

Stimmprobleme

Beitrag von „Annika“ vom 20. Dezember 2007 11:43

Hallo ihr Lieben,

ich war auch kurz bei einer Logopädin, das hat es leider nicht gebracht - war eher frustrierend. Bei der Sprecherzieherin habe ich vor allem gelernt, dass jeder Mensch eine persönliche Sprechstimmlage hat, in der er auch sprechen sollte. Ich habe zu hoch gesprochen und damit meine Stimmbänder überstrapaziert. Außerdem habe ich falsch geatmet und meinen Körper verkrampft. Ich kann Euch leider nicht sagen wie ihr Eure Sprechstimme finden könnt. Meine Sprecherzieherin hat das einfach gehört und mich zu meiner Stimme "hingeführt". Wir haben auch viele Körperübungen gemacht, damit der Körper "durchlässig" für den Atem und die Stimme wird. Durchgedrückte Knie sind z.B. ein Tabu. Am Ende der Stunde besprechen wir immer die richtige Bildung der Vokale und Konsonanten (dts. Hochlautung). Eine deutliche Artikulation entlastet die Stimmbänder zusätzlich.

Wenn Ihr "vocalis-berlin" in Euer Browserfenster eingibt, findet Ihr die Webadresse meiner Stimmlehrerin. Sie gibt auch Kompaktkurse- das könnte für alle Nicht-Berliner interessant sein. Auf der Seite gibt es auch ein kleines Forum mit Tips zum Thema Stimmgesundheit.

Ich werde bald berichten, wie das "chorische Sprechen" mit meinen Schüler gelaufen ist.

Liebe Grüße,
Annika