

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет
імені Івана Огієнка

Lesetexte

mit Aufgaben

Verfasserin O. Shmyrko

Kamjanez'-Podilskij

2019

УДК 811.112.2(0766)
Т30

Укладач: Шмирко Олена Сергіївна

Рецензенти:

Боднарчук Т. В., кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри німецької мови Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

Фоміна Г. В., кандидат філологічних наук, доцент, доцент кафедри журналістики та мовної комунікації Національного університету біоресурсів і природокористування України

*Рекомендовано науково-методичною радою
факультету іноземних мов
Кам'янець-Подільського національного університету
імені Івана Огієнка як навчальний посібник
для студентів вищих навчальних закладів
(протокол № 3 від 07 березня 2019 року).*

Т30 Lesetexte mit Aufgaben : навчальний посібник / укладач Шмирко О. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута», 2019. 76 S.

Посібник побудований на автентичному матеріалі, що сприятиме набуттю студентами мовленнєвої компетенції на сучасному лексичному запасі німецької мови. Представлені тексти з розробленими завданнями пропонується використовувати для занять з німецької мови як домашнє та індивідуальне читання, під час аудиторної та самостійної роботи.

Для студентів факультетів іноземних мов та іноземної філології вищих навчальних закладів.

УДК 811.112.2(0766)

© Шмирко О. С., 2019

INHALT

VORWORT	4
EINHEIT 1. Alles rund um Ernährungskonzepte	5
EINHEIT 2. Freizeit oder freie Zeit?	25
EINHEIT 3. Migrationsgeschichten	32
EINHEIT 4. Wendepunkte	67
QUELLENVERZEICHNIS	75

VORWORT

Magazine, Serien, Kolumnen... Auf Deutsch lesen macht Spaß, bildet und gleichzeitig lernt man Deutsch.

Manchmal aber fällt es echt schwer, einen passenden Text für ein Sprachniveau oder für ein Thema zu finden. Bei authentischen Texten, also Texten für Muttersprachler, ist es nicht einfach, einen Text zu finden, den man in einem bestimmten Sprachniveau lesen kann.

Nach der Übersicht über die besten Webseiten mit Übungen zum Leseverstehen und Didaktisierungen von Lesetexten haben wir hier viele gute und interessante Texte zusammengestellt, die zum Themen „Ernährungskonzepte“, „Freizeit“, „Migration“ und auch einigen Wendepunkten des heutigen Lebens passen.

Deutschhochschullehrer und -lehrerinnen finden hier bestimmt interessante Lesetexte für den Deutschunterricht oder zur Erstellung von Übungen. Für Prüfungen zum Leseverstehen findet man sicherlich auch geeignete Texte mit verschiedenen Aufgaben.

EINHEIT 1. Alles rund um Ernährungskonzepte

**1. Was ist den Deutschen beim Essen sehr wichtig? Was glauben Sie?
Ordnen Sie zu und vergleichen Sie dann mit der Grafik auf Seite 6.**

Das Essen muss schnell gehen.	1	a	5 Prozent
Das Essen muss gesund sein.	2	b	6 Prozent
Das Essen muss lecker sein.	3	c	9 Prozent
Das Essen darf nicht viele Kalorien haben.	4	d	35 Prozent
Das Essen darf nicht viel kosten.	5	e	45 Prozent

2. Kochen die Deutschen gern und viel selbst? Warum (nicht)? Lesen Sie und unterstreichen Sie die Antworten im Text.

„Iss was, Deutschland?“ – Eine Studie der Techniker Krankenkasse

Wie essen die Deutschen? Was ist den Deutschen beim Essen wichtig? Das hat eine Studie der Techniker Krankenkasse untersucht. Hier sind einige Ergebnisse:

In nur 50 Prozent der Haushalte in Deutschland kochen die Menschen jeden Tag selbst. In jedem dritten Haushalt kochen die Menschen nur drei- bis fünfmal pro Woche. Warum? Keine Zeit, sagen viele. Andere kochen nicht gern. Oder sie denken: Das ist zu viel Arbeit. In vielen Familien gibt es ein- bis zweimal pro Woche Fertiggerichte wie Tiefkühlpizza (siehe Foto), Tütensuppe oder Konserven.

Essen ist Nebensache. Bei jedem Dritten läuft beim Essen der Fernseher oder der Computer. Besonders junge Menschen haben nicht viel Zeit – oder wollen sich keine Zeit nehmen.

Beim Essen sehen 40 Prozent der Menschen unter 25 Jahren fern oder sie surfen im Internet. Ist Essen allein langweilig?

Fast 60 Prozent der jungen Menschen sagen: Essen muss lecker sein. Sie essen oft Fertiggerichte und Fastfood: 60 Prozent essen mindestens einmal pro Woche ein Fertiggericht. 33 Prozent essen mindestens dreimal pro Woche im Schnellimbiss – Burger, Pommes oder Currywurst. 90 Prozent der Menschen unter 25 Jahren sagen: „Wir essen nicht sehr gesund.“

3. Was ist richtig? Kreuzen Sie an.

1. Jeder dritte Deutsche ...

- a) isst gern.
- b) findet Essen wichtig.
- c) sieht beim Essen fern oder surft im Internet.

3. Mehr als 50 Prozent der jungen Menschen ...

- a) meinen: Essen muss lecker sein.
- b) sagen: Essen ist langweilig.
- c) finden: Gesund sein ist wichtig.

2. 33 Prozent der Menschen unter 25 Jahren ...

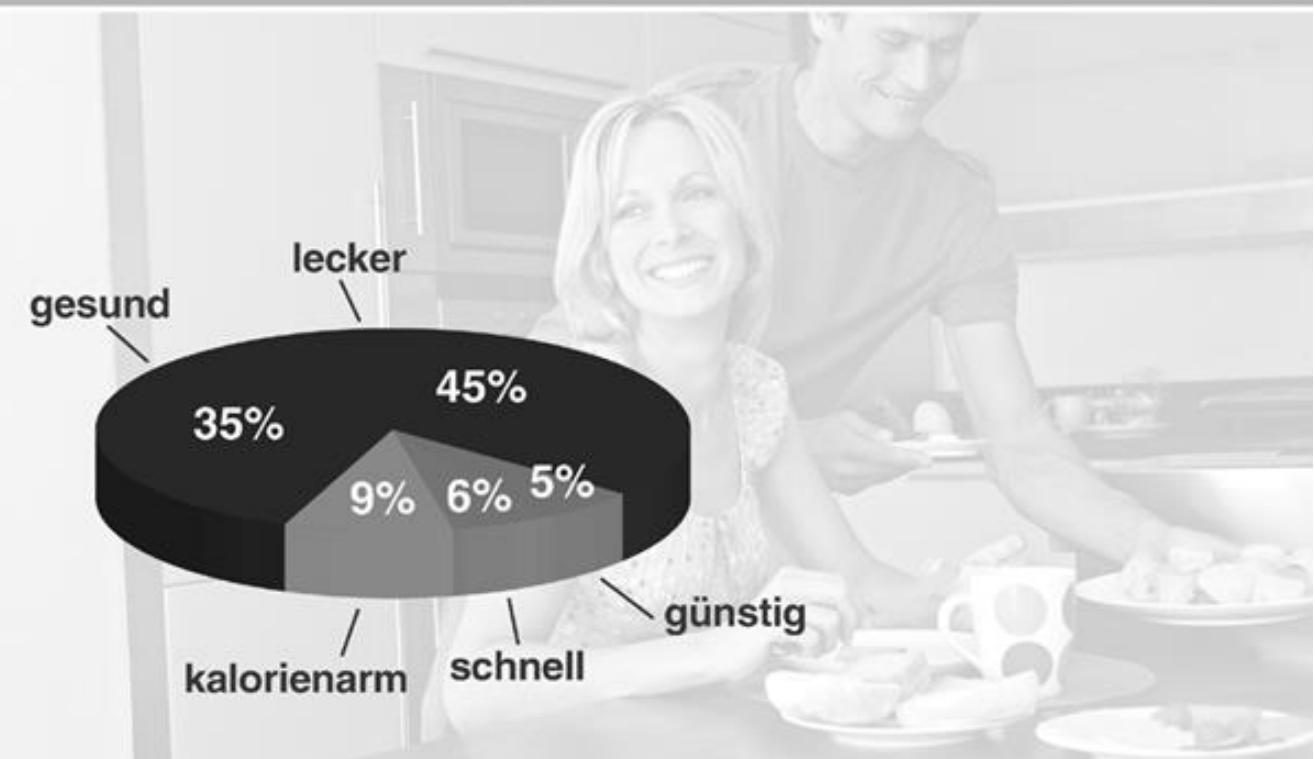
- a) kochen selbst.
- b) gehen dreimal pro Woche zum Imbiss.
- c) sagen: Essen muss gesund sein.

