

# Wie kann ich selbstbewusster unterrichten?

Beitrag von „Quittengelee“ vom 3. November 2025 12:44

[Zitat von s3g4](#)

Es dauert eben bis man sich grundsätzlich sicher bewegen kann. Die Gruppe merkt sehr schnell, wenn irgendwo noch Unsicherheiten bestehen. Wichtig ist auch, dass man dafür offen sein muss Fehler zu machen bzw. etwas mal nicht zu wissen. Mir geht das persönlich gar nicht mehr Nahe, wenn ich was falsch gemacht habe oder etwas nicht weiß. Eher im Gegenteil, finde ich es gut, wenn meine Fehler gefunden werden 😊

Natürlich dürfen Fehler nicht ständig passieren, geschenkt.

Mir würde beides keinen Spaß machen und hatte auch nicht das Bedürfnis nach irgendeiner Stimmbildenden Maßnahme. Ich rede schon immer relativ leise, weil ich laut anstrengend finde. Ich muss nur etwas aufpassen, dass es nicht zu leise ist, weil meine Stimme auch ziemlich tief ist.

Ich gestalte den Unterricht eben so, dass es dazu passt. Ich rede nie gegen die Lerngruppe, sondern mit ihr.

Ob das an einer anderen Schulform auch funktionieren würde, weiß ich nicht. Aber auch in den Übergangsbildungsgängen hat das gut funktioniert.

Naja zum einen geht es darum, dass die TE sich unsicher fühlt, jede Form von Sicherheit ändert etwas an ihrem Gefühl, dazu können auch Atemtechniken und eine sichere Stimme gehören. Es geht ja um ihr Gefühl, nicht um deins.

Zum zweiten hatten alle Lehramtsstudent\*innen Stimmbildung, weil die Stimme ein wichtiges Werkzeug ist in unserem Beruf und wenn man zu laut/zu hoch etc. spricht, macht man sich die Stimme dauerhaft kaputt.