

Kapitel 1

Alltägliches



2

Modul 3 Übung 1

- Guten Morgen, liebe Hörerinnen und Hörer, hier im Morgenmagazin – jeden Morgen um halb acht auf Ihrem Liebblingssender.
Unser Thema heute ist ein inzwischen alltägliches: Es geht um Computer und das Internet. Eigentlich war ja ursprünglich mal die Idee, dass uns Computer und Internet viel Zeit sparen: Zeit beim Erstellen von Übersichten, Tabellen und Kalkulationen, Zeit beim Recherchieren von Informationen oder Zeit beim Versenden von Nachrichten. Aber in der Realität hat man das Gefühl, die neuen Medien kosten uns nur Zeit. Wie kann das eigentlich sein? Und ist das wirklich so? Und wenn es so ist, woran liegt das?
Ich begrüße zu diesem Thema hier bei mir im Studio Herrn Werner Wanko vom Bundesamt für Verbraucherschutz. Hallo, Herr Wanko.
- Guten Tag, ich freue mich auf das Gespräch.
- Herr Wanko, Sie als Verbraucherschützer sollten sich doch eigentlich freuen, dass die Geräte – Computer und Handys zum Beispiel – immer schneller werden und immer mehr können. Das ist doch eine gute Sache für uns Verbraucher, oder?
- Das stimmt, ja. Die Geräte werden immer schneller, die Speicherkapazitäten immer größer ... Das klingt prima und eigentlich sollte man meinen, dass dann letztendlich auch die Arbeit schneller von der Hand geht. Oft blockieren wir uns dabei aber auch selbst. Wenn der Drucker nicht so schnell druckt, wie wir die Seiten gerne hätten, machen wir in der Zwischenzeit nicht einfach weiter mit unserer Arbeit, sondern starren auf die Anzeige und fühlen uns vom Gerät ausgebremst. Die Annahme „Je schneller der Rechner, desto schneller ist man auch mit der Arbeit fertig.“ stimmt also oft nicht.
- Können Sie uns denn etwas dazu sagen, um wie viel die Computer in den letzten Jahren schneller geworden sind?
- Bei den ersten PCs, die auf dem Massenmarkt wirklich erfolgreich waren, dauerte es nach dem Einschalten ja schon einige Minuten, bis man zum Beispiel in einem einfachen Textverarbeitungsprogramm arbeiten konnte.
Ein aktueller PC ist mindestens 1.000 Mal schneller, aber bis man nach dem Einschalten loslegen kann, dauert es auch oft noch ein oder zwei Minuten. Das finde ich doch erstaunlich, denn eigentlich

sollte man doch sofort loslegen können, wenn die Leistung der Rechner so viel höher ist.

- Und woran liegt das Ihrer Meinung nach?
- Nun ja, ich vermute dahinter Interessen der Computerbranche. Ich könnte mir gut vorstellen, dass die Geschwindigkeitsvorteile der Hardware nicht optimal an die Kunden weitergegeben werden, denn sonst wäre der Kunde vielleicht so glücklich mit seinem Computer, dass er sich die nächsten Jahre keinen neuen Rechner kaufen würde ... So jedoch werben die Computerhersteller bei neuen Rechnergenerationen wieder mit der Schnelligkeit – und wir lassen uns dazu verleiten, einen neuen Rechner zu kaufen.
- Hm – nun ja, zum Glück sind die Rechner insgesamt ja doch etwas schneller geworden. Wenn ich mich da an meine Studentenzeit erinnere ... Da hat alleine das Öffnen einer einfachen E-Mail seine Zeit gedauert.
- Da haben Sie natürlich recht, insgesamt sind die Geräte schon merklich schneller geworden. Aber trotzdem: Eigentlich stehlen uns das Internet und die digitalen Medien wie das Handy unheimlich viel Zeit.
- Hm, könnten Sie das etwas genauer erklären?
- Gerne. Ich sehe da vor allem drei Faktoren, die uns Zeit kosten.
Der erste Faktor lässt sich mit dem Wort „Inkompatibilität“ zusammenfassen. Zwei typische Beispiele hierfür sind zum einen Software, die man zwar installieren kann, die aber trotzdem nicht richtig funktioniert und ständig Fehlermeldungen anzeigt. Bis man dieses Problem wieder behoben hat, geht oft einiges an Zeit drauf.
Zum anderen neue Geräte, die nicht mit den vorhandenen kompatibel sind. Das ist mir selber erst kürzlich passiert: Ich habe mir einen neuen Laptop gekauft und leider, leider gibt es für meinen Drucker, der noch tadellos funktioniert, keinen passenden Druckertreiber! Die Herstellerfirma bietet – aus welchen Gründen auch immer – kein Update des Druckertreibers für das neue Betriebssystem an. Also, was mache ich? Ich suche stundenlang in irgendwelchen Foren nach Treiber-Alternativen, die dann am Ende auch nicht funktionieren. Und zu guter Letzt habe ich nicht nur viel Zeit verloren, sondern muss auch noch Geld für einen neuen Drucker ausgeben.
- Stimmt, das kommt mir auch bekannt vor! Was sind denn die anderen Faktoren, die uns Zeit stehlen?
- Der zweite Faktor ist Sicherheit! Beim Hochfahren des Rechners braucht die Antiviren-Software ein

paar Minuten, um sich die neuesten Updates herunterzuladen.

Und alle paar Tage lesen wir Meldungen über neue Sicherheitslücken in gängigen Programmen. Wer diese Meldungen ernst nimmt, verbringt viel Zeit damit, um die Interneteinstellungen des Browsers zu optimieren, angeblich sicherere Updates herunterzuladen, Sicherungs-CDs zu erstellen und immer wieder alles von Virensclannern checken zu lassen. Das beschäftigt uns nicht zu knapp! Und wenn man am Ende noch den Fehler macht, mehrere Anti-Viren-Programme zu installieren, die sich dann gegenseitig als schädliche Programme einstufen und so den Rechner komplett blockieren, dann wird der Zeitaufwand noch größer, um alles wieder zum Laufen zu bringen. Beim Thema „Sicherheit“ ist es wirklich schwierig, die Balance zwischen nötigen und unnötigen Maßnahmen – und damit Zeitverschwendung – zu finden.

- Auch das kommt mir bekannt vor ... Trotzdem, wenn ich so nachdenke, dann sind das alles Situationen, die mir vertraut sind und die mir unglaublich auf die Nerven gehen, aber es sind keine Dinge, die mich täglich aufhalten. Jedenfalls nicht von meinem Empfinden her. Also, ist der Zeitverlust vielleicht doch gar nicht sooooo groß?
- Ja, da sagen Sie etwas: Der größte Zeitverschwender, der sitzt vor dem Computer. Das sind wir selbst, wir und unser Nutzungsverhalten. Das ist der dritte Faktor.

Die meiste Zeit verschwenden wir im Internet. Hier ein halbes Stündchen, um in Facebook die neuesten Posts unserer Freunde zu lesen, da vergleichen, was die gängigen Zeitschriften über die neuesten Fernsehserien berichten und dann vielleicht noch ein kleines Video mit Skateboard fahrenden Katzen ansehen.

Und wenn man mit der Arbeit gar nicht weiterkommt, dann spielt man zur Beruhigung gerne erst mal eine Runde ... Arbeiten kann man später ja immer noch!

