

## **Mens Health**

### **Ein Dialekt zum Abgewöhnen**

Ich komme aus der Nähe von Darmstadt.  
Wie werde ich bloß meinen Dialekt los?  
W. Merz, per E-Mail

Um Sprechunterricht kommen Sie da nicht herum. Natürlich können Sie versuchen, bewusst hochdeutsch zu sprechen. Der Eifer lässt bei dieser Methode jedoch häufig schnell nach. "Am effektivsten ist Einzelunterricht, weil da am besten auf die individuelle Dialektfärbung eingegangen werden kann", erklärt Marion Walke, Vorsitzende des Berufsverbandes der Atem-, Sprech- und Stimmlehrer/innen in Hamburg (Infos: Telefon 0 40/35 71 38 00). Die Intensität und die Dauer des Programms richten sich nach der Stärke des Dialekts. In den Sitzungen wird auch auf psychologische Hintergründe eingegangen, um zu klären, warum der Dialekt abtrainiert werden soll. Schließlich ist die Mundart auch ein Teil der Persönlichkeit.