



Starke Frau mit starker Stimme,  
Birgit Ellmerer. Bild: Mark Hochstrasser, Starpicture

Die sich als genetische Österreicherin bezeichnende Birgit Ellmerer ist in Bern keine Unbekannte. Ihre Auftritte als Jazz-, Blues- und Rocksängerin sind legendär, ihre Stimmtrainings beliebt und von vielen bekannten und weniger bekannten Leuten in Bern, der Schweiz und dem nahen Ausland gefragt. So coacht sie nebst PolitikerInnen auch SängerInnen, FirmensprecherInnen, ModeratorInnen und v. m. Sie sagt, das Stimmcoaching sei eines der effizientesten Coachings und bereits nach fünf Lektionen stellten sich hörbare Erfolge ein, um sich selbstbewusster zu bewegen. Den AfdN hat es Wunder genommen, was ein Stimmtraining beinhaltet, wer Birgit Ellmerer privat und geschäftlich ist und was ihr den Antrieb gab, als Stimmcoach und Sängerin vor Publikum zu stehen.

#### Wie wurdest du Stimmcoach?

Indem ich nach der Jazzschule Bern auf der Suche nach meiner Stimme war. Ich suchte jemanden, der mir helfen konnte, mein stimmliches Potenzial zu entfalten. So kam es, dass ich bei verschiedenen StimmtrainerInnen und GesangspädagogInnen in Europa und den USA in die «Lehre» ging und schliesslich über die Jahre meine eigene Methode entwickelte («Your Voice Is Your Brand»). 2004 erwarb ich noch ein Diplom als «Integrative Stimmtrainerin» in Deutschland.

#### Hast du schon als Kind mit deiner Stimme experimentiert?

Ja, bei uns wurde viel gesungen. Leider wird heute in den Schulen viel weniger gesungen. Kinder werden mit Musik überhäuft, schaffen aber, was mich erschreckt, keine Mehrstimmigkeit mehr. Statt Kindern ein Instrument zu geben, wäre es wichtig, sie zuerst singen zu lassen. Die Stimme und der Körper sind in meinen Augen das erste und das wichtigste Instrument.

#### Wenn du singst, was bewegt es in dir?

Singen ist eine sehr körperliche Sache. Singen kann wecken (Powersingen), die Energie mobilisieren. Beim Singen bewegt es mich, Teil eines Ganzen, der Band, zu sein und zusammen etwas kreieren zu können. Und in einen «Flow» mit dem Publikum zu kommen, ist auch sehr bewegend und kann mitunter zu Tränen rühren.

#### Wer besucht ein Stimmtraining?

Das sind Privatpersonen, Sängerinnen und Sänger, Rednerinnen und Redner, Politikerinnen und Politiker, Businessleute, aber auch viele Grossfirmen, die sich ein «In-House-Coaching» wünschen oder ein Firmenseminar mit mir durchführen.

#### Wie kann ich mir ein Stimmtraining vorstellen und weshalb besuchen Menschen dieses?

Das grösste Thema ist immer, dass Leute glauben, sie könnten nicht überzeugen und würden nicht gehört. Dahinter stehen oft lange Geschichten ... Wenn man an der Stimme arbeitet, arbeitet man immer an der Persönlichkeit und entfaltet diese. In der Schweiz haben Frauen immer noch grosse Mühe, sich den ihnen zustehenden Raum zu nehmen und stellen ihr Licht gerne unter den Scheffel. Stimme braucht Raum. Eine Stimme wirkt nur dann tragfähig, überzeugend und authentisch, wenn sie in den Körper resoniert. Spannend ist, dass Frauenstimmen in den letzten 30 Jahren um eine Terz gesunken sind. Angefangen haben diese Veränderungen in Skandinavien, wo Frauen die Gleichberechtigung leben. Die vielen Forschungen besagen, dass in einer patriarchalen Gesellschaft die Frauenstimmen höher sind, sich den Raum also nicht nehmen, um befreit mit kräftigen tragfähigen Stimmen aufzutreten.

#### Wie gelingt eine schöne Stimme?

Ich sage den Leuten immer: Versuche so hässlich wie möglich zu singen. Dann singen sie authentisch und berührend (schön, ist ein relativer Begriff in der Kunst), weil Druck und Erwartungshaltung wegfallen. Eine schöne Stimme für mich ist eine, die berührt und die authentisch, warm und entspannt ist.

#### Wer hat für dein Empfinden eine schöne Stimme?

Diana Krall, Marie-Jane Blige. Doris Leuthard hat eine schöne Stimme und auch Suzanne Thoma. Barack Obama, Rag n' Bone Man, der Berner Sänger Pascal Dussex.