- Ja, liebe Hörerinnen und Hörer, ich weiß ja nicht genau, wie es Ihnen geht, aber ich fühle mich schon gerade ein bisschen ertappt ... Vielleicht sollten wir deshalb auch überlegen, wie ehrlich es ist, die neuen Medien als Zeitdiebe zu kritisieren. Tatsache ist doch, dass wir schon immer Zeit mit Dingen verbracht haben, die auf den ersten Blick sinnlos oder völlig unwichtig erscheinen. In meinem Fall zum Beispiel Kreuzworträtsel oder Sudokus. Aber vielleicht brauchen wir einfach auch „sinnlose Zeit“. Oder eher gesagt: Wer sagt eigentlich, was sinnlos ist? Reicht es nicht, dass wir

Spaß daran haben? Kann es dann überhaupt sinnlos sein? Wichtig ist doch hier – wie bei so vielem im Leben – das Maß der Dinge. Wer so viel Zeit mit dem Surfen im Internet verbringt, dass er die notwendigen Aufgaben nicht mehr erledigen kann oder auch keine Kontakte zu Freunden mehr pflegen kann, der hat ein Problem. Aber ich denke, das Problem liegt dann in der Natur des Menschen. Hätte er kein Internet, würde er eben vielleicht zu viele Kreuzworträtsel lösen ...

- Da sagen Sie etwas sehr Richtiges und Sie haben völlig recht: Das Maß der Dinge ist das Entscheidende. Es kann durchaus auch mal richtig und wichtig sein, zwischendrin beim Surfen im Internet etwas zu entspannen und auf andere Gedanken zu kommen. Ich lehne das ja nicht komplett ab. Wenn man sich diese Zeit dann bewusst als Entspannungs- oder Pausenzeit nimmt, spricht aus meiner Sicht gar nichts dagegen. Surft man aber unbewusst und unreflektiert, wundert man sich schnell, wo die Zeit wieder geblieben ist – und warum man seine Arbeit nicht geschafft hat. Vielleicht hilft es, wenn sich jeder ein Zeitlimit setzt, damit die Internetzeiten nicht zu lange werden. Vielleicht nicht mehr als insgesamt eine Stunde pro Tag.
- Das ist sicher nicht verkehrt. Herr Wanko, ich danke Ihnen für das interessante Gespräch und Ihnen, liebe Hörerinnen und Hörer, wünsche ich ...

Aussprache Übung 1

A

1. Ham Sie Zeit?
2. Haben Sie Zeit?

B

1. Wollen wir schwimmen?
2. Wolln wir schwimm?

C

1. Bitte nich rauchn.
2. Bitte nicht rauchen.

D

1. Wir könn gut kochn.
2. Wir können gut kochen.

Aussprache Übung 2

1. Sie sehn das Spiel in 'nem Stadion an.
2. Was wollnse trinkn?
3. Sie könn' in seim Zimmer wartn.
4. Haste maln Euro fua mich?
5. Isse nich schön?
6. Wartnse anna Mensa!



3



4

Kapitel 2

Hast du Worte?



5

Modul 1 Übung 1

- ... Und jetzt kommen wir zu einem viel diskutierten Thema: „Immer erreichbar – muss das sein?“ Wir haben uns dazu mal auf der Straße umgehört und ein paar Meinungen gesammelt. Hören Sie selbst:
 - Ach, das ist doch heute ganz normal. Natürlich bin ich immer erreichbar! Wenn ich mein Handy mal zu Hause vergesse, bin ich die ganze Zeit irgendwie unruhig, weil ich dann immer denke, dass vielleicht irgendwas Wichtiges passiert und ich kriege es nicht mit. Oder jemand muss mich dringend erreichen und ich bekomme die Nachricht nicht. Ich versteh' die ganze Diskussion nicht. Die Zeit dreht sich eben weiter und heute ist es normal, dass man immer erreichbar ist. Ich geh' schon davon aus, dass ich meine Freunde immer erreichen kann und wenn jemand den ganzen Tag nicht ans Handy geht, dann nervt mich das auch.
 - Na ja, ich würde mein Handy schon ganz gern mal am Wochenende ausstellen. Aber ehrlich gesagt, geht das nicht. Ich bin Geschäftsführerin einer Werbeagentur und in dieser Branche wird einfach auch am Wochenende oder abends gearbeitet. Wir stehen oft unter Termindruck und wenn plötzlich ein unerwartetes Problem auftaucht, muss ich erreichbar sein. Ich muss dann spontan noch mal in die Firma fahren oder eine Telefonkonferenz einberufen, obwohl ich eigentlich frei hätte. Auch im Urlaub bin ich immer für meine Mitarbeiter erreichbar. Natürlich ist es stressig, nie wirklich eine richtige Auszeit zu haben. Aber so ist das heute in vielen Jobs. Man kann es sich oft einfach nicht leisten, Dinge auf morgen zu verschieben.
 - ▶ Also, ich hab' keine Lust, ständig für alle erreichbar zu sein und deshalb habe ich auch gar kein Handy. Das können die meisten Leute erst mal gar nicht glauben, dass jemand heutzutage freiwillig auf ein Handy verzichtet. Aber wenn ich am Abend Feierabend mache, habe ich wirklich frei. Meine Kollegen könnten mich zwar zu Hause anrufen, aber ich glaube, da ist die Hemmschwelle schon ein bisschen größer, als mal schnell auf dem Handy durchzuklingeln.
Und noch was: Die Leute halten sich viel stärker an Verabredungen mit mir. Weil ... niemand kann mich kurz vorher anrufen und das Treffen verschieben. Klar, mir kann dann zwar auch keiner Bescheid geben, wenn er sich verspätet, aber beim Warten bin ich geduldig. Kein Handy zu haben, schafft mehr Verbindlichkeit.

- Und Sie? Rufen Sie uns jetzt an oder schreiben Sie uns Ihre Meinung auf unserer Homepage unter www.radiopop.de

Aussprache Übung 1a

Bevölkerungszunahme – Eichhörnchen – kulturübergreifend – mikrowelleneeignet – Elektrizitätswerk – funktionstüchtig – Meisterschaftsspiel – Pappschächtelchen

Aussprache Übung 1b

Bevölkerungszunahme – Bevölkerungszunahme
Eichhörnchen – Eichhörnchen
kulturübergreifend – kulturübergreifend
mikrowelleneeignet – mikrowelleneeignet
Elektrizitätswerk – Elektrizitätswerk
funktionstüchtig – funktionstüchtig
Meisterschaftsspiel – Meisterschaftsspiel
Pappschächtelchen – Pappschächtelchen

Aussprache Übung 2a

normales Sprechtempo

1. erziehungsberechtigt
2. fälschlicherweise
3. Fischstäbchen
4. Gänsefüßchen
5. Justizvollzugsanstalt
6. Kirschaftschorle
7. Kopfsteinpflaster
8. Nachttischlämpchen
9. Relativitätstheorie
10. Schönheitschirurg

langames Sprechtempo

1. erziehungsbe rechtigt – erziehungsberechtigt
2. fälsch li cher wei se – fälschlicherweise
3. Fisch stäb chen – Fischstäbchen
4. Gän se füß chen – Gänsefüßchen
5. Jus tiz voll zugs an stalt – Justizvollzugsanstalt
6. Kirsch saft schor le – Kirschaftschorle
7. Kopf stein pflas ter – Kopfsteinpflaster
8. Nacht tisch lämp chen – Nachttischlämpchen
9. Re la ti vi täts theo rie – Relativitätstheorie
10. Schön heits chi rurg – Schönheitschirurg

Kapitel 3

An die Arbeit!

Modul 1 Übung 1

- Wie kann ich als Bewerber punkten? Diese Frage stellt man sich spätestens dann, liebe Hörerinnen und Hörer, wenn man zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen ist. Deshalb haben wir heute



6



7



8



9



10

einen Experten im Studio, der uns diese und andere Fragen rund um das Thema „Erfolgreich bewerben“ beantwortet. Ich begrüße ganz herzlich unseren Gast Holger Behrens, der als Personalchef für eine große Firma arbeitet. Herzlich willkommen, Herr Behrens.

