

Häufige Heiserkeit nach einem Unterrichtstag

Beitrag von „Stan87“ vom 29. Juni 2017 23:36

Ich hatte das anfangs auch immer häufiger und dann zum ersten mal in meinem Leben noch eine Angina hinterher, mit Entzündung der Stimmbänder, sodass ich eine Woche gar nicht reden konnte und meine Kolloquium verschieben musste.

Hab mich dann tatsächlich gefragt woher das kommt, da ich ja sonst auch nicht auf den Mund gefallen bin 😊

Hab dann festgestellt, dass ich im Unterricht zwar oft die Methoden wechsele, aber generell einem Gespräch nicht aus dem Weg gehe. Zumindest damals am Anfang des selbständigen Unterrichtens.

Selbst wenn Partnerarbeit oder ähnliches angesagt war, ging ich immer wieder durch die Klasse, hab geschaut ob alles passt, hab Fragen zugelassen bzw. Hilfestellung gegeben und war nie in der Lage die Schüler einfach mal auf sich gestellt zu lassen.

Mittlerweile hat sich das geändert. Wenn die Schüler zu tun haben, dann halt ich die Klappe. Ich geh immer noch durch, aber bei Fragen nach Hilfe antworte ich meist, dass wir es später besprechen und sie es einfach mal versuchen sollen und geh weiter. Die wissen ja was zu tun ist, wenn sie nur mal lesen würden 😊

Noch ein Tipp: Ich hab außerdem festgestellt, dass ich früher bei hohem Lärmpegel dagegen ankämpfe und lauter werde. Mittlerweile steh ich es aus, warte ab, klopfe an die Tafel oder sonst etwas damit Ruhe ist.

Aber ich opfer nicht meine Stimme. Wir Lehrer reden genug, also vermeide es, wenn es sich vermeiden lässt 😊

Ich hatte übrigens seit der Angina nie wieder Probleme.