



COACHING TOUR



Hallo und Willkommen zum Start der Coaching Tour!

Ich freue mich, dass wir nun so richtig durchstarten und zusammen dein Sprachabenteuer beginnen. Einführend möchte ich noch ein paar Worte verlieren, was die Coaching-Tour auszeichnet und was sie dir vermitteln wird.

Für mich persönlich sind beim Sprachen lernen drei Punkte ganz wichtig:

1. Ich möchte, wenn möglich, keine Vokabeln oder Grammatik pauken!
2. Das Lernen muss sich in meinen Alltag integrieren!
3. Die Lerninhalte müssen mich interessieren!

Basierend auf diesen drei Anforderungen habe ich eine eigene Lern-Methode entwickelt, die talkREAL-Methode. Habe ich das Sprachenlern-Rad dabei neu erfunden? Nein, auch ich habe keine Pille entwickelt, die man nur schlucken muss und schon spricht man seine Wunschsprache fließend. Es handelt sich bei der talkREAL-Methode um ein umfangreiches System, das zum einen auf den neusten Ergebnissen der Hirn- und Lernforschung beruht und zum anderen in der Praxis durch Erfolge belegt wurde. Kurz und knapp:

- Die transREAL-Methode macht Vokabel- und Grammatiklernen überflüssig!
- Passives Hören ermöglicht das Lernen nebenbei!
- Selbstgesteuertes Lernen ermöglicht die freie Wahl meiner Lieblingsinhalte!

Wie das alles funktioniert und wann du was anwenden solltest, erfährst du hier in der Coaching Tour. Zu Beginn sende ich dir recht häufig neue E-Mails. Dies wird weniger, wenn da du in der Phase der Anwendung der gelernten Werkzeuge bist. Dies gilt übrigens auch für den Umfang der Mails! Keine Angst, nicht alle sind so lang wie diese :-)

Einstellungssache: Immer diese Ausreden - Schluss mit unzutreffenden Vorurteilen

„Lass dir von niemandem je einreden, dass du etwas nicht kannst! [...] Wenn du was willst, dann mach es – Punkt!“ Diese weisen Worte hat Will Smith im Film „Das Streben nach Glück“ seinem Sohn mit auf den Weg gegeben. Und auch du solltest dir diese Weisheit zu Herzen nehmen. Denn rund um den Erwerb einer neuen Sprache gibt es immer wieder Stolperfallen. Manchmal sind es andere Menschen, die uns einreden wollen, daß wir was nicht können. Häufig stehen wir uns aber selbst im Weg!

Vorurteile und falsche Behauptungen gibt es rund ums Sprachenlernen zuhauf. Manche davon beruhen meiner Meinung nach auf Unwissenheit ob der richtigen Lernmethode, wieder andere dienen einfach der persönlichen Bequemlichkeit. Das mögen harte Worte sein, doch schauen wir uns einmal die "Top 10 der Entschuldigungen" genauer an.

1. Ich habe keine Zeit zum Sprachenlernen!
2. Mit Deutsch komme ich eigentlich überall durch!
3. Mir ist es peinlich, wenn ich nicht richtig sprechen kann!
4. Sprachenlernen dauert zu lange, das halte ich nicht durch!
5. Ich bin zu alt zum Lernen einer neuen Sprache!
6. Das Lernen einer anderen Sprache ist mit hohen Kosten verbunden!
7. Ich habe einfach kein Talent zum Sprachenlernen!
8. Eine weitere Sprache zu sprechen bringt mir keinen Vorteil!
9. Es gibt keinen Kurs in meiner Nähe!
10. Ich kenne Niemanden, der die Sprache spricht!

Dies sind alles Punkte, die dich erst gar nicht mit dem Sprachenlernen beginnen lassen. Aus diesem Grund möchte ich dies auch direkt zu Beginn klarstellen: Alle diese Gründe sind falsch! Sie stimmen schlichtweg nicht.