- Vielen Dank.
- Herr Behrens, wann haben Sie sich denn das letzte Mal beworben?
- Oh, das ist schon viele Jahre her.
- Wie sah denn Ihre Bewerbung damals aus?
- Nun, ganz traditionell. Sie hatte eine Seite Anschreiben, eine Seite Lebenslauf, rechts oben war das Foto ... Mein Lebenslauf war ziemlich langweilig, eigentlich eine zeitliche Aufzählung von Daten. Damals war mir gar nicht klar, dass das Anschreiben gar nicht das Wichtigste ist, sondern dass der Lebenslauf eine viel größere Rolle spielt. Die Personalchefs wollen nicht nur wissen, wo man gearbeitet hat, sondern auch, was man dort gemacht hat ... Also, nicht nur Daten aufzählen!
- Und wenn man sich heute bewirbt? Was hat sich denn heute im Vergleich zu damals verändert?
- Der größte Unterschied ist, dass man sich heute viel stärker inszenieren muss. Die Personalchefs wollen nicht nur herausfinden, ob der Bewerber für die Stelle qualifiziert ist. Heute muss man in seiner Bewerbung klar formulieren, was einen motiviert und warum man gerade in dieser Firma arbeiten will. Das gilt nicht nur für die schriftliche Bewerbung, das muss der Bewerber auch im Vorstellungsgespräch überzeugend rüberbringen. Sogar die Verantwortlichen von kleineren Firmen bereiten sich heute genauestens darauf vor, was sie den Bewerber im Vorstellungsgespräch fragen wollen.
- Aber dabei hilft mir als Stellensuchender doch ein großes Angebot an Ratgebern, die man in jedem Buchladen kaufen kann. Hinzu kommen jede Menge Ratgeberseiten im Internet, die sich mit diesem Thema beschäftigen. Das bedeutet doch, viele Fragen sind vorher bekannt!
- Da haben Sie zwar recht, aber dennoch gehen viele Bewerber immer noch relativ unvorbereitet an die Sache ran. Die meisten Ratgeber, die gekauft werden, beziehen sich auf die schriftliche Bewerbung, nicht auf das Vorstellungsgespräch.
- Aber auf die klassische Frage nach den eigenen Stärken oder Schwächen hat doch mittlerweile jeder eine Antwort parat.
- Stimmt, die Schwächen-Frage kommt noch in nahezu jedem Vorstellungsgespräch vor. Manchmal können Sie darauf erst mal etwas Witziges

antworten wie z. B. „Meine größte Schwäche ist Schokolade.“. Das hängt aber von der Branche und von Ihrem direkten Gegenüber ab. Da müssen Sie die Situation richtig einschätzen. Ansonsten sollten Sie bei dieser Frage natürlich nicht mit Ihren schlimmsten Fehlern herausrücken, sondern mit etwas Banalerem wie z. B.: „Auf meinem Schreibtisch ist es nicht immer so ordentlich.“

- Das heißt also: Wichtig ist die spontane Reaktion des Bewerbers?
- Ganz genau! Die andere Seite kann an Ihrer Reaktion erkennen, wie Sie sich in schwierigen Situationen verhalten, ist aber natürlich auch interessiert daran, wie Sie mit Ihren Schwächen umgehen.
- Worin sehen Sie denn heute die größte Schwäche vieler Bewerber?
- Hm, ich denke, den meisten Bewerbern ist einfach nicht klar, dass sie eine Ware anbieten, nämlich ihre Kenntnisse und ihr Wissen. Sie verstehen nicht, dass sie sich als Arbeitskraft verkaufen und dem Personal klarmachen müssen, welche Vorteile er aus ihrer Arbeitskraft ziehen könnte.
- Sehr interessant, Herr Behrens, vielen Dank für all die Infos und wir werden auch gleich noch ein bisschen weiterreden, denn uns erreichen zurzeit schon jede Menge Anrufe mit Fragen zum Thema. Doch bevor wir in die nächste Runde starten, hören wir ein bisschen Musik und die kommt diesmal ...

Aussprache Übung 1

- 1
 - Marina hat einen neuen Job.
 - Ah! Das wurde aber auch Zeit.
- 2
 - Marina hat einen neuen Job.
 - Aha! Das wurde aber auch Zeit.
- 3
 - Marina hat einen neuen Job.
 - Soso. Jetzt verstehe ich, warum sie nie Zeit hat.
- 4
 - Marina hat einen neuen Job.
 - Achso! Jetzt verstehe ich, warum sie nie Zeit hat.

Aussprache Übung 2a und b

- 1A Ah, tut das weh!!!
- 1B Ah, schmeckt das gut!
- 2A Jaja, das hab' ich auch schon gehört.
- 2B Jaja, das kenne ich schon.
- 3A Ohhh, ich hab' die falsche Antwort geschrieben!
- 3B Oh! Das wusste ich noch nicht.



