



DGSS e. V.

Deutsche Gesellschaft für

Sprechwissenschaft und

Sprecherziehung

<http://www.dgss.de/>

PRESSEMITTEILUNG

World Voice Day am 16. April 2021: DGSS gibt hilfreiche Tipps für die Stimme

Unsere Stimme als Verbindung zur Welt

Münster, 8. April 2021. Kontakt über die Distanz? Am 16. April feiern Menschen rund um den Globus anlässlich des jährlichen World Voice Day die menschliche Stimme in all ihren Facetten. In diesem Jahr findet der World Voice Day unter dem Motto „ONE WORLD|MANY VOICES“ statt. Passend dazu informieren Expertinnen der Deutschen Gesellschaft für Sprechwissenschaft und Sprecherziehung e. V. (DGSS) über das Thema Stimmgesundheit, geben Anregungen für die Stimmarbeit und erklären, warum wir besonders jetzt bewusst mit der Stimme umgehen sollten.

One World – Many Voices: Mit unserer Stimme transportieren wir Ideen, Vorhaben und verschaffen uns Gehör. Für Verkäufer*innen, Politiker*innen, Lehrer*innen und viele andere Berufe ist die Stimme essenziell in der täglichen Arbeit. Spätestens bei Problemen wie Heiserkeit, Kurzatmigkeit und Lampenfieber stellt sich die Frage: Wie komme ich stimmlich gut durchs Leben? „Unsere Stimme ist ein Schlüsselement für gelingende Kommunikation – wir sollten sensibel mit ihr umgehen“, sagt Dr. Clara Luise Finke, Bereichsleiterin Sprechwissenschaft am Zentrum für Lehrerbildung und Schulforschung der Universität Leipzig. Aus ihrem beruflichen Alltag kennt sie die Herausforderungen, die mit starker stimmlicher Beanspruchung einhergehen. Sie rät Berufssprecher*innen: „Einfache tägliche Übungen können helfen, die Muskulatur in unserem Stimmapparat zu erwärmen und zu trainieren und damit auf besondere Anstrengungen vorzubereiten – ähnlich wie beim Sport.“

Ihr Pressekontakt zur DGSS:

**Deutsche Gesellschaft für Sprechwissenschaft
und Sprecherziehung e. V. (DGSS)**

Anna Wichtmann
Ostenhellweg 4b
D-59494 Soest

Mobil: +49 (0)170 1475574
E-Mail: presse@dgss.de
Website: www.dgss.de



DGSS e. V.

Deutsche Gesellschaft für

Sprechwissenschaft und

Sprecherziehung

<http://www.dgss.de/>

PRESSEMITTEILUNG

Besonders in der aktuellen Situation rückt die Stimme in den Fokus: „In einer Zeit, in der Begegnungen in digitale Kanäle hinein schrumpfen, Berührungen fehlen und die Gesichter hinter Masken verschwinden, ist es doch eins, was bleibt: die Berührung durch die Stimme“, sagt Diplom-Sprecherin, Stimmtrainerin und Coach Anne Kühl aus Hamburg. Mit ihren Klient*innen arbeitet sie am persönlichen Auftritt und dem richtigen Einsatz der Stimme. „Die Stimme als Kontaktkanal ist in dieser Zeit bedeutsamer als je zuvor. Deshalb stellen sich immer mehr Menschen die Frage: Wie kann ich meine Stimme noch gezielter einsetzen?“

Stimm-Tipp von Dr. Clara Luise Finke: Der Atem ist die Basis für eine kraftvolle Stimme. Beobachten Sie Ihre Atmung. Stellen Sie sich ruhig hin, legen Sie eine Hand auf den Bauch und nehmen Sie die Atmung wahr. Stellen Sie sich eine Hummel vor, die umherfliegt und summt. Heben Sie einen Zeigefinger und malen Sie in der Luft die Flugbahn nach. Dabei machen Sie einen vibrierenden, stimmhaften „W“-Laut. Variieren Sie Tonhöhe und Intensität und beobachten Sie sich: Wie verändern sich die muskulären Spannungen im Bauch? Verändert sich der Bauchumfang? Was passiert mit der Atmung? Können Sie Ihr Zwerchfell spüren? Mit dieser Übung wärmen Sie Ihre Stimme auf und machen sich Ihre Atmung bewusst.

Stimm-Tipp von Anne Kühl: Um die eigene Stimme kennen zu lernen, holen Sie sich Feedback. Bitten Sie Freunde gezielt, ein bis zwei Minuten lang mit geschlossenen Augen Ihrer Stimme zu lauschen, z.B. wenn Sie von einem Erlebnis erzählen. Dann stellen Sie ihnen Fragen: „Wie empfindest du meine Stimme? Welche Besonderheiten hörst du darin? Woran erinnert sie dich? Wenn meine Stimme ein Tier, ein Land, ein Musikstück wäre - was wäre sie dann?“ So erhalten Sie wertvolle Informationen über

Ihr Pressekontakt zur DGSS:

**Deutsche Gesellschaft für Sprechwissenschaft
und Sprecherziehung e. V. (DGSS)**

Anna Wichtmann
Ostenhellweg 4b
D-59494 Soest

Mobil: +49 (0)170 1475574
E-Mail: presse@dgss.de
Website: www.dgss.de



DGSS e. V.

Deutsche Gesellschaft für

Sprechwissenschaft und

Sprecherziehung

<http://www.dgss.de/>

PRESSEMITTEILUNG

die Wirkung Ihrer Stimme und können ab sofort Ihre Stärken noch bewusster einsetzen.

Über die DGSS:

*Mündliche Kommunikation ist der Schlüssel zu guten menschlichen Beziehungen sowohl auf dem Bildungs- und Wirtschaftssektor als auch im Privatleben. Die Deutsche Gesellschaft für Sprechwissenschaft und Sprecherziehung e. V. (DGSS) ist ein Wissenschafts- und Berufsverband. Er hat das Ziel, mündliche Kommunikation in Lehre und Forschung zu fördern. Sprechwissenschaft und Sprecherziehung beschäftigen sich mit dem breiten Feld mündlicher Kommunikation in all ihren Ausprägungen – vom Bühnensprechen bis zur Gesprächsführung. Ausgebildete Sprecherzieher*innen/Sprechwissenschaftler*innen sind in diesen Bereichen umfassend qualifiziert. Viele Mitglieder des Verbands sind zudem in Forschung und Lehre an Universitäten tätig. Weitere Informationen unter www.dgss.de.*

Ihr Pressekontakt zur DGSS:

Deutsche Gesellschaft für Sprechwissenschaft und Sprecherziehung e. V. (DGSS)

Anna Wichtmann
Ostenhellweg 4b
D-59494 Soest

Mobil: +49 (0)170 1475574
E-Mail: presse@dgss.de
Website: www.dgss.de