



In Sandalen nach Alaska

oder
Erlebnisse und Erfahrungen beim Abenteuer „Englisch lernen“

Telse Maria Kähler

www.insandalennachalaska.de

Inhaltsverzeichnis

Die Herausforderung - <i>Neues wagen ...</i>	5
Zieldefinition - <i>Um dort anzukommen, wo man hin will ...</i>	5
Der 13te Krieger - <i>Sprachen lernen durch genaues Beobachten und Hören? ...</i>	7
Erwartungsfelder - <i>Sich neu verlieben ...</i>	8
Lernpartner sichern den Erfolg - <i>Gemeinsam Ziele erreichen ...</i>	9
Wörter werden Wissen - <i>wiederholen, wiederholen, wiederholen ...</i>	10
Kleine Löwen helfen gern - <i>I love Leo! ...</i>	11
Old Stories - <i>Das Erbe der Kindheit ...</i>	12
Schau mir in die Augen Kleines ... - <i>Filme sehen und verstehen ...</i>	13
In jedem Wort ist auch ein Lied ... - <i>Englisch sprechen durch Englisch hören. ...</i>	14
Von der Lust zum Frust - <i>Warum manchmal nichts mehr geht ...</i>	15
It's your World - <i>Spotlight - Ein Magazin zum Englisch lernen ...</i>	16
Wach geküsst ... <i>Alte Wissensbestände neu entdecken ...</i>	17
Jetzt kommt Bewegung ins Spiel - <i>Die etwas andere Art Vokabeln zu lernen ...</i>	18
Immer Ärger mit dem Arbeitsspeicher - <i>Voller als voll geht nicht ...</i>	18
Herangehensweisen - <i>Lebenslanges LERNEN ...</i>	20
Hör mal wer da spricht - <i>Regelmäßig Podcast hören ...</i>	21
Englisch lernen in New York - <i>Interview mit Catrin, siehe Web-Seite ...</i>	22
Falsche Freunde - <i>Wir glauben einem alten Freund zu begegnen und ...</i>	22
Impulse gesucht - <i>Sehen - hören - lesen - mitmachen ...</i>	23
Was macht eigentlich dein Englisch lernen - <i>Vom Wesen der Veränderung ...</i>	23
Grammar - <i>If you make a mistake ...</i>	25
Auszeiten - <i>Die Attraktivität des Alltäglichen ...</i>	26
Von der Küche zum „kitchen“ - <i>Altbekanntes neu entdeckt – Rezepte auf englisch ...</i>	27

Alles eine Frage der Motivation – <i>Wenn die eigenen Ziele im Alltag stecken bleiben ...</i>	28
Auch das noch - <i>Eile mit Weile ...</i>	29
15.000 Meilen und noch mehr - <i>Reisen und Erfahrungen sammeln ...</i>	30
Lieblingslektüre - <i>Lesen was Spaß macht ...</i>	33
Die Vorleserin - <i>Ein unwiderstehliches Angebot ...</i>	33
Tausend und eine Vokabel - <i>Jeden Tag ein bisschen ...</i>	34
Bilderbücher - <i>Vokabeln lernen anders ...</i>	35
Kochstunde - <i>Beginn einer Freundschaft ...</i>	35
Schon wieder Weihnachten? – <i>Alltagsvokabeln ...</i>	36
Das Fest ... - <i>Klar sehen ...</i>	37
Zeit zum Leben - <i>Everyday life – Alltag ...</i>	37
Eingefrorene Aktivitäten - <i>On the way ...</i>	38
Alte Zöpfe und neue Highlights ...	39
Das Gegenteil vom Anfang - <i>Opposites ...</i>	39
Sprüche klopfen - <i>So läuft der Hase! ...</i>	40
Planspiele - <i>Sich selbst blockieren ...</i>	41
Balanceakt – <i>Ist-Zustands-Analyse ...</i>	42
Lower Saxony wedding soup - <i>Konversation wagen ...</i>	43
inspection - <i>On the way ...</i>	43
Erfahrungswelten schaffen - <i>Alles hat seine Zeit ...</i>	44
Fazit: Ein Jahr Englisch lernen ...	45
Links ...	47
Kühlschrankvokabeln ...	49

Vorwort

Ein Jahr „In Sandalen nach Alaska“ – ein Jahr Englisch lernen. Zeit für eine Zwischenbilanz.

Das LERNEN ist für mich ein Lebenselixier – ein Abenteuer, bei dem die ganze Person im Mittelpunkt steht und das Spaß machen kann. Aus diesem Grund hatte ich schon einige Expeditionen ins Land des LERNENS unternommen: Für das Buch „Frauen lernen anders“ sowie für das Internetportal „Insel des Lernens und des Wissens“ (www.inslewis.de). Das LERNEN war mir deshalb nicht fremd.

Und doch gab es einen Bereich des LERNENS, der mich immer wieder zur Verzweiflung brachte: Das Sprachen lernen. Englisch lernen fiel mir sehr schwer und war ein dunkler Fleck in meiner Lernbiografie. Während Mathematik meinen logischen Verstand herausforderte, stand zwischen dem Englisch lernen und mir eine Wand, die ich nicht zu durchdringen vermochte.

Warum? Diesem Geheimnis ging ich auf die Spur. Reich an Jahren habe ich mich auf den Weg gemacht, eine Sprache zu lernen, die für viele Menschen zum Allgemeinut gehört. Da aus meiner Schul-/Berufszeit einige Fragmente Englisch vorhanden waren, schien mir der Begriff „barfuss“ nicht angemessen. Deshalb erhielt das Projekt den Namen „In Sandalen nach Alaska“.

Neugierig darauf wie die neuen technischen Möglichkeiten sich bewähren und welche modernen Lernstrategien das LERNEN erleichtern, beschloss ich bei diesem Vorhaben das Internet aktiv zu nutzen. Diesem Forscherdrang verdanke ich, dass vor mir die chronologisch geordneten Aufzeichnungen meiner Blog-Einträge liegen.

Ein Jahr Praxis beim Englisch lernen, festgehalten in meinem Englisch-Blog, konfrontieren mich mit meinen Stärken und Schwächen und zeigen mir die Vorteile und die Nachteile der von mir verwendeten Techniken und Methoden. Zu Beginn meiner Aufzeichnungen hatte ich die Hoffnung, innerhalb eines halben Jahres einigermaßen Englisch sprechen zu können. Entsprechend groß war meine Motivation. Heute – ein Jahr später – habe ich mit der Sprache Freundschaft geschlossen, doch die große Liebe blieb aus.

Sprachen lernen ist eine Reise, die einige Jahre dauern kann, je nachdem mit wie viel Zeit und mit welcher Konzentration dieses Vorhaben verfolgt wird. Ich befinde mich irgendwo auf dem Weg. Meine Aufzeichnungen helfen mir heute eine Zwischenbilanz zu ziehen und mein Reiseziel zu überdenken, die Reiseroute neu abzustrecken und die zur Verfügung stehenden Ressourcen auf Tauglichkeit zu überprüfen.

Um dies zu erreichen, habe ich die Blog-Einträge mit Kommentaren aus den Erfahrungen eines Jahres ergänzt. So erhielt ich viele, neue Impulse für meine Expedition.

Immer noch weht mir ein arktischer Wind um die Nase. Meine Sandalen jedoch haben eine gute Chance gegen wetterfestes Schuhwerk ausgetauscht zu werden.

17.3.2009

Die Herausforderung

Neues wagen ...

"Mach du dir bloß keine Sorgen darüber, wie ich mich auf das Abitur vorbereite. Ich frage dich ja auch nicht, wie du es schaffen willst, in einem halben Jahr Englisch zu lernen!" Mit diesen Worten konfrontierte meine Tochter mich mit dem ganzen Wahnsinn meines Projektes.

55 Jahre alt, seit gut 25 Jahren kein Englisch mehr gesprochen außer vielleicht etwas Computer-Englisch und die alltagstypischen Begrifflichkeiten unserer modernen Mediengesellschaft. Bei diesen minimalen Grundvoraussetzungen in einem halben Jahr in der Lage sein zu wollen, ein Interview für mein neues Buchprojekt führen zu können, erschien mir in diesem Moment wesentlich schwieriger zu realisieren als sich mit 3 Jahren regelmäßigen Englisch-Unterricht auf das Abitur vorzubereiten.

Nun, meine Tochter konnte gut für sich selbst sorgen. Ich dagegen kam mir vor als würde ich **in Sandalen nach Alaska** reisen wollen.

23.3.2009

Zieldefinition

Um dort anzukommen, wo man hin will ...

Eine gute Zieldefinition zeichnet sich durch folgende Kriterien aus:

- Sie ist in der Ich-Form.
- Sie wird in Gegenwartsform formuliert (so als ob man das Ziel schon erreicht hätte).
- Sie ist positiv,
- realistisch,
- attraktiv
und spezifisch, also so kurz wie möglich.

Wenn Ziele auf diese Weise formuliert und möglichst noch schriftlich festgehalten werden, dann würde einer Wunscherfüllung wenig im Wege stehen – heißt es ...

Um das Ziel möglichst schnell zu erreichen, helfen imaginäre Bilder, in denen man sich selbst in der Situation sieht, in der man das Ziel bereits erreicht hat. Wenn dieses innere Bild dann mit positiven Gefühlen verbunden wird, ist man auf dem richtigen Weg. So einfach ist das.

Alles beginnt mit einer guten Zieldefinition, das wusste ich. Nur wenn ich genau wusste, wo ich hinwollte, hatte ich auch die Chance genau dort anzukommen.

Nun das war leicht.

Mein Ziel:

Bis zum September dieses Jahres spreche ich fließend Englisch und bin in der Lage, ein Interview mit einem Amerikaner zu führen.

Dazu sah ich mich in einer Gesprächsrunde, in der ich mich wohlfühlte und keine Probleme mit dem Sprachverständnis hatte.

Eine schöne Zieldefinition, auch wenn sie mir noch etwas Bauchschmerzen bereitete. Denn war sie auch realistisch? Da die Bilder von alleine kamen, es in diesem Fall also keine bewusst herbei geführte Visualisierung war, vertraue ich darauf, dass ich dieses Ziel erreichen würde oder wie es die Spezialisten für das Wünschen beschreiben, schon erreicht habe und es in Kürze für mich sichtbar wird.

Wenn Lernziele mit positiven Gefühlen verbunden sind, lernt es sich leichter. Aus dem sturen Pauken wird dann ein motivierendes Anreichern von Wissen.

Unrealistisch wäre gewesen, perfekt Englisch sprechen zu wollen, denn das schaffen noch nicht einmal Menschen mit langjährigen Englisch-Kenntnissen. Auf ein Interview aber konnte ich mich mental und schriftlich vorbereiten.

Ein Jahr danach:

Meine Zieldefinition war unrealistisch gewesen. Ich hatte weder bedacht, dass Englisch lernen Zeiträume benötigt und das konsequent über einen längeren Zeitraum hinweg, in denen man konzentriert an seinem Projekt arbeitet, noch dass die Informationsvielfalt unseres Kommunikationszeitalters immer wieder dafür sorgte, dass das Gelernte wieder aus meinem Gedächtnis verdrängt wurde. Zu diesem Zeitpunkt überschätzte ich meine Gedächtnisleistung und damit die Schnelligkeit, mit der sich das Gelernte im Gedächtnis verankert.

Vielleicht bin ich etwas zu blauäugig an die Sache herangegangen. Auf der anderen Seite trug diese Arglosigkeit dazu bei, überhaupt zu beginnen und nicht, wie ich es schon Jahrzehnte lang getan hatte, aufzugeben bevor es begonnen hatte.

Noch etwas war geschehen. Ich hatte beschlossen mein Lernprojekt in einem Blog zu dokumentieren. Auch das war neu für mich. Zwar hatte ich mich selbst schon oft in interessanten Blogs informiert, wie es aber sein würde, einen eigenen Blog regelmäßig mit attraktiven Informationen zu füllen, war mir ziemlich unklar. Heute bin ich froh für diese Aufzeichnungen. Sie helfen mir meine Stärken und Schwächen zu analysieren. Natürlich mit etwas Abstand und mit einer gehörigen Portion Humor.

Fazit:

Je mehr Zeit man investiert und je häufiger man sich mit der Fremdsprache befasst, umso größer ist die Wahrscheinlichkeit, in relativ kurzer Zeit gute bis sehr gute Lernfortschritte zu machen.

30.3.2009

Der 13te Krieger

Sprachen lernen durch genaues Beobachten und Hören?

Ein Abenteuerfilm - eine beindruckende Szene. Kann ich die Essenz dieser Filmhandlung eventuell für mein Lernprojekt nutzen?

Der 13te Krieger ist ein US-amerikanischer Abenteuerfilm nach dem Rom "Eaters of the Dead" oder später wohl "Schwarze Nebel" von Michael Crichton. Antonio Banderas spielt die Titelrolle.

Der in Ungnade gefallene Ahmad **ibn Fadlan** ibn al-Abbas ibn Raschid ibn Hammad wird als Botschafter des Kalifen ausgesandt, um mit den Völkern des Nordens in Kontakt zu treten. Er reist mit einem Gefährten bis zur Wolga und trifft dort auf eine Gruppe von Nordmännern. Der Sohn des mächtigen Königs Rothgar trifft ein und bittet die Normänner um Hilfe, weil die Wendol in seinem Land Angst und Schrecken verbreiten. Eine Schamanin befragt die Knochen und wählt 12 Krieger unter den Nordmännern aus. Der 13te Krieger darf aber kein Nordmann sein. So wird Ibn Fadlán der 13te Krieger und tritt mit seinen neuen Gefährten die lange, gefährliche Reise zu Pferd und per Boot nach Norden an, um König Rothgar zur Hilfe zu eilen. Weitere Informationen zu dem Film: http://de.wikipedia.org/wiki/Der_13te_Krieger
Ibn Fadlán spricht kein Wort Nordmännisch. Sein Freund und der Übersetzer gehen nicht mit auf die Reise. Er ist vollkommen auf sich selbst gestellt und weiß doch, dass es eine Reise sein wird, die ihn den Tod bringen kann.

Und jetzt kommt die mich faszinierende Szene des Films:

Ibn Fadlán beobachtet die Nordmänner, liest von ihren Lippen ab, hört wie sie sprechen - studiert sie also. Eines Tages, es ist als ob sich die Nebel heben, versteht er sie und spricht ihre Sprache.

Diese kleine Szene in dem Film weckte in mir die Hoffnung, dass auch ich eines Tages die englische Sprache verstehen und sprechen werde, wenn es mir gelingen könnte, mich ihr Schritt für Schritt zu nähern.

Der 13te Krieger hatte mich sehr beeindruckt. Er hatte ja auch den großen Vorteil, sich permanent im fremden Sprachraum zu bewegen, während mein Alltag „deutsch“ geprägt war.

Während des letzten Jahres hatte ich das Glück einen Amerikaner kennen zu lernen und mit ihm einige sehr interessante Gespräche zu führen. Dabei machte ich die Entdeckung, dass immer dann, wenn wir uns über meine Lieblingsthemen unterhielten und ich dabei völlig vergaß, dass ich ja eigentlich kein Englisch kann, mir ein Wissensschatz zur Verfügung stand, von dem ich sonst nur träumte. Schaltete sich dann mein Kopf ein, weil mir eine Vokabel unbekannt war und ich verzweifelt nach der richtigen Übersetzung suchte, kam ich sofort aus diesem Flow heraus und verstand nichts mehr.