11



12-13



14

Modul 4 Übung 3

- Hallo Aylin, wie geht's?
- Hi Sebastian. Mir geht es sehr gut, danke! Stell dir vor, gestern hat meine Crowdfunding-Aktion die Mindestsumme erreicht!
- Echt? Mensch, herzlichen Glückwunsch! Du wolltest ein Café aufmachen, oder?
- Ja. Also kein normales Café, sondern ein kleines Café, in dem es nur veganen Kuchen gibt und guten Kaffee. Ich bin echt schon ganz aufgeregt und weiß gar nicht, was ich jetzt als Erstes machen soll.
- Wie lange läuft deine Aktion denn noch?
- Noch zwei Tage. Aber eigentlich kann ich jetzt schon loslegen, weil das Ziel ja auf jeden Fall erreicht ist. Aber mal seh'n, vielleicht bekomme ich ja noch viel mehr Geld zusammen, das wär' natürlich toll.
- Das ist ja super! Aber ich würde jetzt noch nicht zu viel machen, sondern die zwei Tage auch noch abwarten.
- Jaaa, irgendwas muss ich aber unbedingt machen! Ich denke, ich werd' schon mal ein paar Dinge organisieren. Ich könnte zum Beispiel das Dankeschreiben an meine Unterstützer aufsetzen und die Gutscheine für den Cafébesuch für alle, die Geld eingezahlt haben, vorbereiten.
- Ja, das kannst du tatsächlich jetzt schon machen.
- Und dann spreche ich mit der Vermieterin von dem alten Straßenbahnhäuschen. Vor allem für die Renovierung brauche ich ja das Geld. Ich bin gespannt, was sie sagt, wenn sie erfährt, dass ich das Geld zusammenbekommen hab'. Ich bin wirklich froh, dass die Besitzerin meine Idee so gut fand, dass sie mich gleich selbst unterstützt hat!
- Mensch, das freut mich wirklich, dass es bei dir geklappt hat. Ich wünsch' dir ganz viel Glück!
- Und ein Gewerbe muss ich dann jetzt auch beantragen, das ist auch wichtig.
- Ja stimmt, und das dauert dann auch eine Weile, bis das alles durch ist. Ich mag ja solche Behördengänge gar nicht, da beneide ich dich nicht drum ... Ich hatte ja auch mal eine Aktion gestartet, aber leider ist für meine Idee nicht genug Geld zusammengekommen.
- Echt? Das wusst' ich ja gar nicht. Was für eine Idee hattest du denn?
- Ach, die Idee find' ich immer noch ganz gut, aber es hat nicht geklappt: Ich wollte einen regionalen Päckchen- und Brieflieferservice aufbauen. Es fahren ja jeden Tag viele Menschen quer und quer durch die Stadt, z. B. um zur Arbeit zu kommen. Da war meine Idee, dass es doch toll wäre, wenn diese Leute auf ihrem Weg, den sie ja sowieso zurücklegen, auch gleich Dinge transportieren, die sonst extra hin und her gefahren werden müssen. Und für den Mitnahmeservice von Briefen, Päckchen oder Paketen hätten sie eine kleine Aufwandsentschädigung bekommen. „Eh auf dem Weg“ wollt' ich es nennen.
- Also, die Idee klingt doch eigentlich super. Das ist ja auch viel umweltfreundlicher, wenn weniger Leute auf den Straßen unterwegs sind. Warum hat's denn nicht geklappt? Ich meine, da könnte ja jeder was mitnehmen, ganz egal, ob er mit dem Auto, Fahrrad oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln fährt.
- Habe ich mir auch gedacht, aber wahrscheinlich hatte ich die Idee noch nicht so richtig durchgesponnen. Ich hätte mich z. B. erst mal mit den Firmen in meiner Umgebung absprechen müssen und klären, wie viele Kurierfahrten die so im Schnitt benötigen und wie schnell die Lieferungen dann sein müssen. Eigentlich hab' ich schon vor, dass ich das noch mal angehe, aber eben dann viel strukturierter und mit mehr Konzept dahinter. So im Nachhinein betrachtet, war meine Aktion wirklich nicht überzeugend dargestellt – und auch nicht sooooo toll bis ins Detail geplant. Aber ich hab' seitdem viele Aktionen beobachtet und ich glaube, dass ich jetzt schon ziemlich genau weiß, worauf man achten muss, damit eine Aktion überhaupt eine Chance hat. Außerdem hatte ich die App, über die man sich als Paketlieferer anmelden kann und über die auch die Pakete „aufgegeben“ werden können, noch nicht so richtig ausgefeilt. Da hab' ich inzwischen ein besseres Konzept entwickelt und auch schon weiterprogrammiert ...
- Ich seh' schon, du wirst das doch noch irgendwann schaffen. Und wenn du so fit bist, dass du die App selber programmieren kannst, das ist doch super! Vielleicht tun wir uns ja auch zusammen und mit deiner Idee können wir dann auch meinen Kuchen ausliefern.
- Ja, das ist doch eine gute Idee! Also, dann mach du mal dein veganes Café auf und ich versuch' es vielleicht wirklich noch mal. Und dann lassen wir deine Kuchen von Privatleuten ausliefern.
- Ja, das wär' doch toll!
- Ja, schau'n wir mal. Ich bleib' dran und gebe dir Bescheid, wenn ich die Aktion noch mal starte.
- Mach das, ich warte drauf!
- Okay. Also ciao und viel Glück mit deinem Café! Ich drück dir die Daumen, dass es gut läuft.
- Danke. Ciao!

Transkript zum Arbeitsbuch



Aussprache Übung 1

15

A

normal

Ich verhandle nur mit Herrn Schmidt.

links

Herr Schmidt, ich verhandle nur mit ihm.

rechts

Ich verhandle nur mit ihm, dem Herrn Schmidt.



16

B

normal

Das Betriebsfest hat uns gut gefallen.

links

Das Betriebsfest, das hat uns gut gefallen.

rechts

Das hat uns gut gefallen, das Betriebsfest.



17

C

normal

Der Chef könnte um 11 Uhr da sein.

links

Um 11 Uhr, dann könnte der Chef da sein.

rechts

Der Chef könnte dann da sein, um 11 Uhr.

Kapitel 5

Ziele



18

Modul 3 Übung 7

Person 1

Gute Vorsätze? Das ist für mich kein Thema mehr. Das klappt doch sowieso nie. Man nimmt sich immer irgendwas Tolles vor, wie z. B. „Ich lass' mich nicht mehr so stressen. Ich verbringe ab jetzt mehr Zeit mit meinen Freunden. Ich ruf' meine Oma jeden zweiten Tag an. Ich gehe alle zwei Tage ins Fitnessstudio.“ usw. Das versucht man dann ein paar Wochen und dann gibt man wieder auf und fühlt sich schlecht. Nee, ich hab' keine Lust mehr auf diese guten Vorsätze.

Person 2

Gute Vorsätze sind ja irgendwie auch an bestimmte Jahreszeiten gebunden. Also, ganz typisch ist ja, dass man sich am Jahresende so einiges vornimmt, was man dann im neuen Jahr anders machen möchte. Und kurz vor dem Sommer nimmt man sich meistens auch wieder vor, mehr Sport zu machen oder vielleicht Diät zu halten, damit man dann am Strand oder im Schwimmbad 'ne gute Figur macht. Ich persönlich nehm' mir immer nur Dinge vor, bei denen ich denke, dass ich sie auch schaffen kann. Und immer nur eine Sache. Nie zu viel auf einmal!

Person 3

Ach, warum muss man denn immer perfekt sein? Ständig soll man sich verändern. Ich bin eigentlich

ganz zufrieden mit meinem Leben. Das Einzige ist, dass ich gern mehr Zeit für meine Freunde hätte und sie gern öfter sehen würde. Aber das geht im Moment nicht. Ich hab' mich letztes Jahr selbstständig gemacht und da ist es ganz normal, dass ich einfach viel arbeiten muss. Aber es werden sicher auch wieder andere Zeiten kommen. Man muss halt auch mal abwarten können.

Person 4

Also, ich habe in den letzten Jahren eigentlich schon ganz schön viel verändert. Ich gehe jetzt wirklich zweimal die Woche zum Sport. Ich verbringe nicht mehr so viel Zeit wie früher vor dem Computer oder am Handy. Das Surfen im Internet ist ja meistens Zeitverschwendung. Und damit ich auch mehr an der frischen Luft bin, hab' ich mir sogar einen Hund angeschafft. Der hilft mir, mich mehr zu bewegen und meine Faulheit zu überwinden. Und ich geh' jetzt auch regelmäßig ins Fitnessstudio. Jeder kann seine Gewohnheiten verändern. Ich finde, das ist alles nur eine Frage der Disziplin.

Aussprache Übung 1b, c und d

acht – Amt – Auto – älter – etwas – Ehre – Eis – ich – ihr – oder – offen – über – Uhr – unter



19–21

Aussprache Übung 2a

1 A bearbeiten

B bearbeiten

2 A Verantwortung

B Verantwortung

3 A erinnern

B er|innern

4 A Spiegelei

B Spiege|ei

5 A Ehrenamt

B Ehren|amt



22

Aussprache Übung 2b

1. bearbeiten
2. Verantwortung
3. erinnern
4. Spiegelei
5. Ehrenamt



23

Kapitel 6

Gesund und munter

Modul 2 Übung 3b

A

Ja, also ... ich fang' an ...

In der vorliegenden Grafik geht es um das Thema „Essen“. Man hat Menschen im Alter von 18 bis 66



24

Jahren dazu befragt. Über 30 Prozent der Personen sagen, dass sie essen und dabei etwas anderes machen. Ich meine die, die 18 bis 35 Jahre alt sind und 46 bis 55 Jahre alt sind. Alle anderen liegen unter 30 Prozent. Ich glaube, dass es den jungen Leuten zu langweilig ist, nur zu essen. Und die alten Leute sind meistens alleine und wollen nicht einsam sein.