4. 90 Prozent der Menschen unter 25 Jahren ...

- a) glauben: Fastfood ist gesund.
- b) wissen: Wir essen nicht gesund.
- c) sagen: Kochen macht Spaß.

Hauptsache lecker!

Das ist den Menschen in Deutschland bei ihrer Ernährung am wichtigsten



4. Lesen Sie den Text und markieren Sie Informationen zu den Stichpunkten:

1. Merkmale von Fast Food

2. Kritik an Fast Food

Fast Food – Besser als sein Ruf?

□ Einem Gerücht zufolge soll der Apfel, den Eva Adam reichte, das erste Fast Food der Geschichte sein. Vielleicht hat der schnelle Imbiss deshalb bis heute einen schlechten Ruf. Wer 1378 in der Wurstküche an der berühmten Regensburger Donaubrücke etwas zu Essen bestellte, zählte zu den ersten Fast-Food-Kunden Deutschlands. Die Wurstküche existiert dort noch heute und gilt als eine der ältesten Imbissbuden der Welt.

□ Fast Food hat sich überall dort etabliert, wo Arbeiter und Reisende fern vom heimischen Herd auf schnelle und kostengünstige Verpflegung angewiesen sind. Erst in jüngster Vergangenheit ist Fast Food ein Massenphänomen geworden und hat in vielen Familien das gemeinsame Mittagessen in den Hintergrund gedrängt. Auch der klassische Drei-Mahlzeiten-Takt aus Frühstück, Mittagessen und Abendbrot spielt bei vielen Menschen keine große Rolle mehr. Schule und Beruf diktieren andere Rhythmen.

□ Klassische Fast-Food-Gerichte zeichnen sich durch schnelle Zubereitung und schnellen Verzehr aus. Ohne Besteck und Teller wandert die Speise von der Hand in den Mund. Dazu ist die klassische Bratwurst besonders geeignet: vom Grill auf den Pappteller, ein Klacks Senf, dazu ein Toastdreieck – fertig. Die Currywurst, Bratwurst-Stückchen, die in viel Ketchup mit Currysauce schwimmen, ist in Deutschland sehr beliebt. Berühmt sind auch die internationalen Vertreter, wie der Hotdog und der Hamburger aus Amerika, der Döner Kebab der türkischen Imbisse oder die italienische Pizza.

□ Fast Food ist weltweit erfolgreich, trotzdem häuft sich die Kritik. Der Umweltschutz läuft gegen die gigantischen Kartoffelfelder für die Tonnen von Pommes frites ebenso Sturm wie gegen die Massen von Fleischvieh. Für ihre Weiden wird kostbarer Regenwald geopfert. Zu schnelles Essen schadet außerdem der

Gesundheit. Zum einen braucht der Körper ca. 20 Minuten, bis er überhaupt merkt, dass er satt ist. Zum anderen enthalten viele angebotene Speisen zu viel Fett und Salz, dafür zu wenig Vitamine, Ballast- und Mineralstoffe.

Trotzdem wäre es falsch, jede Art von schnell zubereitetem Essen abzulehnen. Der neueste Trend sind leichtere Snacks wie Sushi, das Edel-Fast-Food aus Japan. Es besteht aus geformten Häppchen aus Reis, rohem Fisch, ergänzt mit Gurken oder Avocados. Auch leckere, mit frischen Zutaten kombinierte italienische Panini oder lecker gefüllte Teigtaschen, die Wraps, sind leicht und gesund. Und genau genommen zählen ja auch gesunde Zwischendurch-Snacks wie ein Obstsalat ebenfalls zum Fast Food.

5. Welche Satzteile passen zusammen? Ordnen Sie zu.

1. __In jüngster Zeit werden mehr ... a ... eine sehr lange Tradition.
2. __Zu viel Fast Food kann ... b ... Ausbildung und Arbeit die Essenszeiten.
3. __Fast Food ist ... c ... gesunde und leichte Imbisse angeboten.
4. __Fast-Food-Gerichte haben ... d ... international.
5. __Seit einiger Zeit bestimmen oft ... e ... die Natur und den Organismus belasten.

6. Welche Aussage aus 1b passt zu welchem Abschnitt? Tragen Sie die Nummern in die Kästchen im Text ein.

7. Lesen Sie den Text. Sind die Sätze 1 bis 5 richtig oder falsch? Kreuzen Sie an.

Die Geschichte der Currywurst

Die Geschichte der Currywurst beginnt in Berlin: Es ist das Jahr 1946 und Herta Heuwer hat hier eine kleine Snackbar. Sie verkauft Würstchen, Pommes und Bier. Eines Tages, genau am 4. September, hat sie eine Idee. Sie variiert ihre Würstchen ein wenig und verkauft sie mit Tomatenmark, Curry und einem Klecks der berühmten englischen Worcestersoße. Ein ziemlich originelles Rezept, das später Geschichte

macht.

Zum Gedenken an Herta Heuwer kann man in Berlin an der Ecke Kant- und Kaiser-Friedrich-Straße in Berlin-Charlottenburg dieses Schild sehen.



Dort war der Imbiss von Herta Heuwer.

Nicht alle glauben, dass die Currywurst aus Berlin kommt. So schreibt der Autor Uwe Timm in seinem Roman „Die Entdeckung der Currywurst“, dass er als Kind schon 1947 in Hamburg eine Currywurst gegessen hat.

Heute serviert man die Currywurst mit Ketchup und einem Brötchen. Jeder isst sie so, wie es ihm am liebsten ist: mit Cayenne-Pfeffer, mit Paprikapulver oder Zwiebelchen. In der Snackbar auf die Hand oder zu Hause selbstgemacht, die Currywurst ist ein Klassiker. Sie gehört zu Berlin wie das Brandenburger Tor, wird aber auch im Rest der Bundesrepublik gern gegessen.

Nun hat die Currywurst in den letzten Jahren durch andere Fast-Food-Ideen wie Döner oder Pizza eine starke Konkurrenz bekommen. Doch in den Hochburgen wie Berlin oder dem Ruhrgebiet wird nach wie vor gern Currywurst gegessen. In Berlin plant man die Eröffnung des Deutschen Currywurstmuseums.

- | | richtig | falsch |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. 1949 verkauft Herta Heuwer ihre erste Currywurst. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Es gibt verschiedene Meinungen, woher die Currywurst kommt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Es gibt verschiedene Rezepte für die Currywurst. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Sehr gute Currywürste gibt es am Brandenburger Tor. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Heute isst man in Deutschland mehr Döner und Pizza als Currywürste. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

8. Lesen Sie den Text und kreuzen Sie an, welche Aussage richtig und welche falsch ist.

Die Geschichte der Schokolade

Kakao nutzen die Menschen in Mittelamerika schon seit über 3000 Jahren. Die Azteken kochten ab dem 4. Jahrhundert Schokolade: Sie vermischten Kakaobohnen mit Wasser und nannten das Getränk „xocoatl“,

„bitteres Wasser“, denn sie taten viel scharfen Pfeffer und Chili in ihre Trinkschokolade. Spanische Seefahrer brachten die Kakaobohne im 16. Jahrhundert nach Europa. Hier mixte man statt Pfeffer und Chili Zucker in die Schokolade. Süß schmeckte sie den Europäern besser.