Auch wenn mein Verstand in Form eines kleinen Trommlers in den Vordergrund trat und mir immer wieder erklärte: „Du kannst kein Englisch, wie willst du ihn verstehen und dich auch noch mit ihm unterhalten?“ konnte ich mich kaum an die einfachsten Formulierungen erinnern.

Ähnlich erging es mir beim Filme gucken. Sich einlassen – nicht denken – führt dazu, dass ich intuitiv wesentlich mehr verstehe, als wenn ich versuche das Gesprochene ins Deutsche zu übersetzen und umgekehrt. Vieles versteht man rein aus dem Handlungskontext heraus.

Leider habe ich noch keinen Weg gefunden, den kleinen Trommler in meinem Kopf in die Wüste zu schicken.

6.4.2009

Erwartungsfelder

Sich neu verlieben ...

Wenn es mir gelingen würde, mich in die englische Sprache zu verlieben, ja, dann würde sich ein positives Erwartungsfeld aufbauen und das Lernen der vielen, vielen Vokabeln wäre ein Klacks.

Doch wie konnte das gelingen? Mit meiner Englisch-Lernbiografie war es wohl kaum möglich, eine neue Liebe anzufangen. Oder doch? Meine Gefühle hatten sich nach der Aufarbeitung meiner alten Schulgeschichten verändert. Heute lockten die Erinnerungen eher ein Schmunzeln in mir hervor, als das ich mich über die damaligen Ereignisse aufregen konnte. Die Chance für einen Neuanfang war da! Ich konnte sie nutzen oder verstreichen lassen, ganz wie ich es wollte.

Doch wie verliebt man sich in eine Sprache? "Durch Geschichten über Menschen, die diese Sprache sprechen!" kam mir in den Sinn.

Unlängst hatte ein Bekannter mir einen Stapel mit alten Zeitschriften in die Hand gedrückt. Diese Zeitschriften kramte ich jetzt hervor und siehe da, es war genau der Stoff, den ich jetzt für mich brauchte.

Die amerikanische Zeitschrift "SUN" veröffentlicht Interviews und Geschichten über Menschen des realen Lebens - ihre Probleme - ihre Gedanken - ihre Gefühle. Schon beim Durchblättern blieb ich hängen. Es ging um das Thema Immigration. Erstaunlich - Ich konnte den Sinn des Artikels erfassen, ohne das ich alle Vokabeln verstand. Endlich - ein Lichtblick.

Noch etwas wollte ich jetzt unbedingt voranbringen: eine Email-Freundschaft. Wie war doch noch der Name ... Na, wer sagt es denn. Das fühlt sich doch schon ganz anders an!

Ja, damals gelang es mir tatsächlich für einen kurzen Zeitraum eine Art Leidenschaft für die Sprache zu entfachen. Die Erzählungen über Land und Leute halfen mir sehr

dabei. Das Sprachverständnis blieb jedoch auf der Strecke, weil ich begonnen hatte, die Texte in einer Art norddeutschem Englisch zu lesen.

In was für eine Falle ich da getappt war, bemerkte ich leider erst später. Zum Sprachen lernen gehört unbedingt die Detonation, also die Sprachmelodie des gesprochenen Wortes. Erst wenn sich das gesprochene Wort mit dem geschriebenen im Einklang befindet, finden die Vokabeln einen sicheren Weg ins Langzeitgedächtnis.

7.4.2009

Lernpartner sichern den Erfolg

Gemeinsam Ziele erreichen ...

Manche nennen es Zufall, andere Fügung. Jedenfalls lernte ich schon im letzten Jahr die Sprachtrainerin Helga Weiss kennen.

Helga Weiss, MA, www.languageexperience.com hat viele Jahre in Amerika und in England gelebt und betreibt jetzt eine Sprachschule am Tankumsee in der Samtgemeinde Isenbüttel.

In ihrem jährlichen ACCELERATED LEARNING SPRACHCAMP am Tankumsee lernen englische gemeinsam mit deutschen Muttersprachlern in einer bi-lingualen Zeltstadt. Jeder kann sich vorstellen, dass es keine bessere Möglichkeit gibt, mit Freude und Spaß Englisch oder Deutsch zu lernen und dabei noch Freundschaften fürs Leben zu schließen. <http://www.languageexperience.com/camp.html#sprachcamp>

Helga führt auch zu Hause eine Familienberatung "Wie Englisch in Ihren Familienalltag einziehen kann" nach Accelerated Lernmethoden durch und hilft Ihnen vor Ort Lernstationen einzurichten. Kontakt: helga@languageexperience.com

Doch zurück zu meinem Projekt. Ich wusste genau: Ohne das jemand meinem inneren Schweinehund etwas auf die Sprünge hilft, würde ich mein Ziel schwerlich erreichen.

Nach einigen Überlegungen und gemeinsam mit einer Freundin buchten wir deshalb einen Sprachkurs bei Helga.

Einmal in der Woche intensives Sprachtraining, um:

- situatives Englisch sprechen zu lernen,
- die korrekte Aussprache zu verbessern,
- "falsche Freunde" kennen zu lernen,
- ACCELERATED LEARNING live zu erleben
- und in der Gruppe beim Lernen Spaß zu haben.

Alleine auf eine Expedition zu gehen, ist immer ein Wagnis. Helga hatte viele Jahre in Amerika gelebt. Deshalb, so dachte ich, ist sie die perfekte Lernpartnerin für mein Projekt.

Anmerkung:

Auch wenn der Lernpartner noch so gut ist, ohne eigenverantwortliches Lernen (üben, sprechen, trainieren) geht es nicht.

Das Gehirn ist leider keine Dose, in die man etwas hinfüllen kann. Die Vernetzung der Gehirnzellen und somit die Fähigkeit des Wiederabrufens von Wissen gelingt um so besser, je mehr Anreize geboten werden und je öfter eine Wiederholung des Wortschatzes stattfindet.

Die Entscheidung einen Lernpartner zu wählen, erwies sich als gelungener Schachzug. Für 8 Wochen gelang es mir dank des regelmäßigen Unterrichts konsequent und regelmäßig an meinem Lernprojekt zu arbeiten. Als diese Stütze dann wegfiel hatte ich große Schwierigkeiten am Ball zu bleiben.

14.4.2009

Wörter werden Wissen***wiederholen, wiederholen, wiederholen ...***

Nichts finde ich so schrecklich, wie das ständige Vokabeln lernen. Jede Sprache ist ein so reichhaltiger und so komplexer Wissensschatz, dass es tausende von Vokabeln gibt. Gut, wenn man sie kennt. Die Kommunikation mit den Muttersprachlern, das Lesen interessanter Bücher und Artikel und auch das Verfolgen von News gelingt einfacher und wird interessanter und informativer.

Will man sich diesem Spracherlebnis nähern, kommt man nicht umhin, dem Vokabeln lernen eine gewisse Aufmerksamkeit zu widmen.

Nach längerem Überlegen habe ich mich für folgendes System entschieden:

Lernkartei

Als PC-Arbeiterin habe ich nach Feierabend keine Lust mehr am Computer zu arbeiten. Beim Weltbild-Verlag erwarb ich deshalb eine Englisch-Lern-Kartei mit einem Grundwortschatz. Eine Lernkartei bietet sich an, weil ich die Vokabeln dann immer noch Prioritäten sortieren kann: Kann ich sicher - kann ich aber wiederholen tut gut - muss ich noch lernen. Leider steht diese Kartei bisher an einem Ort, der nicht zu Wiederholungstaten verlockt...

Post-It

Für neue Vokabeln genial. Mit diesen kleinen Zettelchen lassen sich wunderbar die Küchenschränke und der Badezimmerspiegel verschönern. Allerdings zuviel davon kann auch leicht zu einem Frustgefühl führen.

Vokabelheft

Erst dachte sich, ein Vokabelheft ist völlig out. Da ich aber inzwischen sehr viel lese, tauchen immer wieder Vokabeln auf, die ich nicht kenne. Obwohl der Inhalt der Artikel durch den textlichen Zusammenhang zu verstehen ist, bin ich dazu übergegangen, fremde Wörter aufzuschreiben und dann mittels Leo (www.leo.org) zu überset-

zen. Da mir die anfängliche Zettelwirtschaft irgendwann zu verwirrend war, habe ich mir ein Heft angeschafft, in dem ich diese Vokabel jetzt sammle.

Vorgehensweise:

- fremdes Wort notieren und übersetzen
- auf einem Post-It notieren und zwecks lernen ins Badezimmer bringen
- auf einer Karteikarte notieren und in die Lernkartei integrieren

Damit habe ich das Wort dreimal geschrieben: Eine gute Voraussetzung, um die Vokabel in meinen Wissensschatz in integrieren.

15.4.2009

Kleine Löwen helfen gern***I love Leo!***

Die größte Hürde beim Sprechen und Verstehen einer Fremdsprache sind die vielen, vielen fremden Wörter=Vokabeln, mit denen man nun Tag für Tag konfrontiert wird. Lebt man Vielfältigkeit, dann sind auch die Herausforderungen an die Sprache vielfältig. Aufbauend auf meinem Basiswortschatz ist es für mich als PC-Arbeiterin verführerisch ganz nebenbei meinen Englisch-Wortschatz zu erweitern.

Kleine Löwen helfen gern - Unter www.leo.org gibt es ein Wörterbuch mit Forum und Trainer. Mit diesem Dictionary fällt das Übersetzen leicht.

Doch damit nicht genug. Wer sich das Tool **Lion** installiert, kann direkt aus jedem Schriftstück heraus die richtige Vokabel in Leo.org aufrufen. Einfach STR-Taste gedrückt halten und mit der rechten Maustaste auf das zu übersetzende Wort klicken und schon öffnet sich unter Leo die richtige Vokabel.

Die für Privatnutzer kostenfreie Software gibt es unter:
(http://dict.leo.org/pages.ende/lion_de.html)

Damit kommt der kleine Löwe ganz groß raus und mausert sich zu einer Lernhilfe, die man bald nicht mehr missen möchte.

Übrigens:

Auch die korrekte Aussprache lässt sich mit Leo trainieren.

16.4.2009

Old Stories***Das Erbe der Kindheit ...***

Helga hatte mich mit ihrer Bemerkung, dass es wohl eher alte Glaubenssätze wären, die mich immer wieder vom Lernen abhalten würden und nicht die Tatsache, keine Zeit zum Vokabel lernen zu haben, auf eine Spur gebracht.

Vokabeln lernen genießen, statt es als Stress zu empfinden?
Warum klappte das bei mir nur nicht?

"Ich habe keine Zeit zum Lernen!" Diese Aussage stimmte und stimmte wieder nicht. Ich nahm oder besser, gönnte mir die Zeit nicht. Im Gegenteil, ich erfand immer neue Strategien, um ja nicht aktiv lernen zu müssen. So viel zum eigenverantwortlichen Lernen.

Ich, als hauptverantwortliche Person, in diesem Drama, blockierte meinen Lernfluss selbst! Doch warum?

Inge kam des Weges und grinste mich verschmitzt an, als ich ihr von meinen Problemen mit der Wand zwischen der englischen Sprache und mir, erzählte. "Lach doch nicht so," bat ich sie "Es ist zum Verzweifeln!". "Alte Geschichten," meinte sie "wollen wir wetten!" Und so kam es, dass ich auf hges Couch landete. Inges Couch ist in diesem Zusammenhang der Begriff für eine Energiearbeit, in der alte negative Gefühle mittels einer Visualisierungstechnik aus dem NLP durch neue positive Gefühle ersetzt werden.

Zu den alten Geschichten gehörte ein Erlebnis aus der Kindheit. Meine damalige Englisch-Lehrerin hatte mich vor der gesamten Klasse bloßgestellt und mich dann auch noch vor die Tür gesetzt, weil ich das "th" nicht richtig aussprechen konnte.

Damit nicht genug. Ein weiteres prägendes Erlebnis stammte aus meinen ersten Kontakten mit der englischen Sprache. Ein Lehrer alter Prägung versuchte uns Schulkindern die Vokabeln der Englisch-Lektionen von Peter Pim und Billy Ball mittels Rohrstockschläge beizubringen, obwohl das damals auch schon nicht mehr Stand der modernen Pädagogik, also eigentlich verboten, war.

Eine alte Geschichte, die Ursache dafür war, dass Herr B. immer noch unsichtbar aber überaus präsent neben mir stand, wenn ich Vokabeln lernen wollte.

Alte Geschichten, die zu Lernblockaden geführt haben, lassen sich heutzutage erfolgreich bearbeiten und auflösen!

Lernblocken – so nennt man die inneren und äußeren Hemmnisse, die dafür sorgen, dass wir ohne Freude oder gar nicht lernen. So bunt wie das LERNEN sich gestalten kann, so bunt ist manchmal auch der Strauß von Lernblockaden, die sich wie ein Schleier im Laufe des Lebens über das leichte, freudvolle LERNEN legen.

Meine Kindheitserlebnisse hatte ich mittels NLP bearbeitet. Doch was tun gegen Sätze wie „Ich bin zu alt.“ „Das lerne ich nie!“ und, und ... Es gibt Tausende von Sätzen, die wir uns ursprünglich zugelegt haben, um uns vor Verletzungen zu schützen und die jetzt wie Gartenzäune die persönliche Entfaltung begrenzen. Wo gibt es den Wachhund, der einen vor den Angriffen dieser inneren Feinde schützt?

Alte Glaubenssätze können sich als echte Motivationsbremsen entpuppen. Besser ist es sie gegen positive Affirmationen auszutauschen: „In jedem Alter lerne ich leicht und schnell!“ oder „Stück für Stück komme ich meinem Ziel näher!“

Meine größte Lernblockade entstand durch Zeitmangel. Das vergangene Jahr war angefüllt mit Arbeit, familiären Umbrüchen und gesundheitlichen Herausforderungen. Zeitmanagement ist in solchen Zeiten eine echte Herausforderung und der sich durch Zeitprobleme entwickelnde Stress gehört zu der Art von Stress, der das LERNEN schwer macht.

Freiwillige Lernzeiten für eine Sache, die man nur zum persönlichen Vergnügen betreibt, ringen immer wieder mit den Notwendigkeiten des Alltags und bleiben leider, leider allzu oft auf der Strecke.

Sprachen lernen erfordert sich auf das LERNEN zu konzentrieren. Fühlt man sich permanent getrieben, bleibt die Konzentration auf der Strecke und der Zugang zu dem was man lernen will fällt schwer.

Im letzten Jahr hätte mir mehr Gelassenheit gut getan. Auch der Spruch „Steter Tropfen höhlt den Stein!“ hätte mich trösten können, denn auch wenn ich immer nur ein klein wenig hinzulernte, so lernte ich doch hinzu, blieb am Ball und mein Sprachschatz begab sich nicht auf den Weg des Vergessens.

18.4.2009

Schau mir in die Augen Kleines ...

Filme sehen und verstehen ...

Nun der Tipp, sich englische Fernsehsendungen oder Filme anzusehen, ist nicht ganz neu und doch ist das alles nicht so einfach, wie es sich am Anfang anhört.

