

# **Überall angenommen- Qual der Wahl**

**Beitrag von „Lehrerin2007“ vom 16. August 2021 22:38**

Ich persönlich habe den Eindruck, dass, je älter man wird, man die Lautstärke weniger abkann. Als (ganz) junger Mensch hat mir das wenig ausgemacht, als nun etwas weniger junger Mensch macht es mir mehr aus, ist mir aufgefallen, nicht nur als Lehrerin in der Schule, sondern auch generell.

Allerdings ist die Lautstärke ja meist kein Dauerzustand, der den ganzen Tag anhält (Ausnahmen gibt es sicherlich). Klar, in den Pausen schon, aber da steht man ja nicht unbedingt im Klassenzimmer (ja nach Schulart), während des Unterrichts kann man für (relative) Ruhe sorgen, je nach Unterrichtsform. Gerade bei Projektarbeit wäre es wichtig, dass der Geräuschpegel ein gewisses Maß nicht überschreitet.

Es gibt auch Lärmampeln oder Apps, die dabei behilflich sein können.

Man weiß heute, dass Lärm krank machen kann, und wenn du dir schon vor dem Berufsstart Gedanken darum machst, weil du weißt, dass du da empfindlich bist, sollte das ein ganz wichtiges Ziel sein für deinen Schulalltag, dass du den Lärmpegel in deinen Klassen möglichst gering hältst, dir nicht angewöhnst, selbst immer lauter zu sprechen, um die SuS zu übertönen (das ist nämlich auch sehr anstrengend), sondern von Anfang an Kommunikations- und Verhaltensregeln klar formulierst, einforderst und bei Verstößen sanktionierst. Ist natürlich leichter gesagt als getan, aber ein wenig Erfahrung sammeln und verschiedene Dinge ausprobieren muss man schon.

Leider ist nicht selten auch die Architektur der Gebäude / Klassenräume selbst Schuld daran, dass alles einfach lauter ist. In Klassenräumen, die bei uns zuletzt neu eingerichtet wurden, befindet sich z.B. moderneres Mobiliar, "leiserer" Boden (man hört das Schieben der Stühle nicht so laut) und Schallwände (Wandabsorber). Man kann nur hoffen, dass in den nächsten Jahren immer mehr Klassenzimmer so ausgestattet werden (aber wir wissen ja leider alle, dass sowas seeeeehr lange dauert. Die meisten Klassenzimmer bei uns sehen so aus wie noch zu meiner Schulzeit...).

Für mich ist es auch eine Erholung nach einem anstrengenden oder lauten Schultag auf dem Rad durch den Park heimzufahren oder im Auto bewusst ohne Radio. Damit kann ich die Lärmbelastung wieder etwas ausgleichen.