

# Stimmprobleme

## Beitrag von „carla-emilia“ vom 6. Oktober 2005 18:52

Hallo,

heute ist zum ersten Mal das passiert, was ich immer gehofft hatte, irgendwie vermeiden zu können: Meine Stimme hat angefangen, mir den Dienst zu versagen. 😊

Ich muss dazu sagen, dass ich seit diesem Schuljahr auf voller Stelle mit mehreren großen und lebhaften bis sehr unruhigen Klassen arbeite. Nachdem ich heute früh in der ersten Stunde schon relativ laut reden musste, um meine eigene Klasse zu beruhigen, bekam ich dann in der zweiten Stunde in einer lauten Klasse wirklich Probleme. Ich musste husten, sobald ich etwas lauter redete und ich spürte bzw. spüre immer noch, dass meine Stimme deutlich angeschlagen ist.

Wenn ich Glück habe, ist es eine Erkältung (fühlt sich aber nicht so an), wenn ich Pech habe, dann habe ich jetzt ein Problem. 😕

Meine Stimmbänder (oder was auch immer ich da spüre) fühlen sich irgendwie gereizt an. Ich weiß jetzt schon, dass ich morgen wieder laut sprechen (nicht schreien!) muss - und zwar fast 5 Stunden am Stück!

Ich glaube, am Wochenende sitze ich stumm wie ein Fisch in der Gegend herum und schone meine Stimme. 😕

Wie geht es euch denn so mit eurem wichtigsten Arbeitsmittel? Was hilft bei Problemen wie den oben beschriebenen wirklich dauerhaft?

Im Voraus herzlichen Dank!

Liebe Grüße,  
Carla-Emilia