Schokolade war aber sehr teuer und nur reiche Leute konnten sie kaufen. Dann lernte der junge Schweizer François-Louis Cailler in Italien das Schokoladenhandwerk. Er kam in die Schweiz zurück und baute 1819 eine Schokoladenfabrik. Er produzierte die Schokolade nicht mehr in Handarbeit, sondern mit schnellen Maschinen. Die Schokolade wurde darum billiger und alle Menschen konnten sie sich leisten. François-Louis Cailler hat auch die Schokoladentafel erfunden, so wie wir sie heute kennen. Die leckere Schweizer Schokolade ist die berühmteste Schokolade der Welt. In der Schweiz wie auf der ganzen Welt macht man sie aus Kakaobohnen, Zucker und anderen Zutaten, je nach Schokoladenart zum Beispiel Vanille, Nüssen, Rosinen, Marzipan.

1. Indianer in Mittelamerika, die Azteken, haben schon vor 1500 Jahren Trinkschokolade gekocht. ja nein
 2. Die Azteken haben der heißen Schokolade den Namen „xocoatl“ gegeben. Das heißt „süßes Wasser“. ja nein
 3. Seefahrer brachten die Kakaobohne nach Europa. Die Schokolade war sehr teuer und nur reiche Leute konnten sie sich leisten. ja nein
 4. Die Schokoladentafel hat ein Schweizer erfunden. ja nein
 5. Heute ist Schweizer Schokolade berühmt, denn sie schmeckt besonders lecker: Die Schweizer machen sie aus Kakaobohnen, Mehl, Zucker und Gewürzen, zum Beispiel Vanille. ja nein



FAKten & MYTHEN

Schokolade aus wissenschaftlicher Sicht

Macht Schokolade glücklich? Kann man von Schokolade süchtig werden?

Ist Schokolade ungesund? Wird man von Schokolade dick? Viele Mythen ranken sich um die Schokolade.

9. Machen Sie vor dem Lesen des Textes ein kleines Schokoladen-Mythen-Quiz.

- | | | | | |
|--|--------------------------|------|--------------------------|--------|
| Mythos 1: Schokolade macht wach. | <input type="checkbox"/> | wahr | <input type="checkbox"/> | unwahr |
| Mythos 2: Schokolade ist gesund. | <input type="checkbox"/> | wahr | <input type="checkbox"/> | unwahr |
| Mythos 3: Schokolade macht dick. | <input type="checkbox"/> | wahr | <input type="checkbox"/> | unwahr |
| Mythos 4: Schokolade verursacht Pickel. | <input type="checkbox"/> | wahr | <input type="checkbox"/> | unwahr |
| Mythos 5: Schokolade macht süchtig. | <input type="checkbox"/> | wahr | <input type="checkbox"/> | unwahr |
| Mythos 6: Schokolade macht glücklich. | <input type="checkbox"/> | wahr | <input type="checkbox"/> | unwahr |

10. Lesen Sie dann den Text und kontrollieren Sie dabei die „wahren“ und „unwahren“ Mythen:

Süßigkeit mit hoher Anziehungskraft

Schokolade macht nicht nur glücklich.

Sie gilt als Seelentröster und Stimmungsaufheller, Hüftgold und Herzenssache: Der Schokolade werden viele Wirkungen zugeschrieben. Doch die einzelnen Inhaltsstoffe der köstlichen Nascherei scheinen nicht direkt die gefühlten Effekte im Körper auszulösen. Was Schokolade tatsächlich kann und was nicht, erfahren Sie hier.

Schokolade macht wach.

Das in Schokolade enthaltene Theobromin gilt als Wachmacher. Es ist im Kakao, in Kolanüssen und in Teeblättern zu finden. Der Anteil an Kakao in Schokolade entscheidet also über den Anteil an Theobromin. Das Alkaloid stimuliert das Nervensystem und erweitert die Blutgefäße. Es ist in seiner Wirkung dem Koffein verwandt. Allerdings sind in der Schokolade im Vergleich zu Kaffee und Tee nur geringe Mengen zu finden. Eine Tasse Kakao enthält höchstens 25 Milligramm Theobromin. In einer Tasse Kaffee dagegen sind zwischen 50 und 175 Milligramm Koffein enthalten, das im Körper wirksam wird. Schokolade ist also eher eine Nascherei als ein Wachmacher.

Schokolade ist gesund.



Pauschal zu behaupten, dass Schokolade gesund sei, ist nicht richtig. Was in Schokolade positiv auf die Gesundheit wirken kann, sind die sogenannten Flavanole, also sekundäre Pflanzenstoffe, die aus dem Kakao stammen. In dem Pulver sollen 66 verschiedene Stoffe enthalten sein, die potenziell Herz und Blutkreislauf schützen können. „Dass Kakao-Flavanole über die gefäßerweiternde Wirkung zu einem normalen Blutfluss beitragen können, ist wissenschaftlich belegt und von der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA – Anm. d. R.) als Health Claim – gesundheitsbezogene Angabe über ein Lebensmittel – bestätigt“, sagt Silke Restemeyer von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. in Bonn. Schokolade mit einem hohen Kakaoanteil enthält mehr Flavanole als Milchschokolade. „Für diesen Effekt sollten laut EFSA 200 Milligramm Kakaoflavanole pro Tag aufgenommen werden, die im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung über 2,5 Gramm flavanolreiches Kakaopulver oder 10 Gramm flavanolreiche dunkle Schokolade konsumiert werden können“, erklärt Restemeyer. „Dennoch gibt es von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V.

keine Verzehrempfehlung für die Bevölkerung in Deutschland in Bezug auf Schokolade. Denn den positiven Effekten steht der hohe Energiegehalt der Schokolade entgegen“, ergänzt die Expertin. Bisher konnten in Untersuchungen zwar positive Effekte beobachtet werden - wie Schokolade und welche Menge langfristig tatsächlich positiv auf Herz und Kreislauf wirken, muss erst noch genau untersucht werden.

Dunkle Schokolade ist gesünder als weiße.

Auch bei dieser Aussage ist die Bezeichnung „gesünder“ ungünstig gewählt. Die Farbe der Schokolade hängt mit dem Anteil an Kakao zusammen, in dem die gefäßstärkenden Flavanole enthalten sind. Weiße Schokolade dagegen enthält nicht nur mehr Fett als dunkle, sondern gar keinen Kakao und dementsprechend auch keine Flavanole. Ihr wird lediglich die Kakaobutter zugefügt. Da jedoch alle Arten von Schokolade eine Menge Zucker und Fett enthalten, kann Schokolade, egal ob weiß, hell- oder dunkelbraun, auch negative Auswirkungen auf die Gesundheit haben, zum Beispiel die Entstehung von Übergewicht begünstigen oder die Zähne schädigen.

Schokolade macht gar nicht dick.

Schokoladenliebhaber mögen solche Meldungen. Forscher der Universität Granada haben herausgefunden, dass Jugendliche mit einem hohen Schokoladenkonsum einen geringeren Körperfettanteil haben als ihre Altersgenossen, die wesentlich seltener zur süßen Versuchung greifen. Das Forscherteam um Magdalena Cuenca-García vermutet, dass die Flavanole die Zunahme an Gewicht durch Schokolade bei Jugendlichen verhindern. Die Untersuchung wurde an 1458 Jugendlichen im Alter zwischen 12 und 17 Jahren aus neun europäischen Ländern durchgeführt. Ob der Schokoladenkonsum auch bei Erwachsenen oder Kindern eine protektive Wirkung gegen Übergewicht haben kann, bleibt offen. „Wenn Schokolade im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung als hochkalorisches Genussmittel in Maßen gegessen wird, dann macht sie auch nicht dick“, sagt Restemeyer. Wenn man allerdings eine ganze Tafel Schokolade auf einmal isst, dann entspricht das von der Kalorienanzahl her fast einer Hauptmahlzeit. „Das ist dann nicht mehr ausgewogen und führt leicht dazu, dass man zunimmt“, betont die Ernährungsexpertin.



Akne auf der Stirn eines 14-Jährigen.