Mir jedenfalls fiel es nicht leicht. Beim ersten Film konnte ich die Schauspieler kaum verstehen. Erstens sprachen sie sehr schnell und zweitens schien dieser Film voller Redewendungen zu sein, die ich nicht kannte. Tina brachte mich dann auf den Gedanken, mir doch einmal alte Filme anzusehen.

In den Anfangszeiten der Filmgeschichte legten die Darsteller noch großen Wert auf eine perfekte, verständliche Aussprache. Die Filmkunst glich noch eher dem Theater spielen, das von jeher auf einer lauten und gut verständlichen Aussprache basierte. In den Anfangszeiten der bewegten Bilder legte man daher großen Wert auf theatergetreue schauspielerische Leistungen und die Perfektion der Sprache. Aus unserer heutigen Sicht brillieren diese Filme indem sie überzogen gekünstelt wirken. Heute bevorzugen wir ein möglichst realitätsgetreues Filmgeschehen, mit dem Nachteil, dass auch die Filmsprache milieugetreu und damit nicht immer leicht verständlich ist - natürlich nur für Greenhorns, also Anfänger wie für mich.

Casablanca - der große alte Film mit Humphrey Bogart und Ingrid Bergmann.

Mit diesem Film verbinden mich ganz besondere Erinnerungen, weil ich mich selbst einmal wie ein Teil dieses Films gefühlt habe. Während eines Berlin-Besuchs hatte ich einmal das Vergnügen mit einer alten russischen Antonnov anzureisen. Beim Anflug auf Berlin löschte der Pilot alle Lichter im Flugzeug und legte eine Sonderrunde über die Stadt ein. So kreisten wir über den Lichtern dieser bezaubernden

Großstadt und landeten mitten auf dem Flugfeld des damaligen Flughafens Tempelhof. Da stand ich nun, mitten auf dem spärlich beleuchteten Rollfeld und fühlte mich wie im Film. Leider fehlte mir ein attraktiver Filmpartner, der hätte das Ganze noch rund gemacht. Nun, man kann nicht alles haben. Trotzdem gehört dieser Moment zu den ganz besonderen Erinnerungen meines Lebens.

Okay, zurück zum Film. Ich war überrascht, wie viel ich verstehen konnte und noch etwas: Der ganze Film wirkte durch die englische Sprache noch authentischer auf mich.

Mein Tipp:

Sich Zeit nehmen und Filme ansehen, möglichst Filme, die Spaß machen und bei denen man die Schauspieler auch verstehen kann. Wer viel Zeit hat, kann sich die Filme auch einmal auf Deutsch und dann auf Englisch ansehen. Englisch mit deutschen Untertiteln ist zwar auch eine Möglichkeit, doch ich habe festgestellt, dass ich dann immer mit den Augen bei den Untertiteln hängen bleibe und versuche diese zu verfolgen. Die eigentliche Sprache rückt dabei ganz schnell in den Hintergrund.

19.4.2009

In jedem Wort ist auch ein Lied ...

Englisch sprechen durch Englisch hören.

Hören - die Sprachmelodie in sich aufnehmen. Aus meiner Schatztruhe zauberte ich den Englisch-Kurs "**Sprachen lernen ohne Buch**" von **Langenscheidt** hervor. Ich hatte ihn vor Jahren bei einem der größten Einkaufsfinalisten erstanden. Seitdem fristete er sein trostloses Dasein in der hintersten Ecke meines Schrankes. Nun endlich war seine Sternstunde gekommen.

Dieses **Audio-Training mit Vorkenntnissen** sollte mir jetzt helfen, ein besseres Sprachverständnis zu erwerben. Die Sache hatte nur einen Haken: Stundenlang vor dem CD-Player zu hocken, um Englisch zu hören, ich wusste sofort, das würde ich nie tun. Die rettende Idee: Ein MP3-Player, die geniale Lösung für mein Problem. Ich mit einem Knopf im Ohr, noch konnte ich es mir nicht recht vorstellen, doch die Vorteile eines MP3-Players waren überzeugend: Unabhängigkeit, eine Sammlung von Hörbüchern auf kleinsten Raum und dazu noch schöne Musik.

Seltsamer Weise löste mein Vorhaben bei meinen Kindern tiefstes Verständnis aus. Lediglich mein Mann kramte kurzfristig den alten Spruch "Frau und Technik" heraus, um mir zu signalisieren, dass er arge Bedenken hätte, ob ich das Gerät überhaupt nutzen würde. Eine halbe Stunde später hatte er dann allerdings schon aus dem Internet das passende Gerät für mich herausgesucht und war sehr enttäuscht, als ich ihm mitteilen musste, dass ich mich bereits verliebt hätte, nämlich in den iPod von Apple.

Englisch lernen machts möglich - Ich kaufte mir endlich den schon lange ins Auge gefassten iPod und dank des Programmes iTunes befand sich mein Englisch-Kurs

"Sprachen lernen ohne Buch" in kürzester Zeit unter den Hörbüchern meines neuen MP3-Players.

Was für Optionen:

Spazieren gehen und hören - Walking und hören. Da Bewegung und Lernen zusammengehören, konnte nur etwas Gutes daraus entstehen.

Anmerkung:

Die Anschaffung meines iPods war ein gelungener Schachzug für mein Lernprojekt. Immer dann, wenn ich etwas Zeit zur Verfügung und Lust auf Englisch habe, höre ich mir die Lektionen an - im Auto, im Garten und unterwegs.

19.4.2009

Von der Lust zum Frust

Warum manchmal nichts mehr geht ...

Englisch, Englisch, Englisch - Ich konnte es nicht mehr hören. Überall um mich herum, alles hatte ich mit Hinguckern oder Lernhilfen versehen. Post-Its an den Küchenschränken. Vokabeln im Bad. Nachrichten von BBC, mein Mann versuchte sich in Konversation am Frühstückstisch und meine Tochter bombadierte mich mit ihren Grammatik-Regeln fürs ABL. Ich konnte und wollte einfach kein Englisch mehr hören und sehen.

Was nur hatte mich aus diesem inspirierenden Flow gebracht?

Der Stress, einfach zuviele Informationen, die Arbeitsbelastung oder zu wenig Schlaf? Die vergangenen Tage waren sehr anstrengend gewesen. Ein Termin reihte sich an den anderen. Vorbereitungen mussten getroffen werden und immer wieder musste ich mich auf neue Themen einstellen. Allmählich wurde das *Nebenbei noch Englisch lernen* zur Belastung.

"What can I do for you?" fragte ich mich.

Mir war klar, ich brauchte etwas Abstand von dem Ganzen. Also raus in die Natur. Einfach einen ganzen Nachmittag nur für mich. Am Ende dieses wundervollen Nachmittags bei schönster Frühlingssonne war mir klar:

So ist das eben. Mal ist man im Fluss und es klappt mit dem Lernen prima. Ein anderes Mal hat man absolut keine Lust zum Lernen und man fühlt sich vollkommen von dem Thema abgeschnitten. That's life.

Nur stecken bleiben wollte ich nicht in diesem Lernloch. Was also konnte ich tun, um meine Motivation wieder anzukurbeln.

Ich legte eine CD mit Oldies ein. Vielleicht würde es ja Spaß machen, die Musik-Texte zu übersetzen. Und nebenbei konnte ich auch noch ein wenig tanzen. Prima Idee!!!

Während langer Lernphasen kommt es immer wieder zu Lernblockaden.

Die Ursachen können sehr unterschiedlich sein. In diesem Fall war ich einfach überarbeitet. Aber auch alte Glaubenssätze können Lernblockaden verursachen, siehe dazu "Old Stories".

27.4.2009

It's your World***Spotlight - Ein Magazin zum Englisch lernen***

Auch wenn ich Spotlight schon im letzten Jahr auf der Leipziger Buchmesse kennengelernt hatte, entschließen, regelmäßig eine englische Zeitschrift zu lesen, konnte ich mich damals nicht. Zu vollgepackt ist mein Alltag, als das ich mir vorstellen konnte, regelmäßig Artikel zu lesen, bei denen ich erst Wort für Wort übersetzen muss, um sie zu verstehen.

Vor einigen Tagen kaufte ich mir die neuste Ausgabe des Magazins in der Braunschweiger Bahnhofs-Buchhandlung. Schon beim Durchblättern freute ich mich auf das Lesen. Die Spotlight war voller interessanter, informativer Artikel, wie "A race to the top", "The promise of stem cells", "Working abroad" und "An island all my own". Auch die Aufmachung überzeugte mich:

- Alle Artikel sind mit einem Schwierigkeitsgrad gekennzeichnet, so dass auch Anfänger zu ihrem Lesevergnügen kommen.
- Die wichtigste Vokabel werden übersetzt, so dass man den Inhalten der Artikel gut folgen kann.
- Es gibt einen Übungsteil und viele praktische Hinweise für den Umgang mit der Sprache.

Schnell und einfach fit in Englisch - der wichtigsten Weltsprache - werden, wirbt der Verlag.

Das Konzept:

Lesen: Verbessern des eigenen Englisch für Urlaub, Alltag oder Job mit aktuellen Reportagen und Berichten im Magazin Spotlight.

Üben: Trainieren von Wortschatz und Tests im Übungsheft Spotlight plus.

Hören: Interaktive Übungen zum Hörverständnis, Aussprache und Alltagssprache mit Spotlight Audio.

Auch sonst hat die Spotlight noch einiges zu bieten: Podcast, Newsletter ...

Und ich dachte noch vor wenigen Wochen "Englisch lernen ist langweilig". Von wegen ...

<http://www.spotlight-verlag.de>.

4.5.2009

Wach geküsst ...

Alte Wissensbestände neu entdecken ...

Am vergangenen Sonntag besuchte ich die Ausstellung „Wach geküsst“ im Herzog Anton Ulrich Museum in Braunschweig. Natürlich hatte ich wieder einmal den letzten Tag der Ausstellung erwischt und natürlich gab es wieder vielerlei Besonderes zu sehen, denn der letzte Tag der Ausstellung war verbunden mit dem Museumsfest.

Wach geküsst – Aus den Lagerbeständen des Museums sollten die Besucher einige Gemälde aussuchen, die dann in die öffentliche Sammlung aufgenommen wurden. Es ist schon ein eigenartiges Gefühl, Kunstschatze zu bewundern, die lange Jahre in den Archiven versunken waren. So völlig aus den Augen und aus dem Sinn der Öffentlichkeit verschwunden, fristeten sie wohl ein eher langweiliges Dasein. Unwillkürlich musste ich an mein Englisch denken. Ist man schon etwas reifer an Jahren, ist anzunehmen, dass sich auch in den eigenen Wissensbeständen einige Schätze verbergen, die so völlig aus dem Blickfeld verschwunden sind.

Durch die Ausstellung öffnete das Museum seine Schatzkammern, doch wie konnte ich meine historischen Bestände wieder hervorlocken? Zunächst einmal kaufte ich mir einen Museumsführer – natürlich auf Englisch.

Kostbarkeiten in den eigenen Wissensarchiven neu beleben, durch die Konfrontation mit englischer Literatur, Filmen, Zeitungsberichten oder einem englischen Museumsführer – ein amüsanter Gedanke.

Zur Sicherheit nahm ich mir noch einen zweiten, vermeintlich deutschen Katalog mit. Jetzt besitze ich zwei Museumsführer: einen englischen und einen französischen...

Aus neurobiologischer Sicht ist LERNEN nichts anderes als das Anlegen von neuen Hirnstrukturen. Diesen Vorgang kann man sich wie folgt vorstellen: Bei jedem Lernvorgang entstehen neue Nervenverbindungen. Je mehr Nervenverbindungen aktiv gehalten werden, d.h. immer wieder genutzt werden, desto stabiler ist die Verbindung. Das bedeutet, je stabiler die Verbindung ist, desto besser beherrschen wir die Sprache.

Deshalb ist Wiederholen so wichtig!

Und jetzt kommt es: Je vielfältiger Lerninhalte mit bereits bekannten Inhalten verknüpft werden, desto flexibler können wir mit unserem Wissen umgehen.

Das Erinnern an bereits vorhandenes Wissen bedeutet ein Reaktivieren von bereits angelegten Hirnstrukturen. Durch die Verknüpfung von neu Erlerntem mit bereits vorhandenem Wissen fällt das LERNEN leichter.

Mit anderen Worten: Neue Vokabeln werden besser behalten, wenn man sie mit bekanntem Wissen kombinieren kann, weil neue Informationen, die an bestehendes

Wissen anknüpfen, von bereits angelegten Gedächtnispfaden (vorhandenen Hirnstrukturen) abgerufen werden können.

12.5.2009

Jetzt kommt Bewegung ins Spiel

Die etwas andere Art Vokabeln zu lernen ...

Wieder einmal bin ich müde, wieder einmal abgespannt vom anstrengenden Arbeitsalltag und dann noch Vokabeln lernen?

Naja, zuerst einmal runter kommen - etwas entspannen. Einfach einige Minuten Musik hören und dann weiter sehen. Ich hatte mir gerade eine CD eingelegt, um nach den rhythmischen Klängen der Musik den Alltag einfach ein wenig abzuschütteln, als meine Schwester wortlos aber ebenso resolut die CD wechselte, mich anlachte, den Finger auf den Mund legte, was heißen sollte "Warte einfach einmal ab!" und mich grinsend wieder alleine ließ.

Let's get started! Coole Pop & Jazz Grooves mit den wichtigsten Vokabeln und Redewendungen fürs Büro und den Alltag: Englisch lernen mit The Grooves.

Schwestern haben so ihre sonnigen und ihre wonnigen Seiten. Meine Schwester hat ein ganz besonderes Talent, mir die richtigen Impulse zur richtigen Zeit zuzuspielen.

"Cool, einfach nur cool!"

Nach meiner Tanz-Session hielten wir ein vergnügliches Schwätzchen im Wohnzimmer und die Welt war plötzlich irgendwie nicht mehr so grau.

18.5.2009

Immer Ärger mit dem Arbeitsspeicher

Voller als voll geht nicht ...

Gestern traf ich Jan-Hendrik. Es kam gerade von einer Betriebsreise aus Tennessee zurück.

"Und wie kommst du mit dem Amerikanischen klar?" fragte ich ihn, nachdem wir uns begrüßt hatten.

Er seufzte: "Eigentlich ganz gut. Nur wenn die Einheimischen anfangen in ihrem Dialekt zu reden, verstehe ich rein gar nichts. Allerdings machen mir die vielen Fachvokabeln Sorgen. Sie wollen einfach nicht hängen bleiben. Dabei hatte ich früher nie Probleme damit mir Fachbegriffe zu merken! Ob das das Alter ist?"

Beruhigend versicherte ich ihm, dass es mir mit meinen vielen Englisch-Vokabeln im Moment genauso ginge.

"Das Alter kann es nicht sein, denn die neusten Studien zeigen, dass man auch im Alter gut lernen kann. Also ich denke, es ist dieses Übermaß an Informationen mit denen wir uns Tag für Tag auseinander setzen müssen," antwortete ich und dachte unwillkürlich an meinen Computer.