B

Ich möchte einige Informationen aus der Grafik mit dem Titel „Essen ist oft Nebensache“ vorstellen. Die Techniker Krankenkasse hat dazu erwachsene Deutsche befragt, also junge Leute ab 18 Jahren bis zu alten Menschen, die 66 Jahre und älter waren. Die Befragten sollten etwas zu ihren Essgewohnheiten sagen. Interessant ist, dass sich einige Menschen nicht zu 100 % auf ihr Essen konzentrieren, sondern neben dem Essen z. B. fernsehen oder im Internet surfen, eine Zeitschrift lesen ... Dieses Verhalten kann man deutlich bei den jüngeren Menschen beobachten, denn 39 % der 18- bis 25-Jährigen und 37 % der 26- bis 35-Jährigen sagen, dass sie neben dem Essen gleichzeitig etwas anderes tun. Im Gegensatz zu den jüngeren liegt die Gruppe der älteren Personen deutlich unter 30 %. Nur 23 % der 56- bis 65-Jährigen und 22 % der Menschen ab 66 Jahren sagen, dass Essen nur Nebensache ist. Ich finde das interessant, denn in meinem Land würden die Zahlen viel höher sein. Bei uns läuft der Fernseher eigentlich den ganzen Tag, auch beim Essen.



25

Modul 3 Übung 2

- Hey, hallo Ramon!
- Hallo Lena.
- Dich hab' ich hier ja noch nie gesehen. Gehst du öfter hier im Bioladen einkaufen?
- Nicht so oft, aber doch schon immer wieder. Eigentlich kaufe ich meistens bei mir um die Ecke im Discounter ein.
- Ach so. Na, in solche Geschäfte gehe ich nur sehr selten – oder ehrlich gesagt: nie. Ich finde das nicht fair, wie die die Preise nach unten drücken und außerdem ist mir das da immer alles zu vollgestopft im Geschäft.
- Ja, ja, ich weiß, was du meinst ... Aber das ist bei mir einfach die nächste Einkaufsmöglichkeit. Ist fast gleich vor meiner Haustür und dann bin ich natürlich doch bequem ... Außerdem weiß ich im Supermarkt auch nie, zu welchen unfairen Preisen sie die Produkte von den Produzenten abnehmen. Immerhin gibt es ja zum Glück inzwischen auch ganz viele Bioprodukte beim Discounter.
- Ja, schon, aber ist das wirklich Bio? Ich meine, da gibt es doch verschiedene Kennzeichnungen.
- Da hast du recht, das frage ich mich auch immer. Ich denk' ja auch, dass echte Bioprodukte auch einen gewissen Preis haben müssen, sonst stimmt da irgendwas nicht. Aber trotzdem, wenn ein Bio-Siegel drauf ist, dann weiß ich wenigstens, dass das Gemüse nicht mit Tonnen von Pestiziden gespritzt wurde.
- Stimmt, das ist schon mal ganz gut. Aber bei Fleisch und Wurstwaren, da weiß ich wirklich immer nicht, was ich von Biowaren bei Discountern halten soll.
- Das geht mir ganz genauso, ich kaufe da auch kein Fleisch. Einmal habe ich das Bio-Hackfleisch gekauft, das es dort gibt. Aber das hatte eine ganz schlechte Qualität. Da war mehr Fett als Fleisch drin, so können sie dann vermutlich den günstigen Preis machen ... Wahrscheinlich ist das bei der Wurst so ähnlich. Also bei Fleisch, da bin ich wirklich konsequent, da kaufe ich nur in Geschäften, die mir auch die Herkunft garantieren können. Am besten kauft man natürlich direkt von einem Biobauernhof, wo die Tiere auch gleich geschlachtet werden. Das ist für mich echtes Bio. Da zahle ich dann auch gerne mal mehr und esse dafür insgesamt weniger Fleisch.
- Ja, das sehe ich auch so. Allerdings, hm, muss ich zugeben, dass ich auch oft Fleisch esse, wenn ich im Restaurant bin – und da ist es mir dann plötzlich ganz egal, wenn ich nicht weiß, wo das Fleisch herkommt.
- Echt? Das ist ja komisch.
- Na ja, vielleicht liegt es daran, dass ich nicht so oft essen geh'. Und wenn ich mir das dann schon mal gönne, dann, dann will ich einfach das essen, worauf ich am meisten Lust hab'. Da schaltet sich mein Bio-Gewissen dann plötzlich aus.
- Ach ja, so schlimm ist das vermutlich auch nicht ... Gemüse und Obst kaufe ich auch gerne im Gemüseladen um die Ecke. Das ist zwar oft nicht Bio, aber der Verkäufer kennt die Händler und weiß, woher die Ware kommt. Da schau' ich dann vor allem darauf, dass die Produkte aus der Region kommen. Meistens sind die dann von kleineren Betrieben, die kein Bio-Siegel beantragt haben, obwohl die Produkte Bio-Qualität hätten. Aber die Beantragung ist halt für viele teuer. Mein Gemüsehändler nennt das dann immer „Gärtnerqualität“.
- Na, ich weiß nicht, da würde ich mich nicht unbedingt drauf verlassen. Aber das mit der Herkunft, da hast du völlig recht, ich achte auch immer drauf, dass das Obst und Gemüse und auch das Fleisch möglichst aus der Region kommt und nicht einmal um die halbe Welt geflogen wird ...

Und, gibt es bei dir heute Fleisch oder warum kaufst du hier im Bioladen ein?

- Erstens, weil ich heute frei habe. Da habe ich mehr Zeit und kann mich in Ruhe umsehen. Und zweitens, weil ich heute Abend ein paar Freunde eingeladen habe und koche. Und, wie du schon vermutet hast, auch mit Fleisch ... Sag mal, hast du denn heute Abend schon was vor? Magst du auch kommen?
- Ähm – ja, gern. Gibt's denn einen besonderen Anlass?
- Nein, nichts Besonderes ... ich habe nur Geburtstag.
- Mensch, herzlichen Glückwunsch! Kann ich denn irgendwas mitbringen? Oder kann ...



26

Aussprache Übung 1a

Guten Tag, meine Damen und Herren.

Ich danke Ihnen für Ihr großes Interesse an meinem heutigen Vortrag mit dem Titel ... „Wellness? Brauch' ich nicht. Ich bin entspannt.“

Stress, Hektik, Multitasking ... unser Alltag verspricht nur wenig Ruhe. Warum, meine Damen und Herren, warum ist das so? Muss das denn wirklich so sein?

Sie haben bestimmt auch viel zu tun und trotzdem haben Sie sich die Zeit genommen, heute hierher zu kommen. Und das freut mich natürlich sehr.

Und so machen Sie es richtig. „Wieso richtig?“, werden Sie fragen. Richtig ist, dass Sie sich Zeit nehmen für etwas, was Sie interessiert. Richtig ist, dass Sie das, was Ihnen wichtig ist, in Ihren Alltag einbauen.

Regel Nummer 1 für ein entspanntes Leben: Tue, was dir gut tut und gut gefällt.

Regel Nummer 2: Entspann dich in deinem Alltag und nicht in teuren Wellnesshotels.

Sie haben den ersten Schritt getan. Aber was können Sie noch tun?



27

Aussprache Übung 1b

1. Stress, Hektik, Multitasking ... unser Alltag verspricht nur wenig Ruhe.
2. Muss das denn wirklich so sein?
3. Und das freut mich natürlich sehr.
4. „Wieso richtig?“, werden Sie fragen.
5. Richtig ist, dass Sie das, was Ihnen wichtig ist, in Ihren Alltag einbauen.
6. Entspann dich in deinem Alltag und nicht in teuren Wellnesshotels.

Kapitel 7

Recht so!