Schokolade macht Pickel.

Viele Jahre haben Forscher keinen direkten Zusammenhang zwischen dem Schokoladenkonsum und der Entstehung von Akne feststellen können. Sie machten die Warnung "Schokolade macht Pickel" damit zum Mythos.

Forscher der Universität Radboud in Nimwegen stellten 2013 jedoch fest, dass es tatsächlich einen Zusammenhang gibt. Sie konnten zeigen, dass sich die Nascherei indirekt auf die Bildung von Akne auswirkt.

Sie fanden heraus, dass sich durch die Schokolade die Reaktionen von Immunzellen verändern. Dadurch werden Infektionen begünstigt beziehungsweise erleichtert. Das kann das Ausmaß von Akne-Symptomen verschlimmern und die Heilung verzögern. Ihre Ergebnisse veröffentlichten die Forscher im Fachblatt „Cytokine“.

Schokolade kann süchtig machen.

Experten haben dazu verschiedene Meinungen. Aus Sicht der Psychologen gibt es die Schokoladensucht nicht, da die süße Versuchung zu den Lebensmitteln gehört und nicht zu den chemischen Drogen. Diejenigen, die dennoch exzessiv die kalorienreiche Kost in sich hineinstopfen, Verhaltensweisen eines Süchtigen zeigen oder sich selbst als Schokoholics bezeichnen, könnten eher zu den Verhaltenssüchtigen als zu den Drogenabhängigen gezählt werden. In Untersuchungen konnten Forscher zeigen, dass Menschen, die täglich Schokolade im Übermaß aßen, psychisch und nicht körperlich abhängig waren. Das oft in diesem Zusammenhang erwähnte Anandamid, das als Vorstufe in der Schokolade enthalten und von seiner Wirkung mit Cannabis vergleichbar ist, reicht von der Konzentration her eigentlich nicht aus, um biologisch wirksam zu werden. Es könnte jedoch sein, dass im Wechselspiel mit anderen Stoffen es doch zu einer aufputschenden Wirkung im menschlichen Organismus kommt. Nicht umsonst bestätigen einer Umfrage zufolge 40 Prozent der Frauen und 15 Prozent der Männer, regelmäßig

suchtähnlichen Heißhunger auf Schokolade zu verspüren. Jede Naschkatze sollte also ruhig ein paar schokoladenfreie Tage in der Woche einlegen, um das Risiko einer psychischen Abhängigkeit zu minimieren.

Vanille dämpft den Schokoladenhunger.

Wer seinem Heißhunger auf Schokolade nicht nachgeben will, sollte auf Vanille zurückgreifen. Ein Forscherteam aus London untersuchte die Wirkung verschiedener Düfte bei 200 Menschen mit Übergewicht. Sie klebten ihren Probanden Duftpflaster mit Vanille- oder Zitronenduft oder einem Placebo auf die Haut und untersuchten deren Appetit auf Schokolade und andere Süßigkeiten. Tatsächlich aßen die Studienteilnehmer, die Vanilleduft in der Nase hatten, nur noch halb so viel Schokolade wie die Probanden mit Placebopflastern oder Zitronenduft. Auch der Limonadenkonsum konnte durch Vanilleduft reduziert werden.



Ob Vanilleeis die Lust auf Schokolade lindert, bleibt offen.

Schokolade macht glücklich.

„Das kann für Schokoladenliebhaber durchaus stimmen“, sagt Silke Restemeyer. „Die Hauptbestandteile der Schokolade sind ja Zucker und Fett. Beides aktiviert das Belohnungssystem im Gehirn des Menschen, Dopamin wird ausgeschüttet und man bekommt gute Laune“, erklärt die Expertin weiter. Allerdings gibt es auch andere Lebens- oder Genussmittel, die reichlich Zucker und Fett enthalten und trotzdem nicht die gleichen stimmungsaufhellenden Effekte zeigen wie nach einem Stück Schokolade. Aus diesem Grund wird immer wieder auf die anderen Bestandteile von Schokolade wie Phenethylamin, Theobromin oder Tryptophan verwiesen und diese als Gute-Laune-Macher verantwortlich gemacht. Fakt ist allerdings, dass alle diese psychoaktiven Stoffe in viel zu geringen Dosen in Schokolade auftreten, um wirklich biologisch wirksam zu sein. „Es ist eher die orosensorisch angenehme Wahrnehmung, wenn Schokolade im Mund zerschmilzt und die Erwartungshaltung,

die Schokolade als Glücklichmacher dastehen lässt“, betont Restemeyer. Auch die Erinnerungen aus der Kindheit scheinen bei der Wirkung von Schokolade eine Rolle zu spielen. Bei echten Schokoliebhabern wird das Belohnungszentrum im Gehirn bereits beim Anblick der süßen Köstlichkeit aktiviert. Bei Menschen, denen Schokolade nicht besonders wichtig ist, funktioniert das jedoch nicht.

Also alles nur Einbildung?

„Eher nicht“, sagt Professor Stefan Schuster, von der Friedrich-Schiller-Universität Jena, in dessen Arbeitsgruppe in Zusammenarbeit mit Forschern in Norwegen ein Computermodell für die Wirkung der Aminosäure Tryptophan entwickelt wurde. „Wir sind überzeugt, dass es die Mischung verschiedener Stoffe ist, die die Wirkung von Schokolade ausmacht. Das Ganze ist dabei mehr als die Summe seiner Teile“, betont der Bioinformatiker. Schon nach ein bis zwei Stücken Schokolade werden im Gehirn richtige Signal-Kaskaden in Gang gesetzt. Bestimmte Hormone bewirken die Freisetzung anderer Hormone und so weiter. Das ist ein äußerst komplexes Geschehen, das mit Hilfe von Computermodellen besser verstanden werden kann. Allerdings stehen die Experten noch am Anfang ihrer Erkenntnisse und die Modelle müssen erweitert und verbessert werden.

Von Jana Zeh

11. Lesen und besprechen Sie die Texte.



**Gesunde Ernährung:
Wer ausgewogen isst,
bleibt fit!**

Essen muss schmecken und gesund sein. Das ist aber oft leichter gesagt als getan. Jugendliche in Deutschland beschäftigen sich in Schule

und Freizeit mit dem Thema und lernen, wie sie sich gesund ernähren können.



„Man soll mehr Obst und Gemüse essen und nicht so viel Fettiges, ab und zu einen Apfel oder, jetzt in der Winterzeit, Orangen oder Mandarinen“, sagt Alyssia (15), die an der Mittelschule Neptunweg in Nürnberg an einer Koch-AG teilnimmt. Sie und ihre Mitschülerinnen und Mitschüler lernen hier, was in den verschiedenen Lebensmitteln steckt und wie man sich gesund ernährt.

Alyssia (15)

„Gesund ist, wenn man viel Gemüse und Obst isst und Sport treibt. Ich trainiere zum Beispiel Judo“, sagt Alexandro (14), der ebenfalls die Koch-AG besucht. Alexandro und seinen Mitschülerinnen und Mitschülern geht es nicht nur um ihr Körpergewicht. Gesunde Ernährung gebe ihnen ein gutes Lebensgefühl und es mache ihnen Spaß, mit frischen Zutaten und Kräutern aus dem Schulgarten zu kochen.

Alexandro (14)



Meinungen von Schülerinnen und Schüler

Was bedeutet gesunde Ernährung für dich?

Celine: Gesunde Ernährung ist nicht so viele fettige Sachen essen, mehr Obst, Salat, Gemüse, so halt einfach gesund essen und nicht so nur von Fast Food.

Alyssia: Man soll halt mehr Obst und Gemüse essen und nicht so viel Fettiges. Mal ab und zu einen Apfel oder jetzt in der Winterzeit Orangen oder Mandarinen.

Milena: Ich ernähre mich gesund, weil ich keine Krankheiten bekommen will. Ich würde zum Beispiel jetzt mindestens zwei Stunden in der Woche Sport machen und essen, ja, kann man wie man will, aber nicht zu viele Chips oder Süßigkeiten oder so was.