Immer wenn er mit neuen `feinen` Programmen gefüttert wurde, war plötzlich der Arbeitsspeicher zu klein. Aus meinem superschnellen, schönen Porsche-PC wurde dann eine langsame, träge Ente. Zum Glück konnte man Speicherchips nachrüsten und so den Computer wieder in Fahrt bringen. Doch wie sah das mit meinem über-vollen Arbeitsspeicher im Gehirn aus?

Fand die Verarbeitung meiner Vokabeln vielleicht auch nur Tröpfchenweise statt, weil mein Arbeitsspeicher zu klein war?

Arbeitsspeicher - Gehirn - Gedächtnis!

Doch manchmal funktioniert mein Gedächtnis ganz gut! Ich erinnerte mich an einen Artikel aus der Zeitschrift GEISTIG FIT. Mit dieser Zeitschrift vermittelt die Gesellschaft für Gehirntraining e.V. effiziente Theorien und praktische Maßnahmen zur Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit. Ihre Aktivitäten beziehen sich auf ein sogenanntes *Kontrolliertes Arbeitsspeicher Management (K.A.M.)*. Als Komponenten des sogenannten Arbeitsspeichers werden die Merkspanne und die Informationsgeschwindigkeit beschrieben. Beides kann man messen und beides kann man trainieren.

Mit täglich 5 bis 10 Minuten *Mentalen Aktivierungstraining* soll sich die geistige Leistungsfähigkeit und damit die Basis für Konzentration, Aufmerksamkeit, schnelles Lernen und ein gutes Gedächtnis, gezielt verbessern lassen.

5 - 10 Minuten Training zusätzlich zum Vokabel lernen??? Allerdings ohne etwas an meinem zu kleinen Arbeitsspeicher zu verändern, würde sich das Lernen auf Dauer wohl sehr mühsam gestalten.

Weitere Informationen und MAT-GehirnJogging-Übungen gibt es unter:
www.gfg-online.de.

Ich hatte nicht bedachte, dass Informationen vom Arbeitsspeicher (Kurzzeitgedächtnis) in das Langzeitgedächtnis überführt werden müssen. Erst im Langzeitgedächtnis werden aus elektrischen Impulsen neue Hirnstrukturen. Das Langzeitgedächtnis ist die eigentliche Lagerhalle unseres Wissens.

Je nachdem wie flexibel und trainiert das Gedächtnis eines Menschen ist, desto leichter oder langsamer gelingt der Übergang vom Kurzzeitgedächtnis ins Langzeitgedächtnis. Um neue Hirnstrukturen dauerhaft zu prägen erfordert den permanenten Kontakt mit einer Fremdsprache.

Mein innerer Schweinehund behauptete immer, einmal lesen oder einmal hören reicht aus, sonst wird es langweilig. Sprachen lernen funktioniert aber so nicht. Eine Sprache kann ich mir nicht logisch erschließen (einmal verstanden und nachvollzogen reicht aus). Um eine Sprache richtig sprechen zu können, bedarf es des souveränen Umgangs mit der Grammatik und dem Wortschatz sowie der Beherrschung von Aussprache und Intonation.

Welche neuen Erkenntnisse es zu dem Thema „Gedächtnis“ sonst noch gibt, wollte ich unbedingt herausfinden.

25.5.2009

Herangehensweisen

Lebenslanges LERNEN ...

Als ich in meinem Studium mit dem Thema "Lernen im Alter" konfrontiert wurde, war es Zeitgeist, zu glauben, jenseits der 40 ist alles vorbei.

"Lernen findet ein Leben lang statt!" behauptete die Dozentin damals und wählte als Beispiel eine alte Seniorin, die im Alter von 80 Jahren noch das Fahren mit dem Fahrstuhl lernt.

Mit Ursula Lehr (Altersforscherin) rückte das Thema "Gerontologie" in das öffentliche Interesse und allmählich begann sich das Bild vom ALTERN in der Gesellschaft zu wandeln.

Heute erinnert sich die Gesellschaft an das große Potential des Alters. Nicht nur wegen des demografischen Wandels und des drohenden Fachkräftemangels ist das Wissen der älteren Menschen wieder gefragt.

"Mit dem Alter nehmen Erfahrungen, Sozialkompetenzen, kommunikative Fähigkeiten und Selbststeuerungsfähigkeiten zu. Dies zeigt Vorteile bei Beratungen, Verhandlungen und Konfliktlösungen. Erfassung und Beurteilung komplexer Arbeitsinhalte und –zusammenhänge werden erleichtert. Entscheidungen werden fundierter vertreten und umgesetzt, eigene Möglichkeiten und Grenzen besser eingeschätzt. Die Bereitschaft für zeitlich und räumlich begrenzter Einsätze wächst. Ältere behalten die Fähigkeit, sich psychischen und physischen Anforderungen anzupassen. Unterhalb der Dauerleistungsgrenze ist die körperliche und psychische Belastung kaum eingeschränkt. Bei ausreichenden Erholungsphasen gilt dies auch für die Konzentrationsfähigkeit und den Wissensgebrauch.

Bei gleichzeitiger Ausbildung effektiver, individueller Lernstrategien und hinreichender Übung ist auch die Lernfähigkeit nicht begrenzt.

Bei 65-jährigen sind nur 10% des Leistungsabfalls auf biologische Alterungsvorgänge zurückzuführen, mehr als 90% auf Übungsverlust, Trainingsmangel und Demotivation."

(Quelle: Demografischer Wandel: Eine Herausforderung für die VBG von Dr. med. Jens Petersen, Sicherheitsreport 3/2008).

Alles also nur eine Frage der Strategie?

Wieder einmal rückt das selbstverantwortliche Lernen und das Selbstmanagement in den Mittelpunkt.

Fest steht jedenfalls: Ältere lernen anders als junge Menschen, schon allein, weil sie in einer ganz anderen Gesellschaft aufgewachsen sind und durch diese Sozialisation die für das Lernen spezifischen Schaltungen im Gehirn anders verknüpft sind.

90 % der Schwierigkeiten beim Lernen im Alter beruhen auf mangelnde Übung!

2.6.2009

Hör mal wer da spricht***Regelmäßig Podcast hören ...***

Neugierig geworden durch die verschiedenen Angebote von iTunes und einem Bericht über Podcasts war es eines Tages soweit. Jetzt wollte ich endlich einen Englisch-Podcast live erleben.

Was ist ein Podcast? Podcasts kann man als Radio- oder Fernsehsendungen auffassen, die sich unabhängig von der Sendezeit abspielen lassen. Podcasts sind in der Regel kostenfrei und werden über einen Feed (meist RSS) bezogen (Podcast abonnieren). Man abonniert den Podcast seiner Wahl und wird dann regelmäßig über die neusten Episoden (die einzelnen Sendungen eines Podcasts) informiert. Doch anders als bei einem Zeitschriften-Abo besteht keine Vertragsbeziehung zwischen Anbieter und Abonnenten.

Vorteile für den Fremdsprachenunterricht:

Bei Podcasts handelt es sich um aktuelle, authentische Audio- und Videodateien. Für Anfänger gibt es Podcasts mit langsam gesprochenen Interviews, Nachrichten oder vorgelesene Gedichte, Märchen und Erzählungen.

Podcasts schulen das Gehör, machen die Sprache lebendig und können sehr abwechslungsreich sein.

Also Notebook an, iTunes öffnen und im iTunes Store den Podcast von Spotlight suchen und abonnieren. So leicht geht das. Viele Podcasts lassen sich auch ganz normal als Audio-Datei von einer Web-Seite downloaden.

Kurzweilig und interessant kommt er daher, der Spotlight podcast. Einmal in der Woche präsentiert Inez Sharp ein 5-Minuten-Audioprogramm mit Informationen und Tipps rund ums Englisch lernen. Interessante Reportagen oder Interviews, Grammatik-Tipps und "Falsche Freunde" - kurz der Podcast hat viel zu bieten und macht Spaß. Einmal in der Woche darf ich mich jetzt auf diesen wirklich erfrischenden Appetithappen freuen.

Nun bin ich gespannt auf die Audio-CD zum Magazin. Sollte sie als ebenso kurzweilig und interessant erweisen, wäre das eine prima Ergänzung zu meinem Hörvergnügen.

Allerdings mein Sprechproblem: Selbst aktiv Texte formulieren und sicher mit einem Gesprächspartner kommunizieren, werde ich damit wohl nicht lösen.

Weitere Informationen unter: www.spotlight-online.de/podcast.

11.6.2009

Englisch lernen in New York

Catrin Jeguschke berichtet von ihrer Sprachreise nach New York.
Interview mit Catrin, siehe Web-Seite

15.6.2009

Falsche Freunde

Wir glauben einem alten Freund zu begegnen und ...

können uns fürchterlich blamieren.

"Falsche Freunde" sind Wörter, die im Englischen und Deutschen fast gleich sind.

Es handelt sich um zweisprachige Wortpaare, die ähnlich klingen, die aber völlig unterschiedliche Bedeutungen haben. Wenn wir dem Wort im Englischen begegnen, glauben wir, einem alten Freund zu begegnen, obwohl wir es mit einem völlig Fremden zu tun haben.

Ein beliebtes Beispiel ist das Wort "become", das im Englischen so viel wie "werden" bedeutet. "I become a beer?" Ziemlich peinlich. Oder "gift". Soll ich mich nun freuen oder lieber das Weite suchen, wenn mir "gift" überreicht wird?

Häufig werden auch Wörter als "falsche Freunde" bezeichnet, die wie gewöhnliche Fremd- oder Lehnwörter anmuten, aber in ihrer vermeintlichen Ursprungssprache keine oder eine andere Bedeutung besitzen (Beispiel: Handy bedeutet im Englischen nicht Mobiltelefon, sondern handlich.)

Solche "falschen Freunde" tauchen an jeder Ecke auf. Also lieber misstrauisch sein und die Wörter einem genauen Check unterziehen, bevor wir sie verwenden.

Wissenstest:

http://www.focus.de/schule/lernen/lernatlas/quiz/sprachen/englisch_aid_14230.html#

Eine Liste mit "falschen Freunden":

http://de.wikipedia.org/wiki/Liste_falscher_Freunde

*Es gibt nicht nur **falsche Freunde**, sondern auch **gute Freunde**. Sie meinen es gut mit uns, wenn sie uns fragen: „Wieso lernst du in deinem Alter noch Englisch? Das macht doch keinen Sinn!“ oder „Warum lernst du Englisch, das kannst du doch beruflich niemals anwenden?“*

Solche guten Freunde werden schnell zu falschen Freunden, weil sie sich als Motivationshemmer entpuppen.

22.6.2009

Impulse gesucht

Sehen - hören - lesen - mitmachen ...

Schon wieder eine Woche vorbei und schon wieder kein Wort Englisch gesprochen. Die neue Spotlight liegt auf dem Küchentisch, die Vokabelbox fristet ihr trostloses Dasein im Wohnzimmer und der Film "Halbblut" mit Val Kilmer liegt als Motivationshelfer in der Warteschleife.

Alles gut und schön. Trotzdem bin ich frustriert. Seit nun fast zwei Wochen habe ich kein zusammen hängendes Englisch mehr gesprochen. Es war einfach zu viel los. Und heute? Gelangweilt blättere ich in meinen Aufzeichnungen und stoße auf eine Internetadresse: <http://en.yappr.com>

Practice and learn English the fun way with entertaining videos. And when you register, you´ll enjoy making friends, yappr mail and worldwide chat. As always, it´s all free.

Vieles hatte ich gelernt in meinem Leben. Nur nicht, mich mit mir selbst zu verabreden, obwohl kein Druck durch einen Kurs oder eine Prüfung dahinter stand. Mir einfach Termine setzen, um zum Vergnügen zu lernen, das hatte ich bisher noch nicht gelernt.

Ob man es lernen kann? Mir scheint genau diese Tatsache ist der Schlüssel zu weiteren Erfolgen.

29.6.2009

Was macht eigentlich dein Englisch lernen

Vom Wesen der Veränderung

Hübsch sah sie aus - meine Tochter - in dem ärmellosen Ballkleid, mit hochgesteckten Haaren und viel zu hohen Stöckelschuhen. Eben erst dem Blitzlichtgewitter des Fotografen entkommen, der die Absolventenfeier des Abitur-Jahrgangs 2009 bildlich festhielt, hatte dieses schöne Wesen nichts anderes zu tun, als sich an unseren Eklat mit dem Englisch lernen zu erinnern. Okay, sie hatte ihr Ziel erreicht. Ich dagegen befand mich noch irgendwo auf der Wegstrecke.

Es gab Zeiten, da hätte mich diese spitze Bemerkung aus der Ruhe gebracht. Ich hätte an meiner Lernfähigkeit gezweifelt und das ganz Projekt in Frage gestellt. Dann stieß ich bei meinen Recherchen zu dem Buch "*Aufbruch in die Schmetterlingszeit*" auf die Tatsache, dass alle Veränderungsprozesse in Phasen verlaufen. Veränderungen des eigenen Lebensstils unterliegen genauso einem Rhythmus wie Veränderungsprozesse im einem Unternehmen. Diese Rhythmen lassen sich durch ein theoretischen Modells beschreiben - dem Phasenmodell für Veränderungsprozesse.

Auch das LERNEN ist ein Veränderungsprozess - Persönlichkeitsentwicklung - und so gehe ich davon aus, dass dieses Modell auch für meinen Englisch-Lern-Prozess gültig ist.

Die einzelnen Phasen:

Euphoriephase

Etwas Neues steht bevor. Die Erwartungen und die Motivation sind hoch. Alles soll anders und besser werden. Deshalb nennt man diese Phase die Euphoriephase. Im Allgemeinen freut sich der Lernende auf die Verbesserungen, ist voller Zuversicht und positiver Erwartungen.

Desillusionierungsphase

Ja und wie das so ist mit der Euphorie, sie beinhaltet auch viele Illusionen. In der zweiten Phase kommt man auf den Boden der Tatsachen zurück. Es wird klar, dass das neue Wissen noch nicht beherrscht wird oder nicht so einfach angewandt werden kann. Die Fehler der Vergangenheit werden einem bewusst und das dauernde Hinterfragen erzeugt ein seltsames Verhalten von Widerstand dem Bisherigen gegenüber, was dazu führt, dass mehr Fehler gemacht werden. In dieser Phase werden viele Vorhaben abgebrochen - Desillusionierung eben, vielleicht auch etwas Resignation.

Im Tal der Tränen

Der Tiefpunkt ist erreicht. Dem Lernende ist jetzt klar, dass er die Techniken, die Sprache oder die neue Verhaltensweise noch nicht beherrscht. Gleichzeitig ist er voller Zuversicht, dass er es schaffen kann. Auch wenn klar ist, dass das Können noch nicht da ist, weiß man doch: ES IST MÖGLICH und unter Anleitung lässt es sich auch anwenden. Man sammelt und ordnet die bestehenden Probleme und Schwierigkeiten und sucht nach Lösungsmöglichkeiten.

Lernphase

In der Lehrphase herrscht endlich wieder Zuversicht. Auch wenn noch Unsicherheit herrscht, werden definitiv neue Verhaltensweisen angewandt. Zwar ist die Anwendung auf einfache und klare Situationen beschränkt und kritische Situationen bereiten noch Mühe, doch der Lernende weiß, was er kann und das obwohl er weiß, dass er noch nicht alles überblickt und unsicher ist.