Modul 3 Übung 1



28

- Immer wieder lesen Sie von neuen Gesetzen, die grade diskutiert werden, aber Sie sind sich gar nicht so sicher, wie ein neues Gesetz eigentlich entsteht. Dann hilft Ihnen dieser Podcast weiter. Wie entsteht ein neues Gesetz? Und welche Rolle spielen dabei die Regierung, der Bundestag, also unser Parlament, und der Bundesrat, also das Gremium der Bundesländer? Hier erklären wir stark vereinfacht die 10 wichtigsten Schritte zu einem neuen Gesetz.
- Schritt 1:
 - Die Bundesregierung, der Bundestag oder der Bundesrat stellt fest, dass ein Gesetz fehlt oder aktualisiert werden muss. Dann können diese Gremien ein neues Gesetz beim Bundestag vorschlagen. Nehmen wir einmal den häufigen Fall an, dass ein Ministerium der Bundesregierung im Bundestag ein Gesetz vorschlägt. Hier wird der Vorschlag in der Regel von der Bundesregierung gebilligt.
- Schritt 2:
 - Danach wird der Gesetzesvorschlag vom Bundestag an den Bundesrat weitergeleitet. Der Bundesrat, also die Vertreter der Bundesländer, gibt dann seine Meinung zu dem Entwurf ab.
- Schritt 3:
 - Mit der Meinung aus dem Bundesrat kommt der Gesetzentwurf wieder zurück in den Bundestag. Dort wird der Entwurf von allen Mitgliedern zum ersten Mal gemeinsam diskutiert. Das nennt man die erste Lesung.
- Schritt 4:
 - Nach der ersten Lesung kommt der Entwurf für das Gesetz in einen Fachausschuss. Dort wird der Vorschlag von Experten, die sich mit der jeweiligen Thematik sehr gut auskennen, intensiv und in allen Details diskutiert. Der Ausschuss hat die Aufgabe festzustellen, ob Änderungen an dem Entwurf nötig sind und ob der Entwurf unterstützt oder abgelehnt werden sollte. Mit der Empfehlung aus dem Fachausschuss geht der Entwurf wieder zurück in den Bundestag.
- Schritt 5:
 - Hier folgt nun die zweite Lesung. Das bedeutet, dass der bewertete Entwurf und die Änderungsvorschläge aus dem Ausschuss für ein neues Gesetz noch einmal gemeinsam beraten und besprochen werden.

- Schritt 6:
- Die dritte Lesung: Jetzt stimmen die Mitglieder des Bundestages darüber ab, ob das Gesetz angenommen oder abgelehnt wird. Ist eine Mehrheit für das Gesetz, wird der angenommene Entwurf an den Bundesrat weitergeleitet.
- Schritt 7:
- In den meisten Fällen ist auch die Meinung aus dem Bundesrat wichtig, damit ein Gesetz angenommen, also verabschiedet, oder abgelehnt werden kann. Der Bundesrat stimmt ebenfalls über den Gesetzesentwurf ab und gibt seine Stellungnahme zurück an den Bundestag. Wenn der Bundesrat anderer Ansicht ist als der Bundestag, versucht man in der Regel einen gemeinsamen Kompromiss zu finden.
- Schritt 8:
- Wenn sowohl Bundestag als auch Bundesrat dem Entwurf zugestimmt haben, dann ist das Gesetz verabschiedet und geht weiter an den Bundespräsidenten bzw. die Bundespräsidentin. Hier wird der abgestimmte Gesetzestext ausgefertigt und vom Bundespräsidenten bzw. der -präsidentin unterschrieben.
- Schritt 9:
- Jetzt unterschreibt der bzw. die für das Thema zuständige Minister oder Ministerin. Dann folgt die Unterschrift der Bundeskanzlerin bzw. des Bundeskanzlers.
- Schritt 10:
- Zum Schluss veröffentlicht der Bundespräsident bzw. die Bundespräsidentin das Gesetz. Und damit ist das neue Gesetz gültig.
So, jetzt wissen Sie, wie im Wesentlichen ein neues Gesetz entsteht, falls die Kinder mal wieder fragen ... oder die Kollegen ... oder die Nachbarin.



29

Aussprache Übung 1a

1. Zeuge Aussage
2. Jugend Kriminalität
3. Gesetz Vorlage
4. Reise Kosten



30

Aussprache Übung 1b

1. Zeugenaussage
2. Jugendkriminalität
3. Gesetzesvorlage
4. Reisekosten



31

Aussprache Übung 1c

1. Zeugenaussageprotokoll
2. Jugendkriminalitätsrate
3. Gesetzesvorlagentext
4. Reisekostenabrechnung

Aussprache Übung 1d

- die Gesetzesänderungsentscheidungsvorlage
- die Vorlage
- die Entscheidungsvorlage
- die Änderungsentscheidungsvorlage
- die Gesetzesänderungsentscheidungsvorlage



32

Aussprache Übung 1e

1. das Wortschatzkarteikärtchen
2. die Treppenhausreinigungsordnung
3. der Kaffeeautomatenreparaturservice
4. der Fachausschusssitzungsraum



33

Kapitel 8 Du bist, was du bist

Modul 1 Übung 2



34

- Das Auge isst bekanntlich mit – nur in viel größerem Umfang, als Sie vielleicht glauben, liebe Hörerinnen und Hörer.
Herzlich willkommen in unserem Wissenschaftsmagazin „Hätten Sie's gewusst?“. Zu Gast heute im Studio ist Frau Dr. Weidmann. Sie lehrt am Institut für Experimentelle Psychologie an der Universität Greifswald. Guten Tag, Frau Dr. Weidmann.
- Guten Tag. Ich freue mich, heute hier zu sein.
- Sicherlich haben Sie, liebe Hörerinnen und Hörer, auch schon die Erfahrung gemacht: Der Wein ist am Strand viel besser, der Fisch ist im Urlaub viel frischer und die Kirschen sind in den Sommerferien viel süßer. Wie kommt das, Frau Dr. Weidmann? Ist das wirklich so?
- Kurz gesagt: Nein, dem ist nicht so. Die Begründung ist ganz einfach: Beim Essen entscheidet nicht nur der Geschmack, ob es uns schmeckt. Der Geschmack ist nur einer von ganz vielen Faktoren dabei.
- Welche Faktoren gibt es denn noch?
- In einigen Studien ist eindeutig herausgefunden worden, dass bei der Wahrnehmung von Nahrung das Sehen und Hören eine wichtige Rolle spielen. Die Atmosphäre, in der wir essen oder trinken, hat einen Rieseneinfluss darauf, wie lecker etwas empfunden wird. Unser Sehsinn beeinflusst unseren Geschmack sehr stark. Das hängt damit zusammen, dass unser Gehirn gern Vorhersagen darüber macht, wie etwas schmecken wird. Unser Gehirn baut also Erwartungen über das Essen auf und der Geschmack des Essens muss sich an diesen Erwartungen messen lassen.
- Können Sie das vielleicht an einem Beispiel verdeutlichen?

