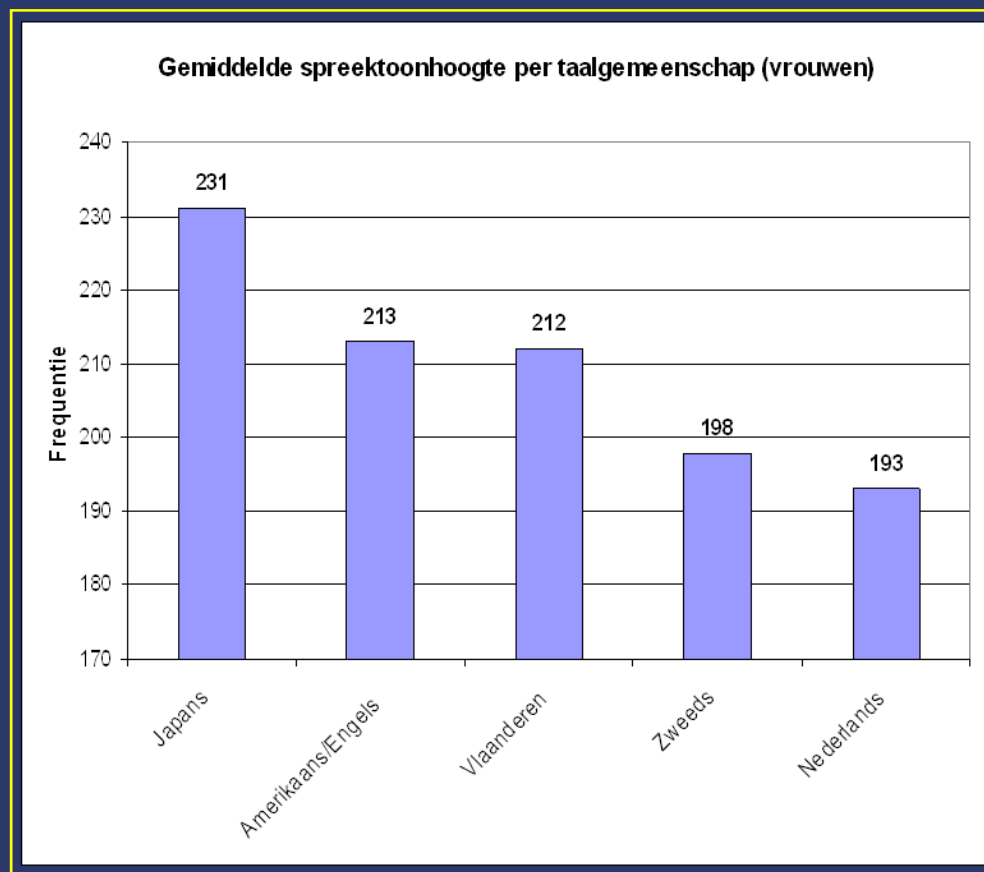
= eigenschappen die de spreker wil uitstralen