Berfin: Ich finde, zu einer perfekten Ernährung gehört auf jeden Fall Frühstück. Für den Alltag braucht man so einen perfekten Anfang. Und Vollkorn esse ich mehr als so Brötchen. Ich esse sehr viel Obst und Gemüse, erst recht im Winter, weil im Winter so mehr Früchte da sind, die ich mag, zum Beispiel wie Kaki oder Mandarinen oder so. Ich esse mindestens alle zwei Monate Fisch. Ich finde, dass Fisch, obwohl ich das nicht mag, esse ich das trotzdem, weil es sehr gesund ist.

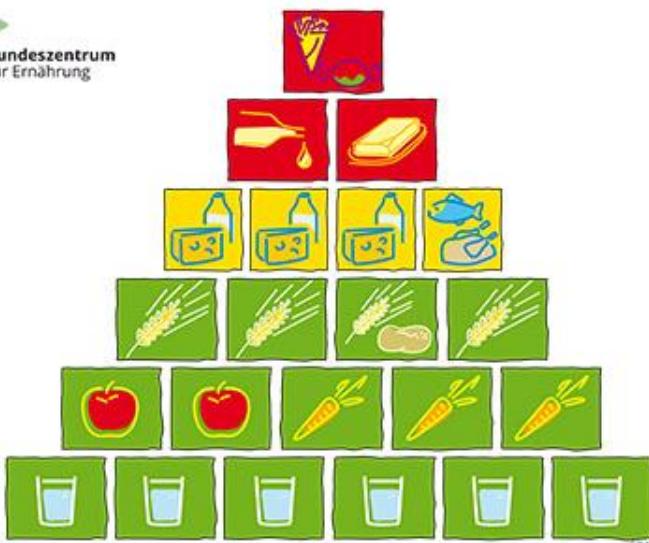
Lecker, gesund und leicht

Gesunde Ernährung ist den Menschen in Deutschland wichtig. Am besten gelingt es, wenn man sich seine Mahlzeiten selbst zubereitet. Vor allem junge Leute schwingen gerne selbst den Kochlöffel. Das ergab eine Umfrage des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL). In einem Punkt waren sich fast alle Befragten einig: Lecker, gesund und leicht zuzubereiten soll es sein!

In der Realität ist das aber leichter gesagt als getan, denn in Deutschland gibt es eine riesige Bandbreite an Nahrungsmitteln, auf deren Verpackungen ein regelrechter Informationsdschungel herrscht: Zutaten, Zusatzstoffe, Nährwerttabelle, Gütesiegel wie „Bio“ oder „Öko“ und Eigenschaften wie „fettreduziert“, „vitaminreich“ oder „light“ verwirren die Kundinnen und Kunden. Es ist nicht immer leicht, sich zwischen all den Varianten zurecht zu finden und zu verstehen, was sich hinter den Siegeln und Bezeichnungen verbirgt. Gerade Jugendliche verlieren da manchmal die Orientierung. Hinzu kommt, dass es neben unzähligen Diättipps verschiedene Ernährungsweisen gibt, wie zum Beispiel Vegetarier, Veganer, Flexitarier oder Pescetarier. Herauszufinden, wie man sich gesund ernährt, stellt daher für viele Jugendliche eine große Herausforderung dar.

Pyramiden aus Lebensmitteln

„Ich beschreibe es lieber als ausgewogene Ernährung. Das heißt, man kann viele verschiedene Dinge essen, es ist grundsätzlich nichts verboten im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung, aber es muss gut kombiniert sein“, sagt AOK-



Ernährungsberaterin Ines Heger. Sie berät Menschen, die ihre Essgewohnheiten verbessern wollen und orientiert sich dabei an den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, die die sogenannte Ernährungspyramide

herausgibt. Die Pyramide veranschaulicht bildlich, wie viel der Körper wovon braucht: Wasser, Gemüse, Obst, Kartoffeln, Reis oder Vollkornbrot stehen zum Beispiel unten und bilden die breite Basis, um genügend Vitamine, Eiweiße und wichtige Ballaststoffe aufzunehmen. Weiter oben stehen kleinere Mengen Milchprodukte und Fleisch, die dem Körper wichtige Stoffe wie Calcium oder Eisen liefern. An der Spitze stehen Süßigkeiten oder Chips, die man nur in kleinen Mengen genießen sollte. „Wenn wir das Ganze umdrehen und die Süßigkeiten nach unten stellen, wird es eine Wackelpyramide. Dann ist das ganze System nicht mehr so stabil“, sagt die Ernährungsexpertin. Da es in Deutschland auch Menschen gibt, die vegetarisch oder vegan leben, hat ProVeg Deutschland e.V. zwei Veggie-Ernährungspyramiden veröffentlicht. Fallen Fleisch und Milchprodukte in den Mahlzeiten weg, müssen die Nährstoffe entsprechend durch andere Lebensmittel wie zum Beispiel Hülsenfrüchte und Nüsse ersetzt werden.



Was ist „gesunde Ernährung“?

Ines Heger (Ernährungsberaterin): Ich beschreibe es lieber als ausgewogene Ernährung, weil ausgewogen beinhaltet: Man kann viele verschiedene Dinge essen, es ist grundsätzlich nichts verboten im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung, aber es muss halt gut kombiniert sein. Ich kann natürlich auch mal eine Pizza essen, eine

Bratwurst essen, warum nicht? Wenn ich dann sag, gut, ich werde halt mit Salat zum Beispiel, Gemüse das Ganze ausgleichen. Und wir orientieren uns dabei an den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, mit der Ernährungspyramide.

Krankheiten durch Fett und Zucker

Beide Ernährungspyramiden sollen den Menschen helfen, sich ausreichend mit allen wichtigen Nährstoffen zu versorgen und damit das Risiko für Zivilisationskrankheiten zu senken. Allerdings schafft es nicht jeder, sich an das Ideal zu halten, obwohl die Deutschen eine große Auswahl an Nahrungsmitteln haben. Immer mehr Menschen nehmen zu oder leiden an diversen Krankheiten, die durch zu wenig Bewegung und schlechte Ernährung entstehen. Dazu zählen zum Beispiel die Zuckerkrankheit Diabetes oder eine Fettleber. Früher traten diese Erkrankungen eher im Alter auf, mittlerweile betreffen sie aber auch Jugendliche. Die meisten Krankenversicherungen bieten daher Ernährungskurse für verschiedene Altersgruppen an.

Auch Ines Heger von der AOK erklärt jungen Versicherten, wie sie ihre Essgewohnheiten verändern können. Die Schwierigkeiten fangen schon beim Einkauf im Supermarkt an. „Allein beim Wasser gibt es so viele Varianten, mit Geschmack von Pfirsich über Beere, mit viel Zucker, mit wenig Zucker“, so Heger. Hinzu komme, dass Schülerinnen und Schüler viel Zeit mit Hausaufgaben und Smartphones, Tablets und Co. verbringen. Dadurch kommen Hobbys, Bewegung und Sport im Alltag zu kurz.

Was lernen die Jugendlichen in Ihrem Ernährungskurs?

Ines Heger: Ja, wir nehmen auch erst mal wieder die gute alte Ernährungspyramide her, sie ist einfach sehr schön anschaulich, und besprechen dann, was gehört rein und welche Lebensmittel aus welcher Gruppe sind jetzt eher günstig, um das entsprechende Ziel, wenn's jetzt Abnehmen ist, zu verfolgen, welche sind eher nicht so günstig und sollten nicht so häufig gegessen werden. Wir befassen uns sehr damit, beim Einkauf, wir haben ja in unseren Supermärkten Unmengen an

Lebensmitteln, und da ist es schon verdammt schwer überhaupt den Überblick zu behalten und sich da zurecht zu finden. Fängt bei den Getränken schon an: Man denkt, man kauft ein Wasser und hat dann wahnsinnige Varianten, mit Geschmack von Pfirsich über Beere, mit viel Zucker, wenig Zucker. Also, wir versuchen etwas Licht in diesen Dschungel zu bringen.

