

# Sprechen im Unterricht



Es muss ja nicht gleich zur Operndiva reichen – eine geschulte Stimme ist auch im Lehrerberuf wichtig.

Die Stimme ist sicherlich das wichtigste „Unterrichtsmaterial“, das einer Lehrkraft zur Verfügung steht. Mit ihr kann sie begeistern, ermahnen, beruhigen, zur Ordnung rufen, Wissen vermitteln und so den Lernerfolg der Schülerinnen und Schüler entscheidend beeinflussen. Allerdings ist die Stimme auch besonders gefordert – nach Opernsängern sind Lehrpersonen die stimmlich am stärksten belastete Berufsgruppe. Und das in der Regel ohne Stimmtraining!

Dabei hat Durchsetzungsfähigkeit, auch im Klassenraum, sehr viel mit Körpersprache und Stimme zu tun. Eine positive Ausstrahlung, eine sichere, verständliche Sprache und deutliches Sprechen sind auch Voraussetzung dafür, dass Schüler besser lernen können. Studien haben ergeben, dass der Lernerfolg von der Stimme der Lehrkraft beeinflusst wird, indem sie Zugewandtheit, Freundlichkeit, aber auch Desinteresse und Ablehnung vermitteln kann.

## DGSS e.V.

Der Deutschen Gesellschaft für Sprechwissenschaft und Sprecherziehung (DGSS) geht es um die Pflege der mündlichen Kommunikation ebenso wie um die Ausbildung von Fachkräften für Sprecherziehung. Auf der Homepage der Gesellschaft kann man auch qualifizierte und im Fach-Verband organisierte Trainerinnen und Trainer finden, die in Einzel- oder Gruppencoachings Kurse anbieten.

Frau Prof. Dr. Christa M. Heilmann, ehemalige Vorsitzende der DGSS e. V., hat uns einige Fragen beantwortet und Tipps gegeben, wie Lehrkräfte ihre Stimme schonen und schulen können. Vielfach ist einem ja gar nicht bewusst, wie die eigene Stimme beim Gegenüber „ankommt“ oder wie man sie beeinflussen kann. Doch genau das ist möglich und wird von professionellen Trainerinnen und Trainern gelehrt.

Fast jede zweite Lehrkraft gilt als stimmlich belastet, langfristig kann das sogar zur Berufsunfähigkeit führen. Da ist es wichtig, frühzeitig Vorsorge zu treffen und der Stimme die ihr gebührende Aufmerksamkeit zu schenken.

Hier ein paar allgemeine Tipps für den Alltag:

- Wärmen Sie morgens Ihre Stimme mit leichten Stimmübungen wie leises Summen, entspanntes Brummen, gleitende Töne nach oben und unten auf. Achten Sie dabei auf lockere Gesichts- und Halsmuskulatur.
- Nehmen Sie Heiserkeit, Räusperzwang etc. ernst und reagieren Sie sofort (Stimmruhe, Arztbesuch).
- Trinken Sie ausreichend, sorgen Sie für frische Luft im Klassenzimmer.
- Versuchen Sie nicht, die Klasse zu übertönen, sondern suchen Sie alternative Wege, um sich Gehör zu verschaffen (Gestik und Mimik, Pausen, leises Sprechen).
- Achten Sie auf eine ausgeglichene Spannung des Körpers und der Sprechorgane.
- Reduzieren Sie Umgebungslärm (Fenster schließen, Geräte wie den Beamer ausschalten etc.).
- Und vor allem: Lernen Sie unter professioneller Anleitung, wie Sie sich gut und deutlich artikulieren können, ohne mit „Kraftstimme“ sprechen zu müssen.

## Info

Der Logopäde und Stimmtrainer **Christian Erhard** bietet auf seiner Homepage viele Informationen und Seminare, auch gezielt für die Berufsgruppe der Lehrer.  
**Weitere Informationen:** [www.starke-stimme.de](http://www.starke-stimme.de)

In der **Universität Leipzig** ist die Stimmbildung schon in der Lehrerausbildung ein wichtiges Thema. Hier wurde die Initiative „Sprecherziehung im Lehramt“ ins Leben gerufen. Eine Sendung des **Deutschlandfunks** zum Thema, wie Lehrkräfte ihre Stimme trainieren können, ist hier abrufbar: <https://bit.ly/2l2Na8R>  
**Weitere Informationen unter:** <https://bit.ly/2l2ttwmK>

Die **Deutsche Gesellschaft für Sprechwissenschaft und Sprecherziehung e.V. (DGSS)** ist ein 1930 gegründeter Wissenschafts- und Berufsverband von Sprecherziehern und Sprechwissenschaftlern in Deutschland. Es handelt sich um eine Körperschaft des privaten Rechts mit Sitz in Münster. Ihr Ziel ist es, die Lehre und Pflege der mündlichen Kommunikation zu fördern. Sie unterstützt die Verbindung von Sprechwissenschaft und sprecherzieherischer Praxis, die Aus- und Fortbildung von Sprecherziehern sowie die Entwicklung und Förderung entsprechender universitärer Studiengänge. Die DGSS entwickelt methodisch-didaktische und berufspolitische Konzepte. Der Verband zählt derzeit über 850 Mitglieder. 2016 feierte die Gesellschaft 85-jähriges Jubiläum.

**Weitere Informationen:** [www.dgss.de](http://www.dgss.de)