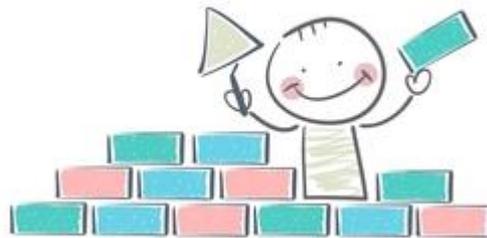
Du kannst jede Sprache der Welt lernen!

Es würde allerdings den Rahmen der heutigen Mail sprengen, wenn ich all diese Ausflüchte widerlegen würde. Und so werde ich sie nach und nach immer wieder adressieren und dir so Schritt für Schritt zeigen, dass jeder eine weitere Sprache lernen kann und vor allem auch sollte!

Lern-Tipp: Fundament benötigt - Darum brauchst du ein Sprachzentrum!

Kannst du dich noch an die Metapher des Hausbaus aus der ersten E-Mail erinnern? Ja? Stellt sich die Frage, warum kannst du dich daran erinnern? Ganz einfach, du hast diese Information in deinem Gedächtnis abgespeichert. Doch beim Sprachenlernen benötigen wir zum "Abspeichern" einen ganz bestimmten Teil unseres Gehirns, das Sprachzentrum!

Dieses Sprachzentrum bildet das Fundament, auf dem du später dein Haus errichten kannst, ergo, die neugelernte Sprache abspeichern kannst. Umso besser es ausgebildet ist, umso einfacher kannst du auf die dort gespeicherten Informationen zugreifen.



Wie unser Gehirn neue Wörter und somit Sprache abspeichert, ändert sich allerdings im Laufe unseres Lebens. Und so muss der erste Schritt sein, neue Nervenbahnen anzulegen. Einfach darauf loslernen hat kaum einen Effekt, da dein Gehirn die neue Information gar nicht speichern kann. Dies kannst du dir wie ein USB-Stick an deinem Rechner vorstellen. Du könntest zwar kurzfristig einige neue Informationen, wie Grammatikregeln oder neue Wörter, in deinem Arbeitsspeicher ablegen, aber dieser hat nur eine geringe und kurzfristige Kapazität. Erst wenn der USB-Stick am Rechner angeschlossen ist, kannst du auch etwas darauf langfristig speichern.*

tR-Tipp! An manchen Stellen in der Coaching Tour findest du einen blauen Stern. Dies bedeutet, dass es zu diesem Thema noch weitere, tiefergehende Informationen gibt. Diese sind dann im Buch zur talkREAL-Methode zu finden, welches im ersten Quartal 2014 erscheint. Mehr dazu findest du zu gegebener Zeit in der INFOwelt auf talkREAL.org.

Und somit widerlegen wir direkt die Argumente, dass man zu alt zum Sprachenlernen ist oder kein Talent hat. Dies ist schlichtweg Quatsch. Ältere Menschen müssen genauso wie Mit-Zwanziger neue neuronale Netze aufbauen. Der Clou liegt also in der richtigen Vorgehensweise. Besucht man einen Sprachkurs, der mit sehr traditionellen Methoden arbeitet, wie man es häufig bei Sprach- und

Volkshochschulen findet, dann wird es schwer fallen, die neue Sprache zu lernen und so kann man fälschlicherweise schnell zu dem Schluss kommen, dass man für das Sprachenlernen kein Talent hat. Klassischer Sprachunterricht, und warum er nicht funktionieren kann, ist übrigens eines der Themen in einer der kommenden E-Mails. Ich habe dir ja versprochen, mit einigen alten Mythen zu brechen :-)

Das Gute beim Sprachenlernen ist, dass wir im Gegensatz zum Hausbau nicht erst auf behördliche Genehmigungen warten müssen, bevor wir anfangen können, das Fundament zu gießen. So können wir dann auch direkt mit deinem ersten Erfolgsschritt beginnen.