Bewegung muss sein

Die Schülerinnen und Schüler der Mittelschule Neptunweg haben die Ernährungspyramide bereits im Unterricht kennengelernt und sind sich bewusst, dass gesundes Essen und Bewegung im Alltag wichtig sind. „Ich ernähre mich gesund, weil ich keine Krankheiten bekommen will“, sagt Milena (13), die in ihrer Freizeit sowohl Leichtathletik trainiert als auch Handball und Volleyball spielt. Das gehört für sie zu einer gesunden Lebensweise einfach dazu. Es muss aber nicht unbedingt das volle Sportprogramm sein. „Ich gehe oft mit meinen Hunden spazieren, denn das ist gesund. Es ist für die Hunde schön rauszukommen und für mich auch“, sagt Celine (14).

Ernährungsexpertin Heger empfiehlt, sich mindestens eine Stunde am Tag zu bewegen. „Es kann Fußball sein, Handball oder einfach mit Freunden spazieren gehen. Vor allem aber sollte es Spaß machen“, so Heger. Denn gesund ist eben auch, wenn man sein Leben rundum genießt.

Was für Sport oder Aktivitäten machst du in deiner Freizeit?

Celine: Ich gehe oft spazieren mit meinen Hunden, weil das ist gesund, es ist für die Hunde schön rauszukommen und für mich auch. Weil es bringt ja nichts, wenn man sich gesund ernährt, aber dann nur zu Hause rumsitzt, bringt ja auch gar nichts.

Alyssia: Ich geh öfters mit den Hunden raus, lauf ein bisschen rum, oder mit den Eltern oder mit Freunden einfach rausgehen. Das ist wichtig, weil man dann gesund bleibt und auch fit.

Milena: Viele sagen, ich bin sehr sportlich. Ich mach Leichtathletik, Volleyball, dann Handball spiel ich, Gymnastik mach ich.

Infobox: Was isst Deutschland?

Im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) hat das Meinungsforschungsinstitut forsa 2017 rund 1.000 Bürgerinnen und Bürger ab 14 Jahren zu ihren Ess- und Einkaufsgewohnheiten befragt. Die Umfrage hat ergeben: Deutschland isst und kocht gerne. Am allerliebsten essen die Deutschen Fleischgerichte (53 Prozent), gefolgt von Pasta-Variationen (38 Prozent). Auf Platz Drei liegen Gemüsegerichte, gefolgt von Fisch, Suppe, Eintopf und Kartoffelgerichten. Junge Leute kochen gerne selbst, greifen aber auch manchmal zur Tiefkühlpizza oder zum Fertiggericht (19- bis 29-Jährige: 60 Prozent, 14- bis 18-Jährige: 54 Prozent).

12. Diskussion zum Thema „Gesunde Ernährung“.

Was bedeutet „gesunde Ernährung“ für dich? Schreib deine Antwort als Kommentar.

13. Lesen Sie den Text.

Fit für den Morgen?

Marta hatte schlecht geschlafen, weil sie am Abend zu viel gegessen hatte und nicht recht von der Arbeit abschalten konnte.

Morgens wachte sie müde auf, drehte sich noch einmal im Bett um, und als sie das nächste Mal auf den Wecker schaute, war es schon acht. Und um neun Uhr hatte sie einen wichtigen Termin. In aller Eile sprang sie aus dem Bett, zog sich an und raste auf die Straße. Zu ihrem Ärger fuhr ihr der Bus gerade vor der Nase weg. Schnell entschied sie, ein Taxi zu nehmen. Ein kurzer Blick ins Portemonnaie – nicht genug Geld, also rasch zum Geldautomaten. Und wie es immer so ist, wenn man es besonders eilig hat: Der erste Automat funktionierte nicht, der zweite auch nicht,

beim dritten hatte sie schließlich Glück. Nachdem sie das Geld abgehoben hatte, hielt sie ein Taxi an, schwang sich hinein und sagte dem Taxifahrer, wohin sie wollte. Anscheinend hatte der sie nicht richtig verstanden und nach fünf Minuten stellte sie fest, dass er in die falsche Richtung gefahren war. Der Spaß wurde teuer, aber schließlich kam Marta an ihrem Ziel an. Sie zahlte, eilte in die Firma und fragte nach Herrn K.

„Der ist gerade gegangen“, entgegnete die Rezeptionistin, „er hatte einen Termin, aber die Person ist nicht gekommen. Vielleicht treffen sie ihn drüben im Café.“ Marta rannte ins Café. Tatsächlich, da saß Herr K., trank seinen Kaffee und sah müde aus. Marta entschuldigte sich für ihre Verspätung. Herr K. blickte sie freundlich an: „Kein Problem, so komme ich wenigstens dazu, in Ruhe einen Kaffee zu trinken. Ich habe so schlecht geschlafen“, sagte er.

14. Formulieren Sie Vermutungen im Konjunktiv II. Was hätte anders sein können?

1. Wenn Marta nicht so viel gegessen hätte_____

2. Wenn Marta nicht so schlecht geschlafen hätte_____

3. Hätte sie den Bus nicht verpasst_____

4. _____
-
-
-

5. _____

15. Geben Sie Marta Ratschläge. Verwenden Sie den Konjunktiv II.

Zum Beispiel:

- *Du solltest abends nicht so viel essen.*
 - *Vielleicht könntest du Meditation machen oder entspannende Musik hören, dann würdest du besser schlafen.*

16. Schreiben Sie die Geschichte weiter, geben Sie ihr ein Ende und stellen Sie sie im Kurs vor.

EINHEIT 2. Freizeit oder freie Zeit?

1. Lesen Sie den Text. Welcher Abschnitt antwortet auf welche Fragen?

- a Wie gestalten viele Menschen ihre Freizeit? _____
- b Wie entsteht Freizeitstress? _____
- c Was verstehen die Menschen heute unter Freizeit? _____
- d Wie wird Freizeit definiert? _____
- e Was kann man gegen Freizeitstress tun? _____

Ist Freizeit noch freie Zeit?

1. Freizeit meint im Kern eine Zeit größtmöglicher individueller Freiheit. Sie ist der Handlungsräum, über den man nach den eigenen persönlichen Wünschen verfügen kann. Diese Zeit wird von der Arbeitszeit abgegrenzt. Damit steht die Freizeit der bezahlten Berufszeit oder der Zeit gegenüber, die durch andere Personen oder Pflichten bestimmt wird. Der Begriff Freizeit gilt im engeren Sinne für Arbeitnehmer, im weiteren Sinne aber für alle Menschen.

2. Das Verständnis von Freizeit hat sich im Laufe der Zeit stark verändert. War noch vor einigen Jahrzehnten Freizeit die Zeit, die vor allem der Regeneration von der Arbeit diente, so ist Freizeit heute nicht mehr nur Erholungszeit. Für die Mehrheit der Bevölkerung hat die Freizeit einen eigenständigen Wert bekommen. 70% der Menschen meinen, dass Freizeit in erster Linie eine Zeit ist, in der sie tun und lassen können, was ihnen Spaß macht. Im Vergleich zur Arbeitszeit ist Freizeit eine Zeit, in der man für etwas frei ist. Dabei denken die meisten an ihren Spaß, sodass diese Zeitspanne mit einem positiven Lebensgefühl, mit Wohlbefinden und Lebensqualität verbunden ist.

3. Um dieses Gefühl auch zu erleben und darüber berichten zu können, werden die Menschen aktiv und gestalten ihre freie Zeit. Viele haben den Wunsch, alles, was in der Woche im Privatleben zu kurz kam, am Wochenende nachzuholen. Die Freizeit wird organisiert: Nach der Arbeit zweimal pro Woche zum Fitness-Studio,

einmal mit Freunden ins Kino. Am Samstag einen Ausflug mit den Kindern, Sonntag gemeinsam kochen und Familienbesuche erledigen. Und vielleicht bleibt noch Zeit für eine Ausstellung oder ein Konzert.

4. Neben Haushalt und Familie und dem eigenen Wunsch nach Ruhe und Erholung sind alle diese Vorstellungen kaum mit- einander zu vereinbaren. Und so gerät die Erholung häufig in den Hintergrund, die Freizeit wird bei vielen schnell zum Stress.