Leistungsphase

In der Leistungsphase wird das neue Wissen, die neuen Verhaltensweisen, beherrscht und umgesetzt. Es macht endlich wieder Spaß. Der Lernende weiß, dass er wirklich etwas gelernt hat, was umsetzbar und praktikabel ist. Nach und nach bekommt er immer mehr Lust auf neue Aufgaben.

Seitdem ich dieses Phasenmodell kenne, gelingt es mir immer besser mit mir und meinen angestrebten Zielen umzugehen. Wenn ich von vornherein weiß, dass auch Lebensstilveränderung und LERNEN diesem Rhythmus unterliegen, habe ich eine Möglichkeit mich in meinem eigenen Lerngeschehen zu orientieren. Diese Tatsache ist für mich wesentlich motivierender als wenn ich hilflos im "Tal der Tränen" sitze und nicht weiter weiß. So kann ich nach vorne blicken und wieder vorwärts gehen. Bestimmte Gefühlsentwicklungen sind eben ganz normal. Sie gehören genauso zu

einem Veränderungsprozess dazu, wie die Anfangsschwierigkeiten, die auftauchen, wenn man zum ersten Mal ein Auto fahren will.

Wahrscheinlich befand ich mich gerade mal wieder in einem "Tal der Tränen". Na und? Mit etwas Mut und etwas Humor würde ich schon bald auf die Lernphase zu-
steuern. Jetzt war es vor allem wichtig, meiner anfänglichen Begeisterung neue Nah-
rung zu geben.

Genauso wie in einer Beziehung das erste Feuer schnell verrauchet, wenn der Alltag mit seinen Anforderungen den Rhythmus bestimmt, so lässt sich auch beim LERNEN die Begeisterung nur am Leben halten, wenn das Feuer ab und zu neu entfacht wird.

Jetzt im April 2010 sitze ich immer noch im "Tal der Tränen". Trotzdem hat sich viel verändert. Seit ich angefangen habe, meine Blog-Aufzeichnungen zu analysieren sind mir schon einige Strategiefehler bewusst geworden.

Dieses Wissen werde ich nutzen, um mein Verhalten zu ändern und dann vielleicht den Schritt in die wirkliche „Lernphase“ zu schaffen.

6.7.2009

Grammar

If you make a mistake ...

Manchmal kann Spam im Mail-Account ganz schön lästig sein. Es gibt aber auch Tage, da trifft die Botschaft eines unverhofft eintreffenden Newsletter genau ins Schwarze. Genau das habe ich am letzten Freitag persönlich erlebt, als die Betreffzeile der Mail mit "Wie fit sind Sie in Business English wirklich?" provozierte.

"If you make a mistake while speaking, most people will accept it. But if you make a grammatical mistake in writing, there´s no going back!"

las ich und mir wurde klar, da gab es einen Bereich in meinem Englisch Projekt, den hatte ich bisher sträflich vernachlässigt. Wenn ich an Grammatik dachte, bekam ich immer einen so trockenen Geschmack im Mund, dass sich meine Freiwilligkeit sofort auf der Flucht befand. Genauso erging es mir einmal, als ich Kursunterlagen für ein Betriebswirtschaft-Fernstudium angefordert hatte. Schon beim Auspacken der Unterlagen stellte sich dieser trockene Geschmack ein. Mit diesem Widerwillen würde ein Fernstudium wenig Sinn machen, das war mir sofort klar. Kein Wunder also, dass das Paket postwendend zurückging. Nun das gleiche Problem beim Englisch lernen?

Wie auch immer, ich hatte noch etliche Mails zu schreiben, um die Planungen meines Reiseprojekts aufgrund der neusten Entwicklungen voranzutreiben. Meine Coaching-Lessons waren beendet. Das große Urlaubs-Feeling hatte eingesetzt und selbst unser kleiner Ort wirkte menschenleer. Mit fachlicher Unterstützung konnte ich zur Zeit nicht rechnen. Vielleicht war das die große Chance, endlich autark zu werden.

Nun war Mut gefragt und vielleicht etwas Fachlektüre oder ein Sprachtrainer oder ...

Doch welches Lernmaterial oder welches Produkt war für mich geeignet, wenn es darum ging grammatikalisch korrektes Englisch zu schreiben? Staubtrocken durfte es jedenfalls nicht sein, denn dann würde ich sofort meine Lust verlieren. Fragen über Fragen. Vielleicht sollte ich einfach einmal in meiner Lieblingsbuchhandlung in Braunschweig vorbeischauchen. Ich wusste, dort gab es eine gut sortierte Sprachenabteilung.

Bei dieser Hürde benötigte ich dringend Hilfe. Vielleicht könnte ich bei dieser Gelegenheit auch gleich ein wenig shoppen gehen ...

An diesem Tag habe ich keinen Sprachtrainer gefunden. Auch heute lag zwar allherhand Lernmaterial bei mir rum, doch ein EDV-Trainer oder Lehrbuch, das mir den roten Faden für mein Lernen vorgibt, damit Erfolge sichtbar werden, fehlt noch in meiner Sammlung.

3. August 2009

Auszeiten

Die Attraktivität des Alltäglichen ...

Von Zeit zu Zeit benötigen wir eine Auszeit, um dem Alltäglichen zu entfliehen. Meist planen wir diese Auszeit als Urlaub und hoffen so, den Kopf endlich wieder frei zu bekommen. Manchmal werden wir aber auch von heute auf morgen aus dem Alltag gestoßen und uns wird unfreiwillig eine Auszeit verordnet. Wie auch immer – eine Auszeit erlaubt die Reflektion des eigenen Tuns, der eigenen Ziele und des bisher Erreichten aus einer anderen Sicht.

Mein Englisch-Projekt war ins Stocken geraten. Erst meine "Auszeit" machte es mir möglich, mit frischem Mut und neuem Elan weiterzumachen.

Der Reiz der Normalität

Kehrt man zurück in die Normalität des eigenen Lebens und Lernens und ist man offen für das Besondere im Alltäglichen, kann man so einige Überraschungen erleben:

Podcasts aktualisieren – Dieses Mal brauchte ich Leo beim Abhören kein einziges Mal bemühen. Alle Texte konnte ich problemlos verstehen.

Die neue Spotlight – Auf der Terrasse sitzen, den Sonnenschein genießen und in den Neuigkeiten stöbern. Echt chillig.

Den Film "Was Frauen wollen" gemeinsam mit der Freundin auf englisch ansehen. Zwar verstehe ich nicht alles, doch die Schauspieler wirken wesentlich authentischer und vor allem das gemeinsame Rumlachen und Lachen – einfach nur gut.

Die angefallenen Mails übersetzen und beantworten – Habe ich dafür sonst nicht immer viel mehr Zeit benötigt?

Das Englisch lernen in den Alltag einbauen hatte Früchte getragen. Dies nach meiner Auszeit als etwas ganz Normales zu erleben, hat etwas Reizvolles. Es macht mich zufrieden und glücklich.

Die Attraktivität des Besonderen

Auszeit – freie Zeit – neue Ideen – viele Inspirationen.

Hier einige Ideen, die jetzt auf ihre Umsetzung warten:

- Das englische Kochbuch testen. Erstanden während des letzten Stadtbummels in Braunschweig.
- Dem Sender BBC einen der vorderen Kanal-Plätze auf der Fernbedienung (Fernseher) zuweisen. Regelmäßig Nachrichten hören (sehen) und am Ball bleiben.
- Star Trek Filme ansehen und dann als eine Art Hörbuch auf englisch hören, z. B. beim Autofahren oder bei sonstigen manuellen Tätigkeiten. Ein Tipp von Vera Birkenbihl und eine Idee, die mich als Trekkie voll begeistert. Leider haben wir diese Filme nur auf Video ...

Auszeiten sind nötig! Wenn der Geist immer nur auf Hochtouren läuft, haben wir oft das Gefühl "Nichts geht mehr!". Gerade beim LERNEN schaffen Auszeiten Raum für Neues oder unterstützen die Verankerung des bisher Gelernten im Gehirn.

11.8.2009

Von der Küche zum „kitchen“***Altbekanntes neu entdeckt – Rezepte auf englisch***

Urlaubstage bringen oft frischen Wind in das Alltagsgetriebe, auch wenn man einen Teil seines Urlaubs in den heimischen Gefilden verbringt. Endlich hat man Zeit neue Dinge auszuprobieren.

Auf meiner letzten Shopping-Tour habe ich das Kochbuch "modern german cooking" von Dr. Oetker erstanden und nun weht ein anderer Wind in meiner heimischen Küche.

Der Dr. Oetker Verlag ist bekannt für Kochbücher mit wirklich guten, praxiserprobten Rezepten und so kommt auch dieses Kochbuch mit frischen Anregungen und appetitanregenden Vorschlägen daher. Die Aufmachung ist modern und inspirierend. Das alle Texte in englisch sind, ist plötzlich keine Barriere mehr. Im Gegenteil – das Buch ist eine Herausforderung, die man gerne annimmt.

Besonders die begleitenden Texte haben es mir angetan: "Mother's potato salad – Those checking out of Mother's Hotel will probaly have just moved in on their own. They are missing a cuisine which no restaurant can offer them. So when you feel homesick, this is the perfect comfort food." oder "Chicken broth – Are you lovesick? Do you have a cold? Chicken broth is the answer to almost any ailment. But even if you are not suffering from anything, you will still enjoy this most classic of soups." Klingt das nicht vielversprechend?

Heute werde ich die "Chinese noodles with vegetables" ausprobieren. Ich freue mich schon richtig auf dieses leichte und leckere Gericht.
Weitere interessante Rezepte gibt es unter: <http://allrecipes.com/> .

Fazit:

ENGLISCH LERNEN in den Alltag einbauen kann sehr viel Spaß machen !

Bücher:

German Cooking Today. Reiseausgabe/Softcover

Das Kochbuch meiner Wahl heißt: "modern german cooking" von Dr. Oetker. Leider stellt Amazon noch keinen Link für weitere Informationen zur Verfügung.

9.9.2009

Alles eine Frage der Motivation***Wenn die eigenen Ziele im Alltag stecken bleiben***

Während seines Vortrages am 2.9.09 in Braunschweig konfrontierte Prof. Gerald Hüther seine Zuhörer mit der Aussage, dass auch ein 85jähriger Chinesisch lernen kann, wenn die Motivation stimmt. Wäre in diesem Fall die Motivation eine junge chinesische Frau, wäre der Mann in diese Frau verliebt und würde er ihr nach China folgen, dann könne auch er innerhalb eines Jahres Chinesisch sprechen.

Das Gehirn ist lernfähig bis ins hohe Alter !!!

Doch die Motivation muss stimmen, sonst haben gerade alte Menschen keine Lust mehr, etwas Neues zu lernen.

Alles ist also eine Frage der Motivation. Das Gehirn ist nicht schuld, wenn es mit dem LERNEN nicht klappt.

Meine Motivation Englisch zu lernen war eingeschlafen. Durch einen überraschenden Krankenhausaufenthalt und die Folgen der Narkose (Man sollte wirklich einmal untersuchen, welche Langzeitwirkung eine Narkose auf die geistige Klarheit hat), hatte ich mein Amerika-Projekt in Frage gestellt.

Endlich ein Silberstreifen am Horizont. Und plötzlich sieht die Welt wieder ganz anders aus. Was freudige Botschaften doch so alles bewirken können. Nun sind es nur noch 4 Wochen und die Reise wird beginnen - eine andere Reiseroute, andere Reisepartner, doch das gleiche Ziel: Mehr über die Native Americans zu erfahren.

Manchmal geht die Motivation beim LERNEN schlafen. Was war der ursprüngliche Beweggrund für das Lernvorhaben? Habe ich mein Ziel noch vor Augen?

25.9.2009

Auch das noch

Eile mit Weile ...

Jetzt hat es mich wirklich kalt erwischt. Meine Reise steht kurz bevor und ... Mein Englisch lernen ist seit mindestens zwei Monaten stark ins Hintertreffen geraten. Kaum fällt die regelmäßig Routine durch den Trainer weg und schon fällt Frau in das alte Muster zurück – nämlich so gut wie nichts tun. Mit Selbstlernkompetenzen hat das kaum etwas zu tun.

Doch es gibt auch Hoffnung. **Immerhin verfüge ich über einen Basiswortschatz** und auf dem kann ich aufbauen.

Und dann wurde ich durch meinen Reiseführer "Iwanowski's USA-Grosse Seen" auch noch auf die kulturellen Unterschiede aufmerksam gemacht. Dieses Thema war mir bisher gar nicht in den Sinn gekommen - zu sehr hatte ich mich mit den Indianern beschäftigt und nicht mit den Amerikanern. Und just zu diesem Zeitpunkt flatterte die Einladung zu einem Infoabend "Erfolg durch interkulturelle Kompetenz" in mein Haus.

Es war ein sehr interessanter Abend. Ich, die sehr gern das private Gespräch mit Menschen sucht und sich mühsam daran gewöhnt hat, bei geschäftlichen Besprechungen möglichst gleich auf den Punkt zu kommen, erfahre, dass diese Vorgehensweise eine ganz besondere Eigenart der Deutschen ist. Im Ausland geht es nicht immer sofort um das Geschäft, sondern das zwischenmenschliche Gespräch steht im Mittelpunkt. Erst nach dem Freundschaften ausgetauscht worden sind, kommt man auf das Geschäftliche zu sprechen. Für einen Deutschen sehr ungewöhnlich. Was bedeutet das für mich? Wenn ich also meinen iPod mit dem Hörbuch-Lektion zum Thema SmallTalk präpariere, habe ich vielleicht gute Chance doch noch ins Gespräch zu kommen.

Noch etwas habe ich an diesem Abend kennengelernt: das Seminarschauspiel. Ein Schauspieler spiegelt die Eigenheiten des Schülers und eröffnet ihm so die Möglichkeit, sein nonverbales Verhalten zu ändern und zwar jeweils auf die Sitten und Gebräuche der Kultur hin, mit der er geschäftlich in Kontakt kommen will. Eine wirklich wirkungsvolle Methode, sich selbst kennenzulernen.

Den ganzen Vormittag bin ich unruhig hin und her gelaufen und habe mich gefragt, wie ich jetzt weiter verfahren soll. Es gibt keine schnelle Lösung. **Im Moment kann ich nur auf meine eigenen Kompetenzen vertrauen** und darauf, dass ich mich einer Reisegruppe angeschlossen habe – also nicht ganz allein vor dem Problem stehe. Über Wege, wie ich weitermachen kann, um eines Tages doch einmal fließend Englisch sprechen zu können, werde ich nach meiner Reise nachdenken.

Nun reise ich doch "In Sandalen nach Alaska" oder besser als Sprach-Greenhorn nach Kanada/USA – schade.

"Die Natur der Menschen lässt sie einander nah sein, doch die Gebräuche halten sie voneinander fern." Konfuzius

23.10.2009

15.000 Meilen und noch mehr

Reisen und Erfahrungen sammeln

Für einige Zeit in einem Englisch sprechenden Land leben und gleichzeitig einen Englisch-Kurs besuchen, diese Möglichkeit des LERNENS erscheint mir nach Abschluss meiner Reise durch Kanada und USA als die effektivste Form des Sprachen-Lernens.