#### Welche Stimme ist eine «ehrliche Stimme»?

Die authentische, entfaltete Stimme. Sie ist es auch, die mich in meinen Coachings interessiert. Eine Stimme ist authentisch, wenn die Stimme ungehindert fliessen kann. Wenn das Zusammenspiel von Mundwerk, Kehlkopfmuskulatur und Atmung harmonisch funktioniert und die Stimme in den Körper klingt.

#### Was ist stimmlich wichtig, wenn man eine Rede hält?

Das Sprechtempo drosseln, damit jedes Wort seinen Raum erhält. Kommas, Punkte und Absätze hörbar machen. Die Endungen nicht verschlucken. Keine zu langen, verschachtelten Sätze machen. Auf den Punkt kommen. Ich kann mit meiner Stimme einen Text «gestalten» und das Gesagte wirken lassen. Und je strukturierter eine Rede ist, desto besser ist sie.

#### Welche Geschichte ist besonders schön?

Den authentischsten Moment erlebte ich mit einem autistischen jungen Mann, der zu mir kam, um zu singen. Ich sagte ihm: «Weisst du, dass du eine ganz schöne Stimme hast?» und er horchte in sich rein, blickte mich an und sagte: «Das ist schön.»

#### Gibt es die typisch weibliche bzw. männliche Stimme?

Typisch nicht, aber für mich ist es von Bedeutung, ob jemand in seiner Weiblich- bzw. Männlichkeit steht. Das hat damit zu tun, wie ich als Mann oder als Frau während des

«Frauen müssen mehr in ihre Stimme investieren. Sie haben einen kleineren Kehlkopf.»

Sprechens in meinem Körper stehe und wie ich meinen Körper als «Instrument» benutze. Margret Thatcher hatte zum Beispiel einen Stimmtrainer. Sie sprach anfänglich ganz pseudoweiblich, wie es in den Fünfzigerjahren Mode war, und nachdem sie mit dem Stimmcoach gearbeitet hatte, entwickelte sich ihre Stimme allmählich Richtung «Iron Lady».

#### Die weibliche Stimme galt lange als eher hoch und leise.

Frauen müssen mehr in ihre Stimme investieren. Sie haben von Natur aus einen kleineren Kehlkopf. Aber eine dünne Stimme kann trainiert werden. Wichtig ist auch hier wieder,



Mit Herzblut dabei, Birgit während ihrer Stimmcoachings. Bild: Remo Ubezio

## CORINNAS QUARTIER TALK

mit  
BIRGIT ELLMERER

### PERSÖNLICH

Birgit wurde in Meiringen als dritte Tochter ihrer österreichischen Eltern geboren. Als sie zehn Jahre alt war, zog die Mutter mit den beiden jüngeren Töchtern zurück nach Kärnten, wo Birgit eine Klosterschule besuchte, die Mutter nochmals heiratete und zuhause viel gesungen wurde. Die Familie war seit jeher politisch versiert, was dazu führte, dass auch Birgit und ihre Schwester schon jung politisch aktiv waren. Aus jener Zeit zeugt eine Fotografie, auf der Birgit, die mit 16 Jahren zurück in die Schweiz gekehrt war, als junge Aktivistin der Jugendbewegung der Achtziger mit grün gefärbten Haaren zu sehen ist. Das Bild zierte einst die Titelseite des «Bund» und des «Matin» und hängt heute im Landesmuseum Zürich. Mit Musik kam sie in der WG-Zeit noch tiefer in Berührung, als Birgit mit bekannten Musikern die WG teilte. Zuerst wurde sie aber Heilpädagogin und arbeitet auch heute noch Teilzeit in diesem Beruf. Vor drei Jahren, nach der Trennung von ihrem Mann, der ebenfalls Musiker ist, musste Birgit ihre Existenz komplett neu ordnen, baute ihr Geschäft als «Business-Stimmcoach» auf und lebt seither in einer Wohnung mit Praxis-/Arbeitsraum in der Lorraine.

dass der Körper beim Sprechen mit-schwingt/mitresoniert und die für einen «brustigen» Stimmklang zuständige Kehlkopfmuskulatur aktiviert ist. Es muss nicht jeder laut sein. Wir leben ja in einer sehr lauten und extrovertierten Welt. Mitunter kann eine feine Stimme auch tragend und präsent sein.

#### Gibt es kulturelle Stimm-Unterschiede?

Es ist bewiesen, dass je patriarchaler eine Gesellschaft, desto höher die Frauenstimmen. Es gibt aber auch Schönheitsideale, genetisch bedingte Einflüsse. Typisch länderspezifische Stimmen existieren hingegen nicht.

📍 [www.ellmerer.ch](http://www.ellmerer.ch)

Alle bisher erschienenen TALKS von Corinna E. Marti finden Sie auf unserem Web: [www.afdn.ch](http://www.afdn.ch) > Nordquartier > Quartier-Talk