5. Experten raten: Nehmen Sie sich Ihre eigene Zeit in der Freizeit. Machen Sie alleine Spaziergänge oder gönnen Sie sich eine Stunde für ein gemütliches Bad. In Ihrem privaten Kalender sollte es dann drei Termine geben: die gemeinsamen Termine zu zweit oder in einer Gruppe, die Termine für Sie selbst und die Termine für nichts. Die letzten Termine sind dann wirklich frei und Sie können sie füllen, womit Sie wollen. Oder Sie gehen mal wieder der fast nicht mehr existenten Freizeitbeschäftigung „aus dem Fenster sehen“ nach.

2. Verbinden Sie die folgenden Satzteile mithilfe des Textes.

1	Freizeit ist eine Zeit, ...	a.	... nicht nur zur Erholung da.
2	Bei vielen Menschen wird die Freizeit ...	b.	... in der die Menschen frei entscheiden, was sie machen möchten.
3	Gegen Freizeitstress hilft, ...	c.	... mit zu vielen Aktivitäten gefüllt.
4	Heute ist die Freizeit ...	d.	... was sie an den Arbeitstagen nicht tun konnten.
5	Viele Menschen wollen am Wochenende nachholen, ...	e.	... sich Zeit für das Nichtstun zu nehmen.

3. Füllen Sie den Plan für die nächste Woche aus. Tragen Sie alle Ihre Aktivitäten zu Arbeit und Freizeit ein.

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
vor 8							
8 – 10							
10 – 12							
12 – 14							
14 – 16							
16 – 18							
18 – 20							
20 – 22							

4. Die Experten im Text von Übung 1 raten, auch Termine mit „Nichts“ einzutragen. Zählen Sie die Stunden, in die Sie „Nichts“ eintragen können. Sind es genug Stunden?

5. Was ist richtig, was ist falsch? Was glauben Sie? Kreuzen Sie an.

- | | richtig | falsch |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. Die Deutschen reisen am liebsten in Deutschland. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Spanien ist als Reiseland nicht sehr beliebt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Die Deutschen fahren im Sommer drei Wochen in den Urlaub. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Die Urlaubsreise machen die meisten Deutschen mit dem Auto. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

6. Lesen Sie den Text. Müssen Sie in Aufgabe 5 etwas korrigieren?

Ab in den Urlaub

Keine andere Nation fährt so gern in Urlaub wie die Deutschen. Und ihr Lieblingsreiseland ist Deutschland. Jeder zweite deutsche Urlauber macht Ferien in Deutschland – genau: 54 Prozent. Die meisten fahren nach Bayern oder an die Ostsee. Aber auch die Nordsee, der Schwarzwald und der Bodensee sind als Ziele sehr beliebt. Warum Deutschland? Die Reise ist nicht so weit. Und es gibt alles, was

man braucht: Strand, Meer, Berge und Seen, viel Kultur und gutes Essen.

Und das Ausland? Spanien ist hier schon seit langem das Ziel Nummer 1. Auf Platz zwei steht Italien. Seit ein paar Jahren sind aber auch Urlaubsorte in Ungarn, Tschechien und Polen für die Deutschen attraktiv. Auch Österreich ist ein beliebtes Reiseziel.

In den 1970er Jahren sind viele Deutschen gern im Sommer drei Wochen in den Urlaub gefahren. Heute dauert der große Urlaub nicht mehr so lange. Im Durchschnitt sind es nicht mehr als zwei Wochen.

60 Prozent der Deutschen entscheiden sich für einen Individualurlaub. Ca. 35 Prozent machen Pauschalreisen. Wellness-Urlaub liegt mit fast 18 Prozent auf Platz 3. Und das ist auch der Trend: Er geht zum „Medical-Wellness-Urlaub“ – mit Thalasso-Therapien, Ayurveda-Kuren oder Fitness- Trainings. Der klassische Strand- und Skitourismus ist out.

Über 50 Prozent der deutschen Urlauber reisen mit dem Auto. Ca. 38 Prozent fliegen und nur 8 Prozent nehmen die Bahn oder den Bus.

Zelt oder Wohnwagen? Nur 4 Prozent der Deutschen wählen Urlaub auf dem Campingplatz. 24 Prozent mieten eine Ferienwohnung. 30 Prozent schlafen lieber in kleinen bis mittleren Hotels, fast 20 Prozent in großen Hotelanlagen.

Und was tun die Deutschen gern im Urlaub? 63 Prozent sagen: Ausgehen und Party machen. Das kann man aber auch zu Hause. So fahren auch nicht alle in den Ferien weg. 31 Prozent der Deutschen bleiben zu Hause.

7. Ergänzen Sie Überschriften im Text.

8. Zahlen zum Urlaub. Was ist richtig? Kreuzen Sie an!

1. 31 Prozent / 24 Prozent / 63 Prozent der Deutschen reisen nicht.
2. 63 Prozent / 4 Prozent / 54 Prozent der Deutschen reisen in Deutschland.
3. 35 Prozent / 38 Prozent / 30 Prozent der Deutschen fliegen in den Urlaub.
4. 4 Prozent / 8 Prozent / 18 Prozent der Deutschen schlafen gern im Zelt oder Wohnwagen.

Gute Reise!

9. Sehen Sie das Foto an. Notieren Sie Fragen zu Virginia: Woher kommt ...? usw.

10. Lesen Sie den Steckbrief. Gibt es zu allen Ihren Fragen eine Antwort?

11. Erzählen Sie von Virginia.

Alter: 24 Jahre

Herkunft: Spanien / Madrid

Beruf: Tourismuskauffrau

Ausbildung: 4 Jahre in Madrid



Wohnort: München / Deutschland

Sprachen: Muttersprache Spanisch

Englisch: mündlich B2 / schriftlich B1

Deutsch: mündlich C2 / schriftlich B2

Praktikum: 2 Monate in Deutschland

Reisen: Nord- und Südamerika, Indien; Europa: fast alle Länder

12. Lesen Sie das Interview. Warum reist Virginia?

➤ Virginia, du bist Spanierin. Kannst du uns sagen, warum du so gut Deutsch sprichst?

- Das ist ganz einfach. Ich habe auf meinen Reisen meinen Freund kennengelernt und er ist Deutscher. Und darum wollte ich auch perfekt Deutsch lernen.

➤ Du hast auch ein Praktikum hier in Deutschland in einem Reisebüro gemacht?

- Ja, das stimmt. Ich habe in Madrid eine Ausbildung im Bereich „Tourismus“ gemacht und da gehört ein Praktikum im Ausland dazu. Ich habe ein bisschen Englisch und Deutsch in Spanien gelernt, weil man ohne Fremdsprachen in

meinem Beruf keine Chancen hat. Aber richtig Deutsch habe ich erst in meinem Praktikum in Deutschland gelernt.

➤ Und kannst du uns erzählen, was für dich nach der Ausbildung wichtig war?

- Ich wollte reisen. Ich wollte möglichst viel erleben, weil praktische Erfahrungen in meinem Beruf sehr wichtig sind. Als Tourismusfachfrau wollte ich selbst erleben, ob eine Stadt interessant ist oder nicht und warum. Ich wollte selbst erfahren, wie ein gutes Hotel oder eine gute Pension ist. Ich wollte wissen, welche Probleme man als Tourist auf einer Reise haben kann. Deshalb wollte ich schnell weg von Madrid und viel reisen. Und genau das habe ich dann auch gemacht. Es hilft mir sehr in meinem Beruf, dass ich die Probleme von Reisenden vor Ort aus eigener Erfahrung kenne. ...

13. Ergänzen Sie die Sätze.

1. Virginia erzählt, dass ihr Freund Deutscher ist und dass sie

2. Virginia wollte nach ihrer Ausbildung reisen und möglichst viel erleben,

3. Virginia wollte wissen, welche Probleme man als Touristin auf Reisen haben kann, und darum

14. Schreiben Sie Fragen für ein Interview.

Ich möchte gern wissen, w- ... t ~~Darf ich Sie fragen, w-... t~~ Können Sie mir
sagen, ob ... t Können Sie mir erzählen, w- ... t Mich interessiert auch noch,
w- ...