Nach 10 Tagen hatte ich mich an die und das Fremde gewöhnt. Ich konnte feststellen, dass mein Wortschatz von Tag zu Tag zunahm. Voller Unsicherheit hatte ich diese Reise begonnen. Dann stellte ich fest: Sowohl die Amerikaner als auch die Kanadier sind sehr, sehr freundlich und hilfsbereit. So kam ich mit meinem immer noch sehr "norddeutsch" angehauchtem Englisch gut zurecht. Schwer fiel es mir, den Ausführungen der Stadtführer zu folgen. Sie sprachen sehr schnell und erzählten Anekdoten, deren Pointen ich nicht nachvollziehen konnte. Leider, aber daran werde ich in Zukunft arbeiten.

Rückblickend war es eine wunderbare Reise, die mich von Detroit zu den Niagara Falls, dann nach Toronto über Sudbury und St. Ignace nach Chicago und dann von Detroit nach New York brachte. Ich habe vieles gesehen und erlebt. Die Mühe mit dem Englisch lernen hatte sich auf jeden Fall gelohnt.

Doch viel zu schnell waren die schönen Tage vorbei. Zurück bleiben Erinnerungen an 15 erlebnisreiche Tage.

Einige Inspirationen und Gedanken zu dieser Reise habe ich hier zusammen getragen.



Niagara Falls

<http://www.niagarafallstourism.com/>

Tosende Wasser auf dem Weg in die Tiefe – freier Fall. Wie die Faszination eines Augenblicks, in dem der Fluss des Lebens mit vitaler Kraft etwas Neues wagt, ohne den Ausgang dieses Abenteuers zu kennen.



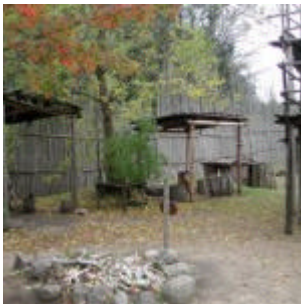
Toronto

<http://www.toronto.ca/>

Mut und Initiative vollbringen Dinge, die am Anfang unmöglich erscheinen, und schaffen auch in den unwirtlichsten Regionen Raum für Entwicklung und Fortschritt.

Kaum zu glauben, dass in den Wintermonaten über -40 Grad

Kälte herrscht. Durch diese klimatische Herausforderung entstand die größte unterirdische Einkaufspassage der Welt – The Path.

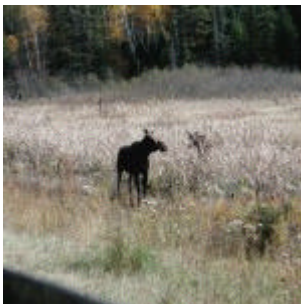


St. Marie among the hurons

<http://www.saintemarieamongthehurons.on.ca/>

Die Erfahrungen aus den Ereignissen der Geschichte bilden den Humus für die Zukunft. Die Rückbesinnung auf die eigenen starken Wurzeln trägt uns unserer Lebensvision entgegen.

Einblicke in eine längst vergangene Zeit. Besuch in einem Huronen-Dorf. Seltsame Erinnerungen an die eigenen Vorfahren und ihr karges Leben auf dem Lande. Im alten Jesuiten-Kloster "St. Marie among the hurons" neue Einblicke in die Integrationsbedingungen der Ureinwohner in das heutige Kanada.

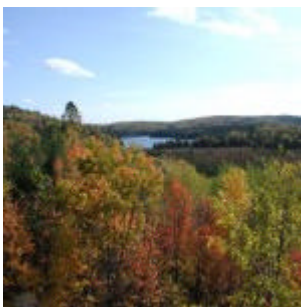


Auf der Fahrt in den Algonquin-Park

Elche

Ungewöhnliche Begegnungen öffnen das Herz für das gegenseitige Verständnis. Offene Herzen schlagen Brücken der Kommunikation für ein friedlicheres Miteinander.

Eines der High-Lights meiner Reise: Die Begegnung mit zwei jungen Elchkühen.



Indian Summer im Algonquin-Park

Der Algonquin-Park

<http://www.algonquinpark.on.ca/>

Leuchtende Farben und unberührte Natur. Heilkräfte und Ressourcen, tief in uns verborgen, stärken unser Leben. Für ihren Schutz tragen wir die Verantwortung.

Indian Summer – Kanada pur. Die leuchtenden Farben, die stillen Seen. Leider lässt unser Zeitplan es nicht zu länger zu verweilen.



Fort Mackinac

<http://www.mackinacparks.com/fort-mackinac/>

Vergangenheit und Fortschritt im Wechselspiel der historischen Ereignisse lässt uns die Flüchtigkeit des JETZT erkennen und setzt die Probleme des Alltags in ein anderes Licht.

Ein wunderschön gestaltetes historisches Museum, das einen in die Tage der Fallensteller und Pelzhändler entführt.



Chicago

<http://www.gochicago.com/deutsch/>

Anmut und Eleganz beim Tanz auf dem Boden einer bewegten Vergangenheit in mitten der Gefahren von Mobilität und Fortschritt auf dem hoffnungsvollen Weg in die Zukunft.

Chicago hat mich gleichermaßen erschreckt und fasziniert. Zurück blieb der Eindruck einer Stadt, die ich auf jeden Fall noch einmal besuchen werde.

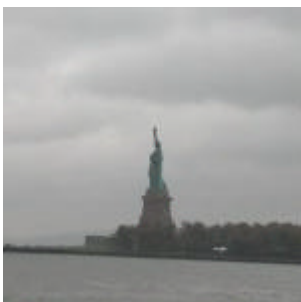


Milleniumpark – Chicago

<http://www.millenniumpark.org/>

Perspektiven verändern – andere Sichtweisen zulassen, auf diesem Boden kreieren wir die Welt von morgen.

Überlässt man sich den vielfältigen Eindrücken im Milleniumpark, erlaubt man seiner Seele sich zu weiten, dann weiß man: Ja, gemeinsam können wir es schaffen und uns eine lebenswerte Zukunft bauen.



New York – Statue of Liberty

<http://www.newyork-reise.de/freiheitsstatue.htm>

Der Schritt ins Ungewisse – der Weg in ein Leben in persönlicher Freiheit, voller Chancen und Möglichkeiten – war schon immer ein Wagnis. Nur wer in Frieden das Alte abschließt und hinter sich lässt und mutig auf das Neue zugeht, kann wirklich frei sein.

Auch wenn sie im Nebel stand und der Regen die Besichtigung zu einem wahren Abenteuer werden ließ, diese Lady hatte sofort mein Herz erobert.

10.11.2009

Lieblingslektüre

Lesen was Spaß macht

“Also ich habe am Anfang hauptsächlich Liebesromane in Englisch gelesen!” verriet mir Doris während unserer Amerikareise als wir über die Schwierigkeiten des Sprachenlernens diskutierten. Doris - Fachlehrerin für Englisch an einer Realschule - und Liebesromane? Als ich sie etwas dumm ansah, berichtete sie, dass sie damit sehr gute Erfolge erzielt hätte, denn das Lesen hätte ihr sehr viel Spaß gemacht.

Auf dem John-F.-Kennedy International Airport in New York hatte ich etwas Langeweile. Deshalb nahm ich den Impuls auf, suchte im nächsten bookstore nach geeigneter Lektüre und wurde fündig: “Windfall” von Nora Roberts. “Containing the timeless classics Impulse und Temptation” stand auf dem Umschlag.

Mit dem Lesen auf dem Flughafen wurde es dann doch nichts. Doch jetzt drei Wochen später, nachdem der ganze Reisetstress von mir abgefallen ist und ich wieder Zeit habe das trübe Novemberwetter zu genießen, scheint mir dieser Roman eine gute Lektüre für die langen Abende zu sein.

Ich bin ziemlich neugierig. Wird ein Liebesroman mir neue Türen zum besseren Sprachverständnis öffnen? Also hinein in das Abenteuer mit Rebecca Malone and her adventure in Greece.

15.11.2009

Die Vorleserin

Ein unwiderstehliches Angebot

“Windfall” – mit dem Buch von Nora Roberts hatte ich es mir auf dem Sofa gemütlich gemacht und freute mich auf einen schönen Leseabend. Trotzdem wollte beim Lesen nicht so recht Freude aufkommen. Schließlich fragte der Mann an meiner Seite mich, warum ich so schlecht gelaunt sei.

Bereitwillig schilderte ich ihm mein Problem. Grundsätzlich fiel mir das Lesen ja leicht, wenn ich die Vokabel kannte und wusste, wie ich sie auszusprechen hatte. Doch sobald ich auf fremde Wörter stieß, was bei dieser Lektüre laufend geschehen würde, könnte ich die fremden Worte zwar lesen, doch das glich wohl eher einem deutschen Englisch. Deshalb wäre es so schwierig für mich, ein richtiges Gefühl für den Text zu bekommen und so mache das Lesen einfach keinen Spaß.

Er schaute mich ungläubig an. “Es geht nicht um die Wörter, die ich kenne. Es geht um die Vokabeln, die ich noch nicht kenne. Ich weiß nicht, wie ich sie aussprechen soll!” wiederholte ich noch einmal meine Sorgen. Natürlich kam dann die berühmte Frage “Habt ihr in der Schule die Aussprache denn nicht gelernt?” Naja, wie lange lag die Schulzeit zurück? Und die Lautschrift? Ja, wer liest denn die schon?

Jedenfalls erkannte mein Schatz das Problem sofort. Da er zu den Menschen gehört, die während ihrer Schulzeit die richtige Aussprache und Betonung für englische Vokabeln und Texte intensiv geübt hatten, bot er mir an, ich solle ihm etwas vorlesen und er würde mich dann entsprechend korrigieren.

“Du weißt, dass das ein Liebesroman ist?” fragte ich ungläubig. Er zuckte nur mit den Schultern und grinste mich an.

Nun sind Ehemänner nicht unbedingt die geeigneten Lernpartner für eine Frau. Etliche Erzählungen von Frauen aus meinen EDV-Kursen, von ihren leidvollen Erfahrungen mit Männern, die einfach nicht die Geduld hatten, ihnen zu vermitteln, wie man einen PC anschaltet und bedient, fielen mir ein. Ich sag es doch: Frauen lernen anders.

Im Sommer dieses Jahres musste ich meine These “Männer lernen eher spielerisch und Frauen wollen im Vorwege wissen, welchen Sinn und Zweck ihr LERNEN hat” korrigieren. In einer Diskussionsrunde mit einer Gruppe von Frauen zum Thema “Frauen lernen anders” erfuhr ich, dass das zwar auf technische Zusammenhänge zutrifft, beim Sprachen lernen scheint es jedoch genau umgekehrt zu sein. Es war also an der Zeit, meine alten Vorbehalte beiseite zu legen und warum sollte ich es nicht einfach ausprobieren?

Anfänglich bestand mein Vorlesen aus einem ziemlichen Gestolpere und Gestottere, da meine Sprechmuskeln an diesem Abend irgendwie nicht richtig funktionieren wollten. Auch war schnell klar, dass ich wohl zum Wiederholungstäter werden müsste, wenn diese Übung nachhaltigen Erfolg haben sollte. Und doch, an diesem Abend trainierte ich nicht nur mein Sprachverständnis sondern hauptsächlich meine Lachmuskeln. Es war so vergnüglich und lehrreich, dass ich mich schon jetzt auf ein nächstes Mal freue.

23.11.2009

Tausend und eine Vokabel

Jeden Tag ein bisschen

Wenn ich mir in der Woche ca. 20 neue Vokabeln aneigne, dann sind das bei 52 Wochen im Jahr 1040 Vokabeln. Ganz schön viel.

20 Vokabeln pro Woche bei einer Fünf-Tage-Woche bedeutet 4 Vokabeln pro Tag. Eigentlich gar nicht so viel.

Doch welche Vokabeln?

Etwas ratlos saß ich da. “Rebecca Malone” schoss es mir durch den Kopf. Würde es sich lohnen, die unbekannteren Vokabeln eines Liebesromans herauszuschreiben und zu lernen? Wohl eher nicht. Die Geschichte war ziemlich schnulzig und es gab sicherlich sinnvollere Texte. Außerdem würde ich damit den beruflichen Part völlig vernachlässigen.

Eine der herausragenden Eigenschaften eines Menschen ist die Fähigkeit, Kompromisse zu schließen. Also halb und halb? Also die Hälfte berufliche Vokabeln und die andere Hälfte allgemeine?

Doch theoretische Spekulationen waren hier fehl am Platz. Tun ... ohne es zu tun, würde ich wohl keine einzige Vokabel dazulernen.

30.11.2009

Bilderbücher

Vokabeln lernen anders ...

Manchmal führt mich mein Weg in den Braunschweiger Bahnhof und meistens auch in die dazugehörige Buchhandlung. Sie hat so etwas Magisches an sich. Ich weiß auch nicht warum. Jedenfalls verleitet mich das vielfältige Sortiment immer dazu, etwas zu kaufen.

Letzten Freitag war es wieder soweit. Ganz harmlos streifte ich an den ausgestellten Büchern und Zeitschriften vorbei, bis mein Blick auf dem Buch **‘Visuelles Wörterbuch – englisch deutsch’** hängen blieb. Visuelles Wörterbuch? Was hatte man darunter zu verstehen? Schon befand sich das Buch in meinen Händen.

Ja und was soll ich sagen. Plötzlich befand ich mich in der Zeit der Bilderbücher. Meinen Kindern hatte ich in jungen Jahren Bilderbücher mit deutsch-englischen Vokabeln geschenkt. Eine lustige Angelegenheit, von der auch ich profitiert habe. Dieses Wörterbuch erinnerte mich an diese schönen Stunden: gemeinsam Gucken, Sprechen und Lachen.

Dieses Wörterbuch geht jedoch weit über ein Bilderbuch hinaus. Über 6000 Wörter und Redewendungen sind in ihm zu finden – zu den verschiedensten Lebensbereichen und Themen.

“Die Kombination von Bild und Wort erleichtert den Zugang zur englischen Sprache und der Wortschatz prägt sich ein,” verspricht die Beschreibung auf dem Cover. Auch wenn ich nicht unbedingt ein visueller Lerntyp bin, so macht es doch sehr viel Spaß, in diesem Buch zu blättern und die Themen zu erkunden!

Vokabeln lernen einmal anders ! Macht sehr viel Spaß !

7.12.2009

Kochstunde

Beginn einer Freundschaft

Am Wochenende fiel mir das Dr. Oetker Kochbuch “modern german cooking” in die Hände. Spontan musste ich lachen, als ich den Satz “Sauerkraut was so yesterday”

auf dem Cover des Buches las. Das Wochenende stand vor der Tür und wieder einmal wusste ich nicht, was ich denn kochen sollte. Dankbar für jeden Tipp schlug ich das Buch auf und wurde fündig. Ein Bild von einem leckeren Auflauf lachte mich an "Fish Caprese – Italian for beginners".

Samstags ist Markttag. Kurz entschlossen brachte ich mir die erforderlichen Zutaten vom Wochenmarkt mit. Die Zubereitung nach Rezeptbuch war sehr einfach. Die Kombination Tomaten, Zucchini, Mozzarella und Fisch genial. Der Auflauf schmeckte lecker!

