

# Stimmpflege -- wer kennt ein gutes Buch?

Beitrag von „sally-ann“ vom 10. Januar 2014 21:14

Hallo Friesin,

ich habe im Studium ein Seminar belegt, wo es darum ging die Stimme bewusst einzusetzen / zu schonen / usw..

Im Rahmen dieses Seminars wurde uns folgendes Buch empfohlen und ich habe es mir auch gekauft. Ich finde das Buch sehr hilfreich, da konkrete Tipps gegeben werden, wie man richtig spricht bzw. was man vermeiden sollte.

Kann ich dir also empfehlen.

*Gut bei Stimme - Richtig sprechen im Unterricht* von Ingrid Amon (Beruf LehrerIn, inkl. Audio CD) kostete knapp 25 Euro

Hier sind einige Tipps, die ich noch in Erinnerung habe:

*Flüstern ist Gift für die Stimme - Vermeiden!!!*

*Nicht räuspern - Die Stimmbänder werden gereizt*

*Viel trinken - hält die Stimmbänder feucht*

*Vor dem Sprechen Stimme wärmen mit Übungen...*

*Auf Körperhaltung achten, richtig atmen, usw.*

...

Gute Besserung

sally-ann