Frequentiecode op wereldschaal

domus
medica

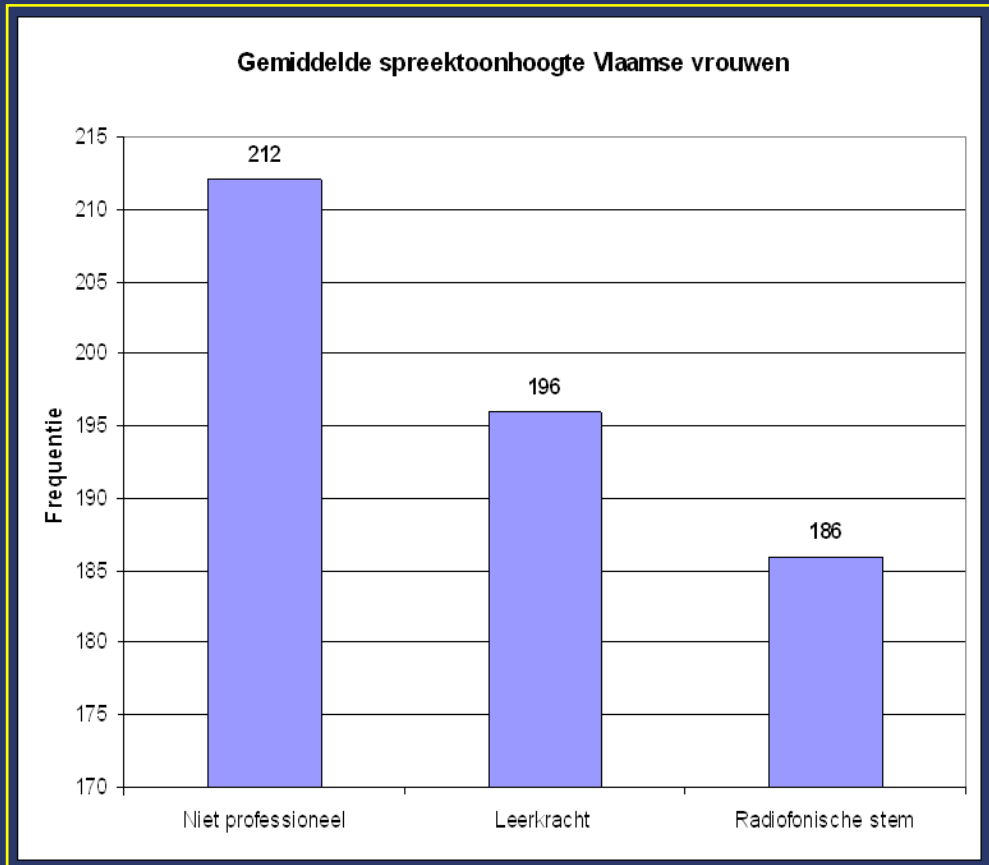
vereniging van huisartsen



Globale toonhoogte = cultureel gegeven
en varieert naargelang de taalgemeenschap



Frequentiecode professioneel



Implicaties op intonatie:
inclinatie en declinatie



Intensiteitcode

- Luide stem
 - Agressief
 - Dominant
- Stille stem
 - Onderdanig
 - Zacht



Kwaliteitcode

domus
medica

vereniging van huisartsen

- Cultuur en taalgemeenschap
 - Noordwaarts: zuivere stemmen
 - 👂 Gunnhild Tvinnereim
 - Zuidwaarts: schorre stemmen
 - 👂 Paolo Conte





Deel 3

domus
medica

vereniging van huisartsen

Eigen stem oefenen



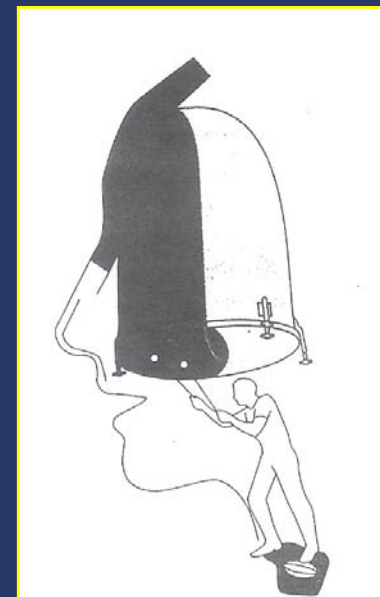


Een warme stem.....?

domus
medica

vereniging van huisartsen

- Warm en ontspannen stemgeluid
- Laat je strottenhoofd zakken
- Kijk dom!
- Steek het spreken in je neus
- Richt je stem en spreken naar voor
 - muilkorfje
 - neusvleugel
 - borstbeen



in gedachten verzonken
mandenmakers kennen
magere melk drinken
zonnewering van aluminium
in deinende branding



Besluit

Goede stem > < mooie stem

- Goede stem =
Een gezonde stem en een heldere stem
die veel aankan
- Mooie stem =
Een stem die iets uitstraalt, die voor iets
of iemand staat