Hier das Rezept (etwas vereinfacht) zum selbst ausprobieren:

Fish Caprese

4 tomatoes, 2 small courgettes, 1 packet (250 g) mozzarella, salt, pepper from the mill, 1 tbsp dried italian herbs, 4 tbsp olive oil, 4 fish fillets, some springs basil

Tomatoes and courgettes: Wash und wipe them dry. Cut the tomatoes, the courgettes and the mozzarella into slices an arrange the slices in such away that they overlap in a shallow, well greased soufflé dish. Season with salt and pepper and the herbs an sprinkle 2 tabelspoon of olive on top.

Rinse the fish fillets under cold water, wipe dry, season with salt and pepper and arrange on the vegetable-cheese mixture. Season with salt, pepper und the remaining herbs. Sprinkle the rest of the oil on top. Bake the fish, uncovered, in the oven preheated to 200 degree, fan oven 180 degree for 25 -30 minutes.

Tipp:

The delicious served with rice or potato puree. You can also use deep-frozen fish.

Anmerkung: Das Originalrezept befindet sich in dem Kochbuch von Dr. Oetker "modern german cooking" auf Seite 102.

Zu einigen Blog-Einträgen habe ich Kühlschrankschrankvokabeln entwickelt. Sie stehen als PDF-Datei auf der Interenetseite zur Verfügung.

14.12.2009

Schon wieder Weihnachten?

Alltagsvokabeln

Wieder kommt Weihnachten so plötzlich. Obwohl ich mir Anfang des Jahres vorgenommen hatte, in diesem Jahr wird alles anders, bringt der Blick auf den Kalender mich ins Schwitzen. Nur noch 10 Tage ...

Die Stadt ist voll, entsprechend meine Lust auf Shopping. Ob es sich noch lohnt im Internet etwas zu bestellen? Auf jeden Fall will ich trotz der knappen Zeit am Ball bleiben und meine 20 Vokabeln zusammentragen. Ich suche unter "Weihnachten" im Wörterbuch und werde konfrontiert mit den Ereignissen des Lebens.

Die Taktik, Vokabel am Kühlschrank und beim Lernen kochen, hatte sich gut bewährt. Das Vokabeln lernen war ein Klacks – aber vielleicht lag es auch daran, dass ich die meisten Vokabeln schon kannte...

Vokabeln der Woche: **Ereignisse des Lebens**

30.12.2009

Das Fest ...

Klar sehen ...

Weihnachten – das Fest der Liebe. Am Heiligabend brach meine Brille entzwei. In mitten des ganzen Trubels nun auch noch dieses Malheur. "Sollbruchstelle" kommentierte der Mann an meiner Seite trocken und gab mir zu verstehen, dass ich jetzt wohl bis Anfang des neuen Jahres warten müsse, bis ich wieder klar sehen könnte.

Eigentlich sind es ja nur ganz wenige Tage, doch wenn man auf etwas wartet, scheinen sie endlos zu sein. Ein Jahr geht zu Ende und ein neues hat sich angekündigt. Wie auch immer, es gibt natürlich eine Ersatzbrille, doch die ...

Ich beschloss, mich mit den Vokabeln für diese Woche schon einmal auf den Besuch beim Optiker vorzubereiten.

Vokabeln lernen ist out, lautet der derzeitige Trend. Doch ich frage mich, wie will ich meinen Wortschatz bereichern, um irgendwann einmal wirklich interessante Gespräche führen zu können, wenn mir immer die nötigen Vokabeln fehlen? Um sich ins Gespräch einzubringen, reicht es jedoch nicht aus, nur die richtigen Vokabeln zu kennen, auch die richtige Ausdrucksweise sollte sofort präsent sein. Ob meine Kühlschrank-Methode mir auch dabei helfen kann?

Beim Optiker – Interesse bekunden : Die Kühlschrankvokabeln

5.1.2010

Zeit zum Leben

Everyday life – Alltag

"Life is that what happens while you are eagerly looking to make other plans."

"Leben ist das was passiert, während du eifrig dabei bist, andere Pläne zu machen."

John Lennon (1940 – 1980)

Dieses Zitat von John Lennon berührt mich immer wieder aufs Neue. Gerade wenn die Landschaft im Schnee versinkt und das Autofahren schwierig ist, ist man geneigt, Reisepläne für den Sommer zu machen, statt das Leben, so wie es ist, zu genießen. Zum Beispiel das Schlafen.

Schaut man sich einmal im Schlafzimmer um und sucht dann nach den Vokabeln für die einfachsten Gegenstände des Lebens, ist man beeindruckt von der plötzlichen Leere, die im Kopf herrscht.

Doch nun raus aus den Feder und rein ins Vergnügen. Der Winter hat so viel zu bieten.

12.1.2010

Eingefrorene Aktivitäten

On the way

Noch immer hat der Winter uns voll im Griff. Durch den vielen Schnee und die frostigen Temperaturen scheinen die Uhren etwas langsamer zu ticken. Die Menschen sind freundlicher und rücksichtsvoller – Ausnahmesituation?

Mein Besuch beim Optiker war nicht so sehr erfreulich. Meine Brille wurde zur Reparatur eingeschickt. Zwei Wochen warten!

Zweifel machen sich breit. Wird es mir im Januar noch gelingen das neue Jahr durch meine Lieblingsbrille zu betrachten?

Helpful Phrases : expressing doubt

Is that so?

Really?

Are you sure?

Well, I find that hard to believe ...

Do you really think so?

Well, whatever!

At the optican´s – beim Optiker

My glasses are broken. – Meine Brille ist kaputt.

Can you repair that straight away? – Können Sie das sofort reparieren?

When can I collect the glasses? – Wann kann ich die Brille abholen?

I would like to buy a pair of sunglasses. – Ich möchte eine Sonnenbrille kaufen.

I need self cleaning material for contact lenses. – Ich brauche Pflegemittel für Kontaktlinsen.

Na, wer sagt es denn. Mit diesen Sätzen habe ich doch gleich ein Notfall-Set für den nächsten Sommer-Urlaub.

20.1.2010

Alte Zöpfe

und neue Highlights

“Wow, du hast dich endlich von deinen alten Zöpfen getrennt!” begrüßte der Mann an meiner Seite mich.

‘Oh,’ dachte ich, ‘er hat tatsächlich bemerkt, dass ich beim Friseur war!?!’ Ernüchternd stellte ich fest, statt mich betrachtete er die Packung des toplingua PC-Sprachkurs für 4,99 €, den ich mir gestern im Supermarkt gekauft hatte, um meinem Sprachen lernen neue Impulse zu geben.

Im Test gestern Abend hatte sich das Programm als sehr kurzweilig entpuppt, jedenfalls ein Kontrast zu meinem LERNEN mit dem Kühlschranks (Mehr war im Moment einfach nicht drin. 2010 begann genauso hektisch wie 2009 zu Ende ging).

Mein größtes Problem konnte aber auch der PC-Sprachkurs nicht lösen. Mir fehlten Kommunikationspartner und Gelegenheiten, um das Gelernte anzuwenden.

Allerdings hatten sich die Kühlschrankskabeln als sehr kommunikativ erwiesen. Alle Kühlschranksbenutzer profitierten davon. Sogar meine Tochter, die sehr unregelmäßig hereinschneite, ließ es sich nicht nehmen, die Liste intensiv durchzulesen: “Oh, du warst beim Optiker?” ...

At the hairdresser´s – beim Friseur

I would like an appointment for tomorrow. – Ich hätte gern einen Termin für morgen.

Not too short, please. – Bitte nicht zu kurz schneiden.

Shampoo and cut, please. – Bitte waschen und schneiden.

Only the ends, please. – Bitte nur die Spitzen.

I would like a perm, please. – Ich hätte gern eine Dauerwelle.

Kühlschrankskabeln: At the hairdresser´s – beim Friseur

26.1.2010

Das Gegenteil vom Anfang

Opposites

Heute ist es kalt und für Donnerstag steht Regen auf dem Plan des Wetterdienstes. Die gefühlte Temperatur ist das Gegenteil von angenehm. I´m allergic to 20 degrees below zero. Und überhaupt, worauf soll man sich denn nun einstellen – Schlittschuh laufen oder Schlittern auf spiegelglatter Straße?

Heute soll es schnell gehen, doch ich bin langsam. Ich freue mich auf das Ende und bin doch erst am Anfang...

Manchmal ist das Leben ganz schön verwirrend!

particles and antonyms / Partikel und Antonyme

over – under / oben – unten
in front of – behind / vor – hinter
onto – into / auf – in
above – below / über – unter
in – out / in – aus
inside – outside / innerhalb – außerhalb
before – after / vor – nach
early – late / früh – spät
now – later / jetzt – später
always – never / immer – nie
large – small / groß – klein
wide – narrow / breit – schmal
tall – short / groß – kurz
high – low / hoch – niedrig
good – bad / gut – schlecht
black – white / schwarz – weiß
better – worse / besser – schlechter
young – old / jung – alt
sick – well / krank – wohl
beginning – end / der Anfang – das Ende

2.2.2010

Sprüche klopfen***So läuft der Hase!***

“That´s the way the cookie crumbles!” kommentiert der Mann an meiner Seite meine freudige Überraschung. Erleichtert hatte ich festgestellt, dass ich meinen iPod nur ans Ladegerät stecken musste, um ihn wieder zum Leben zu erwecken. Er war nicht kaputt, nein, ihm fehlt nur der Saft zum Leben (Strom).

Nun war diese Situation schon peinlich genug, was sollte da noch dieser Spruch von krümmeligen Keksen?

Mein Gesicht musste wohl etwas seltsam ausgesehen haben, denn er schien sich königlich zu amüsieren, sagte nur: “Finde es heraus. Es ist ein Spruch!” und war schon verschwunden.

Ich verkniff mir den Gedanken “Typisch Mann, nichts als Sprüche klopfen!” und befragte das Internet nach dem Weg auf dem die Kekse krümeln.

Ergebnis:

“That´s the way the cookies crumbles!” bedeutet so viel wie “So läuft der Hase!”. Es gibt aber noch eine zweite Bedeutung, die lautet “So ist das Leben!”

Nach meiner typisch weiblichen Peinlichkeit am Morgen wurde es nun richtig vernünftig. Ich stellte fest, Sprüche klopfen kann richtig Spaß machen.

saying – der Spruch

More hast less speed. – Eile mit Weile!

Score an own goal. – Ein Eigentor schießen.

Dripping hollow out rock. – Steter Tropfen höhlt den Stein.

Easy come easy go. – Wie gewonnen, so zerronnen.

Where there is a will there is a way. – Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg.

To kill two birds with one stone. – Zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen.

A golden key can open any door. – Geld regiert die Welt.

Um die Freude komplett zu machen, gibt es noch einige Vokabeln für süße Verführungen.

Kühlschrankvokabeln: saying and cookies

.....
Wie war das noch gleich? Kalorien sind die kleinen Tierchen, die heimlich die Kleider enger nähen?

10.2.2010

Planspiele

Sich selbst blockieren

Gestern war wieder einer dieser Tage, an denen man vor lauter Stress kaum aus den Augen gucken kann. Dann konfrontierte mich ein Zeitungsartikel auch noch mit meinen eigenen Lernblockaden. Die These lautete: "Die Wahl des Lernpartners kann einen ganz entscheidenden Einfluss darauf haben, ob man eine Sprache gut lernt oder nicht. Eine vermeintlich gute Wahl kann sich als falsch entpuppen, weil die Person sich selbst blockiert."

Als Beispiel wurde von einer Frau berichtet, die sich einen Native-Speaker als Coach für ihr Fremdsprachen lernen gesucht hatte, sich nun aber selbst blockierte, weil ihr bei der Arbeit mit ihrem Coach immer wieder bewusst wurde, wie wenig sie wusste und wie viel sie noch zu lernen hatte. Erst eine Umorientierung brachte sie aus dem Dilemma heraus. Sie suchte sich eine Lerngruppe, die sich ungefähr auf dem gleichen Lern-Level befand wie sie und war fortan glücklich und zufrieden ...

Ich war froh, dass mein Lern-Coach sowohl Englisch-Native-Speaker als auch Deutsch-Native-Speaker gewesen war, so dass dieses Problem während des Kurses nicht auftauchte. Allerdings seitdem der regelmäßige Unterricht flach fiel, fehlte mir der Drive regelmäßig zu lernen und der Blick auf die von mir gesammelten Bücher und Unterlagen machte mir deutlich, wie viel ich doch nicht wusste.

Doch wie sollte ich dem langsamen Verfall meiner Motivation angemessen begegnen? Ein Volkshochschulkurs? Auch mit den VHS-Kursen hatte ich schon so meine

Erfahrungen gemacht - leider nicht wirklich positive - was das Sprachen lernen betrifft.

Man hat es schon nicht leicht, wenn man über "so viel Erfahrung" verfügt. Die eigenen LERN-Erfahrungen legen einem ganz schön oft Steine in den Weg. Wie schön ist es doch Anfänger zu sein - so ganz unvorbelastet etwas Neues beginnen ...

Ich war aufgebrochen, Englisch zu lernen und zwar mit Spaß und mit Freude. Wieder einmal wurde mir bewusst, ich brauchte dringend einen neuen Plan, wenn ich dieses Ziel auch erreichen wollte.

Kühlschrankvokabeln: LERN-Erfahrungen

16.2.2010

Balanceakt

Ist-Zustands-Analyse

Immer noch Schnee – die richtige Zeit um Pläne zu machen. Wie beim Life-Work-Balancing ist es manchmal sinnvoll, auch das Life-Learn-Balancing neu auszutarieren. Fragen wie "Stimmen die zur Verfügung stehenden Zeiten noch mit meinen Zielen überein?" oder "Haben meine Ziele sich verändert?" sowie "Wie sieht mein jetziger Lebensrhythmus aus und wie ist mein Lernprojekt darin integriert?" stehen dann im Mittelpunkt.

Ich jedenfalls war aufgefordert, mir andere Lernzeiten zu suchen und sie in meinem Tages-/Wochenrhythmus einzuplanen. Das neue Jahr hatte neue Projekte in mein Leben gebracht und die beruflichen Herausforderungen brachten meinen gewohnten Rhythmus durcheinander. Jetzt war Fingerspitzengefühl gefordert.

Nach einigem Hin und Her stellte ich fest, um intensiv lernen zu können, blieb mir nur das Wochenende. Am Wochenende standen aber noch viele andere Aktivitäten auf dem Plan. Wollte ich mein Lernprojekt am Leben erhalten, würde ich mich diesem Spagat stellen müssen.

Spontan konfrontierte ich den Mann an meiner Seite mit diesen Erkenntnissen. "Als erstes solltest du mal an deinen Kühlschrankvokabeln arbeiten!" kommentierte er trocken. Fragend sah ich ihn an. Hatte er den Sinn meiner Anfrage nicht erkannt? Hatte ich mich so undeutlich ausgedrückt?

Die Lösung war ganz einfach. Auch er hatte sich an die Kühlschrankvokabeln gewöhnt.

Wenn es doch immer so leicht wäre, Wünsche zu erfüllen.