Transkript zum Arbeitsbuch

- Natürlich, gerne. Stellen Sie sich ein Dessert vor, z. B. ein Stück Tiramisu. Wird es auf einem weißen Teller serviert, schmeckt es süßer als auf einem schwarzen. Auch die Form des Tellers kann einen Unterschied machen: Runde Teller werden mit Süßem assoziiert, eckige eher mit anderen Geschmacksqualitäten. Übrigens hemmen rote Teller den Appetit.
- Na, das wär' dann doch ein guter Tipp, wenn man eine Diät machen möchte.
- Ja, da haben Sie vollkommen recht. Viele Diäten machen sich das zunutze; allerdings nicht nur Diäten, auch Restaurantbesitzer, die verhindern wollen, dass ihre Gäste am All-you-can-eat-Büfett zu viel essen.
- Ich bin wirklich überrascht, dass Farbe und Form des Geschirrs eine solche Wirkung haben. Ich dachte, das Essen muss immer schön dekoriert werden, damit es appetitlich wirkt und schmeckt.
- Richtig. Die Anordnung des Essens beeinflusst unseren Geschmack durchaus. Allein, wie das Essen auf den Tellern angerichtet ist, macht einen großen Unterschied: Wenn zum Beispiel das Stück Pizza, das wir bestellt haben, mit der Spitze auf uns zeigt, mögen wir es weniger, als wenn es von uns weggerichtet ist.
- Wirklich? Warum das denn?
- Das sind uralte Wahrnehmungsmuster. Hirnscans haben gezeigt, dass unser Gehirn Dreiecke und Winkel als Bedrohung interpretiert. Aber auch asymmetrische Arrangements – zum Beispiel wenn das ganze Essen auf der linken Seite des Tellers liegt – kommen überhaupt nicht gut an. Wir bevorzugen Balance und Harmonie auf unseren Tellern.
- Spielt denn nicht auch eine Rolle, wie viele Elemente auf dem Teller liegen?
- Im Moment versuchen wir gerade herauszufinden, ob die Zahl der auf dem Teller präsentierten Dinge eine Rolle spielt. Im Westen ist es eher üblich, eine ungerade Zahl zu verwenden. In Asien dürfte es umgekehrt sein, weil dort gerade Zahlen für Harmonie stehen. Die Frage ist: „Kümmert uns das?“ Die großen Küchenchefs im Westen schon. Sie achten auf ungerade Zahlen bei der Anordnung auf ihren Tellern.
- Eine letzte Frage für diese erste Runde, Frau Dr. Weidmann: Sie sagten anfangs, Sehen und Hören beeinflussen unseren Geschmacksinn. Kann also auch Musik unser Geschmackserlebnis verändern?
- Ja, auf alle Fälle. Studien zeigen, dass uns das Essen besser schmeckt, wenn uns die Hintergrundmusik gefällt. Unsere Sinne sind weniger unabhängig

voneinander, als wir denken. Wenn sich ändert, was ich höre, ändert sich auch, was ich schmecke. Wenn sich ändert, was ich rieche, ändert sich, was ich fühle. Es steht außer Frage, dass Musik auf den Geschmacksinn wirkt. Musik mit tiefer Frequenz verstärkt bittere Geschmacksrichtungen, höhere Frequenzen lassen Speisen süßer und fruchtiger schmecken.

- Das ist wirklich sehr interessant. Wenn Sie, liebe Hörerinnen und Hörer, Fragen an Frau Dr. Weidmann haben, dann rufen Sie nach der Musik an. Unsere Telefonnummer ist 069 ...

Aussprache Übung 1a, b und c

- 1
Komm mit.
Komm doch bitte mit.
Komm doch bitte einmal mit.
- 2
Hör auf.
Hör jetzt bitte auf.
Hör jetzt bitte endlich auf.
- 3
Nehmen Sie.
Nehmen Sie, bitte.
Nehmen Sie bitte noch etwas.

Kapitel 9 Die schöne Welt der Künste

Modul 1 Übung 7

- Guten Morgen und allen einen guten Wochenstart! Wie jeden Morgen haben wir einen interessanten Gast eingeladen. Heute bei mir im Studio: der Designer Matti Hirschfeld. Hallo, Matti.
- Hallo.
- Matti, du hast ein eigenes Designbüro und bist mittlerweile ja ziemlich erfolgreich mit dem, was du tust.
- Ja, stimmt. Ich hab' das Designbüro vor sechs Jahren gegründet. Und nach ziemlich harten Anfangszeiten läuft es jetzt seit ca. drei Jahren ziemlich gut.
- Woher nimmst du denn die ganzen guten Ideen?
- Das ist ganz unterschiedlich ... Ich hab' auch ein tolles Team und wir arbeiten ganz eng zusammen. Das hilft bei der Entwicklung von Ideen.
- Aber gibt es nicht manchmal auch eine Flaute? Oder bist du immer kreativ?
- Nee, kreative Krisen gibt es bei mir auch. Und manchmal sind sie elend lang und manchmal gehen sie schnell wieder vorbei.
- Wie gehst du damit um?



35–36



37

- Ehrlich gesagt hilft es mir dann am meisten, wenn ich meinen Arbeitsplatz verlasse und ins Café gehe oder einen Spaziergang mache. Man muss dann gedanklich einfach loslassen, wenn man so gar nicht weiterkommt.
- Machst du auch Entspannungsübungen in so einer Situation?
- Nein, das ist nichts für mich. Aber manchmal geh' ich auch in eine Ausstellung und hoffe auf Inspiration, indem ich mir die kreativen Ideen anderer anschau. Wenn es zeitlich geht, lege ich auch eine Projektpause ein. Ein paar Tage Abstand haben schon die tollsten Ideen ans Licht gebracht. Es kann aber auch helfen, mit Mitarbeitern, die an dem Projekt gar nicht beteiligt sind, zu sprechen. Ein Blick von außen gibt auch immer neue Anregungen.
- Wahrscheinlich passt zu jeder Situation auch eine andere Lösung, oder?
- Richtig. Ich kenne natürlich durch meinen Beruf viele kreative Menschen und jeder geht anders mit kreativen Krisen um. Aber jeder kennt sie. Frustrierend ist es natürlich, wenn diese Phasen sehr lange dauern und man das Gefühl hat, sie hören nie wieder auf.
- Aber irgendwann wird's ja wieder besser, oder?
- Ja, klar. Wenn man gerade so richtig verzweifelt ist, sollte man sich daran erinnern, wie oft man schon in solchen Phasen war und wie man am Ende dann doch eine gute Idee hatte. Man sollte nicht plötzlich sein ganzes Selbstbewusstsein verlieren. Schließlich hat man doch solche Zeiten schon öfter gemeistert.
- Matti, 1000 Dank für deine Tipps.



38

Aussprache Übung 1b

Mein Leben zu beschreiben und dabei alle Wendungen, Wege und Stationen zu berücksichtigen, das war eine große Herausforderung. Aber das war auch der große Reiz. Sie wollen mich heute besser kennenlernen, dafür bin ich hier. Im Folgenden werde ich einige Ausschnitte aus meinem Buch lesen und dafür ist sicher wichtig, dass ich vorab mit einem kurzen Lebenslauf beginne. Nach dem Abitur habe ich zuerst zwei Semester in Marburg Literaturwissenschaft studiert. Doch bald hat mich das Studium gelangweilt. Aber dann habe ich von der Möglichkeit eines Auslandsstudiums erfahren.



39

Aussprache Übung 1c

Und, Sie ahnen es schon, fand das viel spannender. Ziemlich spontan bin ich also 1974 nach Frankreich und später nach England gegangen. Damals haben

mich meine Eltern noch unterstützt. Allerdings nicht mehr lange. Sehr schnell hatten sie verstanden, dass ich gar nicht daran dachte, wieder nach Deutschland zurückzukommen. Das war ein harter Schlag für sie.