Erfolgsschritt: Sprache hören - So legst du dein Sprachzentrum an!

Im Grunde ist es ganz einfach, ein geeignetes Sprachzentrum aufzubauen. Du musst dazu deine Wunschsprache nur so viel wie möglich hören!

Klingt nicht gerade kompliziert, oder? Also worauf wartest du? Im Folgenden findest du einige Ideen, wie du sofort beginnen kannst, dich mit deiner Zielsprache zu umgeben. Dabei spielen die Inhalte zu Beginn erst einmal keine Rolle. Es ist auch völlig normal, dass du anfangs wenig bis nichts verstehst. Je fremder die Sprache ist, umso weniger wirst du verstehen, vielleicht nicht einmal, wo ein Wort anfängt und wo es aufhört. Darum kümmern wir uns später, nun heißt es erst einmal: **Hören - Hören - Hören!**

Hier sind einige Vorschläge, wie du direkt beginnen kannst, dein Gehirn auf das Lernen der neuen Sprache vorzubereiten:

YouTube:

Bevor du YouTube direkt ansteuerst, mache doch einen kleinen Umweg über [Google-Translate](#) und übersetze das Wort "Kindergeschichte" in deine Wunschsprache. Kopiere und füge die entsprechende Übersetzung dann in YouTube ein und lass die verschiedenen Geschichten im Hintergrund so viel und so lange wie möglich laufen. Diese haben übrigens meist den Vorteil, dass sie langsamer gesprochen sind und meist ein einfacheres Vokabular verwenden.

(Online-) Radio:

Finde einen Radiosender in deiner Fremdsprache und höre ihn am besten einige Stunden täglich.

Podcasts:

Viele Smartphones oder Computer-Programme wie iTunes bieten die Möglichkeit, verschiedene Podcasts zu abonnieren. Mach dich auf die Suche nach entsprechenden Angeboten und konsumiere sie. Am besten in einer Dauerschleife.

Musik:

Höre dir Musik in der Fremdsprache an. Dies kann den Vorteil haben, dass die Noten die einzelnen Wörter besser betonen. Ich persönlich nutze gerne Musik Streaming Dienste wie Nokia Music oder [Napster](#). Dort kann man aus verschiedenen Kanälen wählen oder sich eigene Mixes zusammenstellen. Auf diese Weise entdeckt man häufig wahre musikalische und kulturelle Perlen.

Das Ziel dieser Liste ist es, dir Möglichkeiten aufzuzeigen, wie du dich schnell und einfach mit der Sprache umgeben kannst. Dabei reicht es, wenn du diese im Hintergrund laufen lässt, während du aktiv am PC arbeitest, Auto fährst oder kochst, etc. Wenn möglich, dann versuche, die Sprache mindestens 2 Stunden je Tag zu hören! (Bitte notiere dir die tatsächliche Zeit, in der du dich mit der Sprache umgibst. Wir werden diese Angaben später noch benötigen.)

- Erfolgsschritt 01 -

Ich höre mindestens 5 Tage die Woche 2 Stunden täglich die Fremdsprache!

Ich muss an der Stelle gestehen, dass ich viele Leser geradezu aufschreien höre: "2 Stunden täglich Lernen, das ist viel zu viel!" Dazu kann ich aber nur sagen: "Nein, ist es nicht!" Denn es geht nicht darum, aktiv zu lernen, sondern passiv zu hören. Das ist ein großer Unterschied.

Solltest du bspw. auf der Arbeit nicht die Möglichkeit haben, nebenbei den neuen Klängen lauschen zu können, dann versuche bitte, andere Möglichkeiten zu finden. Sei kreativ - wie viel Zeit vergeht beispielsweise zwischen Aufstehen und Arbeitsbeginn? Machst du Sport? Nutze kleine Wartepausen, etc.! Wenn du noch nicht ganz überzeugt bist, dass es möglich ist, dann würde ich dich herzlich bitten, neben dieser E-Mail noch den Blog-Beitrag "[Die „Keine Zeit“ – Ausrede hat ausgedient!](#)" zu lesen, der dir hilft, deine eigene Zeit wieder zurück zu gewinnen.