Die Kühlschrankvokabeln: das Auto

24.2.2010

Lower Saxony wedding soup

Konversation wagen

Es gibt Lehrveranstaltungen, auf denen lernt man viel und hat wenig Spaß und es gibt Lehrveranstaltungen, auf denen hat man sehr viel Spaß, lernt jedoch wenig. Dann gibt es aber auch Veranstaltungen, auf denen lernt man viel und hat jede Menge Spaß, nur sie nennen sich nicht Lehrveranstaltung. So geschehen am letzten Wochenende.

Eingeladen zu einem Jubiläums-Geburtstag stellten wir fest, unsere Tischnachbarn sprachen genauso gut Deutsch wie wir Italienisch. Wollte ich mich nicht den ganzen Abend in Schweigen hüllen und das wollte ich nicht, denn ich wollte schließlich feiern, musste ich wohl oder übel Englisch sprechen.

Ich staunte nicht schlecht, als sich aus der anfänglich zaghaften Konversation über die Niedersächsische Hochzeitssuppe während des Abends immer interessantere Gesprächsthemen entwickelten. Wie gut, das wir alle Probleme mit der Sprache hatten und so Grammatik oder Redewendungen keine Rolle spielten. Allerdings wie leicht es manchmal gelingen kann, nicht bekannte Worte mit anderen Vokabeln zu umschreiben, war mir bisher nicht bewusst. Jedenfalls hatten wir sehr viel Spaß. Wir haben sehr viel gelacht und ich habe sehr viel dazugelernt.

Genauso wie sich erst in Krisen bisher vernachlässigte Persönlichkeitspotentiale als überaus positive Charaktereigenschaften entpuppen können, so ist wohl auch **der Sprung ins kalte Wasser der Konversation eine gute Möglichkeit mehr Selbstbewusstsein zu entwickeln.**

Geholfen haben mir der ungezwungene Rahmen der Feier und der Wein – beim LERNEN nicht unbedingt der perfekte Lernpartner – aber bei einer Feier ein überaus wirksames Mittel, um Sprachbarrieren abzubauen.

Lower Saxony wedding soup - Eine *Hochzeitssuppe* ist eine leichte, aber trotzdem gehaltvolle, Suppe aus Fleischklößchen, Eierstich, Nudeln und Spargel in einer Fleischbrühe.

3.3.2010

inspection

On the way

Auf dem Weg zur Autowerkstatt komme an einem Verkehrsunfall vorbei. "Glück gehabt!" denke ich und bin froh nur zur alljährlichen Inspektion zu fahren. Die Beteiligten stehen am Straßenrand und die Polizei ist auch schon da. Nur Blechschaden! Beruhigt fahre ich weiter, wohlwissend wie schnell auch ich in einen Unfall verwickelt sein könnte.

Car breakdown – die Autopanne

My car has run out of petrol. – Mein Auto hat kein Benzin mehr.

I need a jump start. – Ich brauche Starthilfe.

Where is the next garage? – Wo ist die nächste Werkstatt?

I have got a flat tyre. – Ich habe einen Platten.

Could you tow my car away? – Können Sie mein Auto abschleppen?

Kühlschrankvokabeln: car breaddown and car crash –der Autounfall

10.3.2010

Erfahrungswelten schaffen***Alles hat seine Zeit***

Seit ungefähr einem Jahr beschäftige ich mich mit dem Thema Englisch lernen. Es war spannend zu erleben, wie mein altes Schulwissen reaktiviert wurde und mir der Umgang mit der Sprache nach und nach immer leichter fiel.

Allerdings, will ich jetzt wirklich weiterkommen, um neue Erfolgserlebnisse verzeichnen zu können, geht es für mich darum, neue Erfahrungswelten zu schaffen. Nur wenn ich Englisch aktiv anwenden kann, wird die Sprache für mich lebbar.

Zur Zeit ist es mir nicht möglich, dieses Abenteuer zu beginnen.

Da inzwischen eine ganze Sammlung wertvoller Tipps und Links entstanden ist, stehen diese Aufzeichnungen jedem Interessierten auch weiterhin zur Verfügung.

Viele Spaß beim Stöbern wünscht

Telse Maria Kähler

Fazit eines Jahres:

LERNEN erfordert Zeiträume in denen man sich intensiv um ein LERN-Thema bemüht. Rückblickend habe ich mir diese Zeiträume nicht so geschaffen. Die Folge war, dass ich zwar gelernt habe aber nicht gezielt und kontinuierlich.

Mein Ansatz „Englisch lernen müsse doch auch so nebenbei machbar sein“ scheint unrealistisch zu sein, denn ich hatte das Gefühl nicht voran zu kommen. Realistisch gesehen habe ich viel gelernt und auch das Ausprobieren der vielen Variationsmöglichkeiten hatte mir sehr viel Freude bereitet.

Leider sind wir durch unsere Gesellschaft so konditioniert, dass Erfolge messbar sein müssen. Sich einfach dem Fluss der Neugierde zu überlassen scheint wenig effektiv. Ich habe unterschätzt, dass auch ich sichtbare/messbare Erfolge benötige, um meine Motivation am Leben zu erhalten.

Dafür ist es wichtig Zeiträume einzurichten, um konzentriert an meinem Projekt zu arbeiten. Wieder so ein Ansinnen der besonderen Art. Zeiträume zum Lernen nur für mein persönliches Vergnügen?

Die Funktionsweise des Gedächtnisses ist ein weiteres zentrales Thema, mit dem ich mich in Zukunft beschäftigen werde, damit mein Lernen noch leichter und noch effektiver wird.

Dank dieser Aufzeichnungen konnte ich einige Schwachstellen entdecken und habe die Chance, mein Verhalten zu ändern.

Meine Strategie für die folgende Zeit sieht wie folgt aus:

- Feste Lernzeiten einplanen und einhalten.
- Realistische Lernziele setzen.
- Ein Englisch-Lehrbuch oder ein PC-Programm einschließlich Grammatik-Übungen als strukturellen Leitfaden nutzen.
- Mehr zum Thema Gedächtnis erforschen.
- Weiterhin neue Lernmethoden und Techniken ausprobieren.

Es gibt Grund zum Feiern!!!

- **Ich habe ein Jahr lang durchgehalten!**
- **Ich habe neue Selbstlernkompetenzen erworben!**
- **Ich lerne eine Sprache von der ich geglaubt habe, das schaffe ich nie, und lasse nach und nach den ganzen Frust und die bremsenden Erfahrungen der Vergangenheit hinter mir!**

„Aufgeben – irrelevant“ ...

... und eines Tages spreche ich fließend Englisch !!!

Zum Schluss:

Sie können das Projekt „Lernen leben“ mit der „Insel des Lernens und des Wissens“ und dem Englisch-Blog „In Sandalen nach Alaska“ aktiv unterstützen, indem sie für Publikationen wie diese einen kleinen Betrag, zum Beispiel 5,00 € oder einen anderen Betrag, überweisen.

Telse Maria Kähler
Projekt: Lernen leben
Kontonummer: 111 328 308
BLZ: 269 513 11
Sparkasse Gifhorn-Wolfsburg

Vielen Dank !

Links

BBC: <http://www.bbc.co.uk/worldservice/learningenglish/>

Spotlight Magazine: <http://www.spotlight-online.de/>

Leo: leo.org

Falsche Freunde: http://de.wikipedia.org/wiki/Liste_falscher_Freunde

<http://en.yappr.com>

Dictionaries

Cambridge Dictionaries Online
<http://dictionary.cambridge.org/>

Longman Online Dictionary
<http://www.ldoceonline.com/>

Miriam-Webster's Online Dictionary
<http://www.m-w.com/>

Oxford English Dictionary (OED)
<http://dictionary.oed.com/>

Specialist Dictionaries:
<http://www.yourdictionary.com/specialty.html>

Kühlschrankvokabeln

Ereignisse des Lebens

Christmas = das Weihnachten

present = das Geschenk

to be born = geboren werden

to start school = zur Schule kommen

to make friends = sich anfreunden

to get a job = eine Stelle bekommen

to fall in love = sich verlieben

to get married = heiraten

wedding reception = die Hochzeitsfeier

honeymoon = die Hochzeitsreise

anniversary = der Hochzeitstag

to have a baby = ein Baby bekommen

birth certificate = die Geburtsurkunde

christening = die Taufe

wedding = die Hochzeit

divorce = die Scheidung

funeral = das Begräbnis

to die = sterben

to make a will = sein Testament machen

to retire = in den Ruhestand treten

Beim Optiker

optician - der Augenoptiker

eye = das Auge

eyelid = das Lid

eyelash = die Wimper

lens = die Linse, das Glas

vision = die Sehkraft

diopter = die Dioptrie

long sight = die Weitsichtigkeit

short sight = die Kurzsichtigkeit

glasses = die Brille

frame = das Brillengestell

sunglasses = die Sonnenbrille

contact lenses = die Kontaktlinsen

Helpful Phrases for Your Dialogue(s)

expressing – interest = Interesse bekunden

Oh, that's interesting!

Oh, really?

And then what happened?

Tell me all about it.

I see. Go on.

You are making me really ...

Do you? / Did you?

Have you?

Were you? Was it?

I've always been interested in ...

You're joking!

Winter

Bedroom - das Schlafzimmer

bed - das Bett

pillow - das Kopfkissen

sheet - das Bettlaken

blanket - die Bettdecke

alarm clock - der Wecker

bedside lamp –Nachtischlampe

telephone - das Telefon

Wintersports – Wintersport

snow - der Schnee

snowmobile - das Schneemobil

ski - der Ski

skiing - der Skisport

skislope - der Skihang

skijump - der Skisprung

downhill skiing - der Abfahrtslauf

skisuit - der Skianzug

chairlift - der Sessellift

sledding - das Schlittenfahren

ice-skating - das Schlittschuhfahren

skate - der Schlittschuh

figure skating - der Eiskunstlauf

Fish Caprese

market = der Markt

fish = der Fisch

fillet = das Filet

tomato = die Tomate

courgette = die Zucchini

herbs = die Kräuter

basil = das Basilikum

olive oil = das Olivenöl

slice = die Scheibe

to slice = in Scheiben schneiden

to arrange = arrangieren, anordnen

to season = abschmecken, schmackhaft machen

oven = der backofen

fan oven = der Umluftherd

uncoverd = unbedeckt

shallow = flach

greased = gefettet

rice = der Reis

potato = die Kartoffel

deep-frozen = tiefgefroren

At the hairdresser´s - beim Friseur

Appearance - die äußere Erscheinung

hairdresser´s - der Friseursalon

hairdresser - der Friseur

barber - der Herrenfriseur

client - der Kunde, die Kundin

comb - der Kamm

to comb – kämmen

brush - die Haarbürste

to brush – bürsten

to cut - schneiden

to trimm – nachschneiden

to blow dry - föhnen

hairdryer - der Föhn

to dry – trocknen

curling tongs - der Lockenstab

curler - die Schere und auch der Lockenwickler

hairspray - das Haarspray

bob - der Pagenkopf

crop - der Kurzhaarschnitt

bald – kahl

highlights - die Strähnchen

perm - die Dauerwelle.

At the hairdresser´s - beim Friseur

I would like an appointment for tomorrow. - Ich hätte gern einen Termin für morgen.

Not too short, please. - Bitte nicht zu kurz schneiden.

Shampoo and cut, please. - Bitte waschen und schneiden.

Only the ends, please. - Bitte nur die Spitzen.

I would like a perm, please. - Ich hätte gern eine Dauerwelle.

Opposites

particles and antonyms / Partikel und Antonyme

over – under / oben – unten

in front of – behind / vor – hinter

onto – into / auf – in

above – below / über – unter

in – out / in – aus

inside – outside / innerhalb – außerhalb

before – after / vor – nach

early – late / früh – spät

now – later / jetzt – später

always – never / immer – nie

large – small / groß – klein

wide – narrow / breit – schmal

tall – short / groß – kurz

high – low / hoch – niedrig

good – bad / gut – schlecht

black – white / schwarz – weiß

better – worse / besser – schlechter

young – old / jung – alt

sick – well / krank – wohl

beginning – end / der Anfang – das Ende

Sprüche und Cookies

saying – der Spruch

That´s the way the cookies crumbles !
So ist das Leben! – oder – So läuft der Hase!

More haste less speed. - Eile mit Weile!

Score an own goal. - Ein Eigentor schießen.

Dripping hollow out rock. - Steter Tropfen höhlt den Stein.

Easy come easy go. - Wie gewonnen, so zerronnen.

Where there is a will there is a way. - Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg.

To kill two birds with one stone. - Zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen.

A golden key can open any door. - Geld regiert die Welt.

Cookies – die Kekse

wholemeal cookie – der Vollkornkeks

fortune cookie – der Glückskeks

cakes – das Gebäck

biscuits – die Kekse

florentine – der Florentiner

chocolate chip – das Schokoladenstückchen

cream – die Sahne

filling – die Füllung

sponge cake – das Biskuitörtchen

fruit tart – das Obstörtchen

chocolate cake – die Schokoladentorte

May I have a slice please? – Könnte ich ein Stück haben?

LERN-Erfahrungen

experience - die Erfahrung

blockage - die Blockierung

school - die Schule

pupil - der Schüler

classroom - das Klassenzimmer

to read – lesen

to write – schreiben

to spell – buchstabieren

to draw – zeichnen

to question – fragen

to answer – antworten

to discuss – diskutieren

to learn – lernen

lesson - die Stunde

to take notes - Notizen machen, mitschreiben

examination - die Prüfung

grade - die Note

encyclopedia - das Lexikon

dictionary - das Wörterbuch

plan - der Plan

car - das Auto

wing mirror - der Seitenspiegel

rearview mirror - der Rückspiegel

windscreen - die Windschutzscheibe

windscreen wiper - der Scheibenwischer

bonnet - die Motorhaube

door - die Autotür

boot - der Kofferraum

indicator - der Blinker

licence plate - das Nummernschild

bumper - die Stoßstange

headlight - der Scheinwerfer

wheel - das Rad

tyre - der Reifen

roofrack - der Dachgepäckträger

tailgate - die Hecktür

seat belt - der Sicherheitsgurt

child seat - der Kindersitz

petro station - die Tankstelle

oil - das Öl

car wash - die Autowaschanlage

Fill the tank, please.

give-and-take – Kompromissbereitschaft

balancing act - Spagat

Autopanne

Car breakdown - die Autopanne

My car has run out of petrol. - Mein Auto hat kein Benzin mehr.

I need a jump start. - Ich brauche Starthilfe.

Where is the next garage? - Wo ist die nächste Werkstatt?

I have got a flat tyre. - Ich habe einen Platten.

Could you tow my car away? - Können Sie mein Auto abschleppen?

car crash - autoaccident - der Autounfall

to cause damage - einen Schaden verursachen

to check for damage - auf Beschädigung prüfen

accidental damage - der Unfallschaden

body damage - der Blechschaden

to damage - beeinträchtigen, beschädigen, schädigen

inspection - die Inspektion

injury - die Verletzung

accident - der Unfall

first aid - die Erste Hilfe

first aid box - der Erste-Hilfe-Kasten

Can you help? - Können Sie mir helfen?

Do you know first aid? - Beherrschen Sie die Erste Hilfe?

Please call an ambulance. - Rufen Sie bitte einen Krankenwagen.

Where does it hurt? - Wo haben Sie Schmerzen?