

Zu A 1.6 Stimmübungen

Die folgenden Stimmübungen können Ihnen helfen, wenn Sie beim Sprechen vor vielen Menschen unsicher sind.

1. Deutlich sprechen üben

Arbeitsform: einzeln

Bereiten Sie einen kurzen Text, zum Beispiel einen Nachrichtentext, gut vor. Wenn Ihnen der Text vertraut ist, lesen Sie ihn laut. Nehmen Sie sich selbst beim Lesen mit dem Handy auf, zuerst indem Sie das Handy in Ihre Nähe legen. Später mit mehreren Metern Entfernung. Hören Sie anschließend die Aufnahmen und achten Sie besonders darauf, dass alle Laute und Wörter gut zu hören sind. Wiederholen Sie diese Übung, bis Sie mit dem Ergebnis zufrieden sind.

2. Lautstärke

Arbeitsform: Gruppe

Die Gruppe steht in einem Halbkreis um eine Sprecherin oder einen Sprecher. Diese/Dieser erzählt der Gruppe eine vorbereitete kurze Geschichte. Die Gruppe steht zunächst direkt vor ihr oder ihm und entfernt sich langsam. Die Sprecherin/Der Sprecher muss lauter werden, ohne zu brüllen. Tipp besonders für weibliche Stimmen: die Stimme bewusst eher tief halten.

3. Stimme und Emotion

Arbeitsform: Kleingruppen

Es werden kleine Gruppen gebildet. Überlegen und besprechen Sie, welche Gefühle oder Haltungen Sie heraushören können, wenn jemand spricht. Einigen Sie sich in der Klasse auf einen neutralen Satz, zum Beispiel: „Morgen treffe ich Karlotta.“ Jede Gruppe bekommt anschließend von der Lehrerin/vom Lehrer eine Stimmung genannt, z. B. nervös, ängstlich, wütend, erfreut. Nach einer kurzen Vorbereitungszeit spricht die Gruppe vor der Klasse gemeinsam in dieser Stimmung den Satz. Die Zuschauerinnen/Zuschauer raten die Stimmung.

4. Zwibberisch

Arbeitsform: ganze Gruppe

„Zwibberisch“ ist eine ausgedachte Sprache, sie hat keinen Sinn. Den Sinn bekommt Zwibberisch durch die Betonung. Zuerst wird in Zweiergruppen geübt, miteinander ein Gespräch zu führen oder einander eine Geschichte in Zwibberisch zu erzählen, später können vor der ganzen Klasse Geschichten erzählt oder eine kurze Präsentation gehalten werden. Wichtig: Wer erzählt, sollte in Gedanken wirklich eine Geschichte miterzählen. Stimme und Körpersprache sollten möglichst echt sein.