Und nun lehne dich einmal kurz zurück und lass auf dich wirken, was ich dir gerade erzählt habe. Vergleiche dies einmal mit deinen bisherigen Erfahrungen rund ums Sprachenlernen. Ist das reine passive Hören nicht ein wunderbar einfacher Einstieg?!

Ich verspreche nicht zu viel, wenn ich sage, dass es ähnlich angenehm weitergeht und wenn du dich an die Erfolgsschritte hältst, dann kannst du in 6 Monaten eine neue Sprache sprechen!

interAKTION: Deine Wunschsprache - Wie umgibst du dich mit ihr?

In diesem Teil der Mail geht es hauptsächlich darum, mit anderen Lernern in Kontakt zu treten und mit ihnen zu interagieren. Warum dies so wichtig ist, schauen wir uns in einer der kommenden Mails ein wenig genauer an.

Heute würde ich dich nur um die folgende kleine interAKTION bitten. Überlege dir, wie du dich mit deiner Zielsprache umgibst und welchen der obigen Punkte du zum Hören nutzt. Poste deine Antwort auf die talkREAL -Seiten auf Facebook oder Google+ oder schicke einen entsprechenden Tweet. Bitte nutze bei allen Nachrichten, die die Coaching Tour betreffen immer das Hashtag #tRcT. Gerne kannst du mir auch eine normale E-Mail schreiben, indem du einfach auf diese Nachricht antwortest.

Zusammenfassung: Getting Started - Deine ersten Schritte mit der neuen Sprache

Die talkREAL Coaching Tour hat zum Ziel, dich Schritt für Schritt zu einem erfolgreichen Sprachenlerner zu machen. Und ich finde, mit Abschluss dieser ersten E-Mail hast du bereits einen riesigen ersten Schritt getan. Und jede Reise beginnt nun einmal mit diesem so wichtigen ersten Schritt.

Mir persönlich ist wichtig, dass du heute drei Punkte verinnerlicht hast:

- Es gibt viele Entschuldigungen, keine Sprache zu lernen, aber sie sind nicht mehr als faule Ausreden!
- Es ist wichtig, die richtige Vorgehensweise beim Lernen zu wählen!
- Um das richtige Fundament zu bekommen, muss ich die Sprache mindestens 2 Stunden täglich hören!

Die nächste E-Mail erhältst du bereits in 3 Tagen. Bis dahin möchte ich, dass du weiterhin mindestens 2 Stunden pro Tag eine der obigen Hör-Methoden anwendest und die entsprechende interAKTION vornimmst. Auch in den kommenden Mails werden wir weiter an einem soliden Fundament arbeiten, aber gleichzeitig werden

wir auch schrittweise die Planung des restlichen Hauses angehen. Und ich verspreche dir nicht zu viel, wenn ich sage, dass es eine spannende Reise werden wird.

Beste Grüße

cR

Bildnachweis: © file404 - Depositphotos.com

Copyright © 2013 talkREAL Unternehmergeellschaft (haftungsbeschränkt), All rights reserved.

Du erhältst diese E-Mail, da du dich auf talkREAL.org für den Newsletter angemeldet hast. Dabei kannst du mit Hilfe der unten stehenden Links jederzeit deine Einstellungen anpassen.

Unsere Adresse lautet:

talkREAL Unternehmergeellschaft (haftungsbeschränkt)
Rembrandtstr. 7
Niedernhausen 65527
Germany

[Add us to your address book](#)

[Dieses Abonnement abmelden](#) [Meine Abo-Einstellungen aktualisieren](#)