Kapitel 10

Erinnerungen

Modul 1 Übung 3



40

- Da sind wir wieder mit unserem Magazin am Nachmittag. Herzlich willkommen, liebe Hörerinnen und Hörer. Es begrüßt Sie wie immer Anna Friedrich.
- Ist es Ihnen auch schon so gegangen? Sie haben den Geburtstag eines guten Freundes vergessen, den Autoschlüssel verlegt oder einfach nicht daran gedacht, in den Ferien die Blumen der Nachbarin zu gießen? Das kann peinlich bzw. ziemlich stressig werden. Häufig ärgert man sich dann über sich selbst und fragt sich: „Wie konnte ich das nur vergessen?“ Um das Erinnern und Vergessen geht es in unserer heutigen Sendung. Dazu haben wir einen Neurologen vom Universitätsklinikum Hamburg zu Gast. Herzlich willkommen, Herr Dr. Baumann.
- Guten Tag, Frau Friedrich.
- Herr Dr. Baumann, im Alltag oder im Beruf müssen wir uns permanent Dinge einprägen: Telefonnummern, Zugangsdaten, die Namen neuer Kollegen oder Geschäftspartner. Vielen fällt das unheimlich schwer. Andere haben damit weniger Probleme und stellen dabei sogar Rekorde auf. Als Beispiel möchte ich den Münchner Rechtsanwalt Simon Reinhard anführen, der sich 2.000 Zahlen in einer Stunde einprägen kann und dann in der Lage ist, diese Zahlen fehlerfrei wiederzugeben. Oder nehmen wir die 14-jährige Rebecca Fischer. Sie kann das komplette Fernstreckennetz der Deutschen Bahn und alle zugehörigen Bahnhöfe auswendig. Wie kommt das?
- Da kann man sich natürlich fragen, wie wichtig so etwas ist, aber diese Gedächtnisleistungen sind wirklich unglaublich. Sie verdeutlichen ganz gut, was ein trainiertes Gedächtnis alles schaffen kann. Ihre Frage, Frau Friedrich, kann man eigentlich nur beantworten, wenn man einen kleinen Ausflug in die Neurowissenschaften macht: Unser Gehirn besteht aus unterschiedlichen Modulen. Diese Module nehmen immer eine ganz bestimmte Art von Reizen auf: Das kann etwas Visuelles sein, etwas Akustisches oder Emotionales ... Wenn wir z. B. fernsehen, dann sind in unserem Kopf das Sehmodul, das Hörmodul und das

Sprachmodul aktiv. Mit „Gedächtnis“ bezeichnen wir eigentlich die Gesamtheit dieser Informationsverarbeitung, also die Fähigkeit, Informationen zu ordnen, abzuspeichern und wieder abzurufen. Man könnte das Gedächtnis mit einem komplexen Netzwerk vergleichen, ... die verschiedenen Hirnareale sind untereinander vernetzt. Ob wir uns dabei etwas gut oder nicht gut einprägen können, hängt davon ab, wie viele Verknüpfungen zwischen den einzelnen Hirnarealen bestehen und wie gut sich neue Informationen mit bereits gespeicherten verknüpfen lassen. Außerdem ist bewiesen, dass wir alles, was wir persönlich und besonders emotional erleben, besser behalten können.

- Aber nicht alles, was wir uns merken wollen, erleben wir emotional ...
- Das stimmt. Bei emotionalem Wissen sind immer mehrere Sinne aktiv. Generell gilt deshalb für neues Wissen: Wird es über mehrere Sinne aufgenommen, also durch Hören, Sehen, Fühlen, Riechen oder Tasten, lässt es sich besser im Gedächtnis verankern und schließlich abrufen.
- Auch wenn wir auswendig lernen?
- Gerade für solchen Lernstoff ist eine gute Vernetzung wichtig. Man kann das Vernetzen unterstützen, indem man zum eigentlichen Lernstoff Farben, Formen, Bilder, Gerüche, Geräusche, Gefühle oder Geschichten speichert. Damit schaffen wir uns sozusagen Eselsbrücken. In der Lernpsychologie gibt es dafür Mnemotechniken, die man erlernen kann.
- Könnten Sie vielleicht eine davon unseren Hörerinnen und Hörern vorstellen?
- Ja, gern. Eine gute Methode, um sich z. B. an Ziffernfolgen zu erinnern, ist, sich eine Geschichte mit diesen Zahlen auszudenken. Stellen Sie sich vor, Sie müssen sich die lange Nummer 3210072412 merken. Das könnten Sie so tun: Sie teilen die Nummer in Abschnitte ein, z. B.: 321 – 007 – 24 – 12. Den ersten Abschnitt, also 321, könnten Sie sich mit einem Reim merken: „3-2-1 – Meins“. Dann folgt James Bond mit „007“ und zuletzt 24-12, also das Datum für Weihnachten. Sie merken sich also: Mit einem Reim auf den Lippen kauft James Bond die Geschenke für Weihnachten. Ja, je absurder die Geschichte, desto besser ist der Erinnerungseffekt.
- Das ist eine tolle Methode. Die probier' ich bestimmt mal aus. Und gibt es da noch andere?
- Ja, natürlich. Wenn Sie sich z. B. ziemlich viel merken müssen, hilft die Routenmethode. Dabei unternehmen Sie einen Rundgang durch ihre eigene Wohnung.
- Wie jetzt? Ich präge mir etwas ein, indem ich durch meine Wohnung gehe?
- Genau. Wählen Sie für den Anfang zehn wichtige Punkte in Ihrer Wohnung aus, die Sie immer wieder in derselben Reihenfolge ablaufen. Das können Ihr Wohnzimmerschrank ebenso wie Ihre Couch oder Ihr Lieblingssessel sein. Assoziieren Sie im nächsten Schritt die Begriffe oder Zahlen, die Sie sich einprägen wollen, mit den Punkten aus Ihrer Wohnung, indem Sie sich wieder ausgefallene Bilder einfallen lassen. Gehen Sie dabei Schritt für Schritt vor. Wenn Sie sich später an die Daten erinnern möchten, müssen Sie nur noch vor Ihrem geistigen Auge die Route durch Ihre Wohnung ablaufen.
- Ich finde diese Mnemotechniken sehr interessant. Sie auch, liebe Hörerinnen und Hörer? Vielleicht haben Sie ja Fragen dazu? Wir sind gleich nach der Musik wieder da mit unserem zweiten Teil, in dem Herr Dr. Baumann alle Ihre Fragen zum Thema „Erinnern und Vergessen“ beantwortet. Rufen Sie uns an unter 040 55 66 ...

Aussprache Übung 1c

Es war einmal ein kleines süßes Mädchen, das hatte jedermann lieb, der es nur ansah, am allerliebsten aber seine Großmutter. Da sagte einmal seine Mutter zu ihm: „Komm, da hast du ein Stück Kuchen und eine Flasche Wein, die bring der Großmutter hinaus, weil sie krank und schwach ist.“

Wie es ankam, stand die Türe auf, darüber wunderte es sich und wie es in die Stube kam, sah es so seltsam darin aus, dass es dachte: „Ei! Du mein Gott, wie ängstlich wird es mir heut zu Mut und bin sonst so gern bei der Großmutter.“

Drauf ging es zum Bett und zog die Vorhänge zurück, da lag die Großmutter, hatte die Haube tief ins Gesicht gesetzt und sah so wunderlich aus.

– „Ei, Großmutter, was hast du für große Ohren!“

– „Dass ich dich besser hören kann.“

– „Ei, Großmutter, was hast du für große Augen!“

– „Dass ich dich besser sehen kann.“

– „Ei, Großmutter, was hast du für große Hände!“

– „Dass ich dich besser packen kann.“

– „Aber Großmutter, was hast du für ein entsetzlich großes Maul!“

– „Dass ich dich besser fressen kann.“

Und wie der Wolf das gesagt hatte, sprang er aus dem Bett und verschlang es.