1. Alter: *Darf ich Sie fragen, wie alt Sie sind?*

2. Herkunft: _____

3. Beruf: _____

4. Reisen: _____

5. Sprachen: _____

6. Andere Fragen: _____

15. Spielen Sie Ihr Interview mit einem Partner / einer Partnerin.

EINHEIT 3. Migrationsgeschichten

1. Lesen Sie den Text und beantworten Sie die Fragen.

- 1.** Warum ist Lena in ihren Geburtsort zurückgekehrt?
- 2.** Wie empfindet sie das Leben in ihrer Heimatstadt?
- 3.** Was ist für Lena Heimat?

Zurück in die Heimat

Zugehörigkeit und Enge, Fremdheit und Vertrautheit – die widersprüchlichen Gefühle, die eine Rückkehr in die Heimat auslösen kann – kennt jeder, der lange in einer anderen Stadt oder in einem anderen Land gelebt hat.

Lena Bruck hat sich in der Fremde eigentlich immer sehr wohl gefühlt. Zu klein, zu eng kam ihr ihre niedersächsische Heimatstadt Lengede vor, als sie mit 20 wegging. „Jeder kennt da jeden. Und viele Möglichkeiten hat man da auch nicht. Ich wollte einfach raus“, sagt sie. Gleich nach dem Abitur packt sie ihre Koffer und zieht in die Großstadt, nach Hamburg, studiert Medizin und genießt das Leben. Sie lernt interessante Menschen kennen, geht aus, besucht Konzerte und arbeitet in einem Krankenhaus. Zwölf Jahre später scheitert ihre langjährige Beziehung, doch gleichzeitig winkt eine große Chance: Sie soll die Praxis ihres Vaters übernehmen, die auch schon der Großvater geführt hatte.

Die Entscheidung lässt sie nächtelang nicht schlafen. Sich so früh festzulegen für das ganze Leben – das wollte sie eigentlich nicht. Vor allem nicht in ihrer Geburtsstadt. „Auf die Praxis habe ich mich schon gefreut“, sagt sie, „aber vor Lengede hat es mir ziemlich gegraut.“

Heute hat sie sich mit ihrer Rückkehr versöhnt. Inzwischen kann sie der fehlenden Anonymität sogar Vorteile abgewinnen. „Der Bäcker kannte mich schon, als ich ein kleines Kind war. Und irgendjemanden, mit dem ich ein bisschen plaudern kann, treffe ich immer, wenn ich einkaufen gehe. Und natürlich gibt mir auch die Nähe meiner Familie Rückhalt. Außerdem kenne ich jeden Winkel hier.“ So viel

Vertrautheit gibt natürlich auch Sicherheit. Man weiß, wie alles funktioniert. Die sozialen Netze sind in einer Kleinstadt intakter. Trotzdem fühlt Lena sich manchmal einsam. „Wenn man in meinem Alter nicht als Mutter in einer Krabbelgruppe oder sportlich aktiv ist, gibt es kaum Kontaktmöglichkeiten, um neue Leute kennenzulernen. In dem Chor, in dem ich singe, bin ich die Jüngste. Leute in meinem Alter sitzen eher zu Hause bei ihrer Familie. Und mal eben in eine interessante Ausstellung zu gehen, das ist auch nicht drin.“ Ist Lengede ihr wieder zur Heimat geworden? „Ja“, sagt sie, „die positiven Gefühle überwiegen. Heimat bedeutet für mich vor allem dieses Gefühl der Vertrautheit und Zugehörigkeit. Ich bin auch ein Stück weit zur Ruhe gekommen und fühle mich hier insgesamt wohl, auch wenn es mir manchmal zu eng wird und ich die Großstadt vermisste.“

2. Was bedeuten die folgenden Wörter für Sie? Schreiben Sie jeweils einen Beispielsatz.

Zugehörigkeit – Beziehung – Einsamkeit – Rückhalt – Vertrautheit – Sicherheit

3. Lesen Sie 3 Migrationsgeschichten. Markieren und notieren Sie sprachlich-formale Mittel für:

- „ Gliederung:
 - Anfang der Geschichte / Ausgangslage
 - Episodenwechsel (auf dem Amt, beim Fußball, ...)
 - Zeitlicher Verlauf in der Geschichte (Tage, Wochen, Jahre ...)
- „ Gründe für Migration
- „ Erwartungen an das neue Leben in Deutschland
- „ Gefühle / Bewertungen

ADALET SAL

Als Siebenjährige kam Adalet Sal 1977 aus einem kleinen türkischen Dorf nach Köln-Nippes. Ihr Vater arbeitete damals schon seit Jahren bei Ford. Als er nur drei Jahre später starb, mussten die Kinder schnell auf eigenen Füßen stehen. Mit 15 Jahren heiratete Adalet Sal einen türkischen Jungen und bekam drei Jahre später ein Kind. Sie arbeitete zunächst als Montagehelferin und entdeckte, dass sie technisch begabt war. Sie machte eine Ausbildung zur Industriemechanikerin, später ging sie auf die Abendschule und wurde Maschinenbautechnikerin – das alles neben Vollzeit-Job, Kind und Haushalt. 2001 machte sie sich als Konstrukteurin selbstständig. Heute arbeitet sie in einem 100-köpfigen internationalen Team für die Firma Ford.

„Mein Vater war Bauer in der Türkei in einem kleinen Dorf, das zu Corum gehört. Das liegt drei Stunden von Ankara entfernt, mitten in der Türkei. Er stammte eigentlich aus einer armen Familie und sein Ziel war: ins Ausland gehen, ein paar Jahre arbeiten, zurückkommen, ein Haus bauen und einen Traktor kaufen. Er dachte, dass es in Deutschland sehr einfach wäre, zu arbeiten und damit sehr viel Geld zu verdienen. In meinem Geburtsjahr ist er nach Deutschland gegangen, zehn Jahre später ist er verstorben. Bei seiner Ankunft in Deutschland müsste er 26 Jahre alt gewesen sein. Er hat nur drei, vier Wochen im Jahr mit uns in der Türkei verbracht. Das war alles vor meinem siebten Lebensjahr, deswegen kann ich mich an so gut wie gar nichts erinnern. In diesen Jahren war sein Besuch immer ein großes Ereignis. Schon drei, vier Tage vorher wurden Vorbereitungen getroffen. Wir haben immer aufgereggt auf ihn gewartet. Doch als er da war, haben wir ihn an dem Tag fast so gut wie gar nicht gesehen, weil er zuerst bei der Oma, dann bei dem älteren Bruder und bei fast allen älteren Verwandten war.“

Als er nach Hause kam, waren wir schon eingeschlafen. Das war immer sehr spannend, aber eigentlich habe ich nichts von meinem Vater mitbekommen.

Die Entscheidung, dass unser Vater uns jetzt unbedingt nach Deutschland holen müsste, kam von meiner Mutter. Sie hatte eingesehen, dass er nicht so schnell zurückkommen würde und einige andere Familienväter hatten auch ihre Familien zu

sich geholt. Das war der Grund, weshalb meine Mutter sagte: „Hier haben wir keine Zukunft. Wir müssen auch nach Deutschland!“ Für uns war das ein schönes Gefühl. Wir hatten von anderen gehört, dass es sehr schön in Deutschland ist, überhaupt im Ausland. Deutschland war ja ein unbekanntes, fremdes Land. Ich war sieben Jahre alt damals. Wir waren sehr aufgeregt, dass wir ein anderes Land sehen und andere Kinder kennenlernen konnten. Ich war zum Beispiel bis dahin nie in einem Auto gefahren. Man denkt sich, ich gehe irgendwie ins Paradies, wo man viel Spielzeug, Puppen, schöne Kleider, schöne Schuhe haben kann und keine finanziellen Sorgen hat.

Wir haben von einem schönen Land geträumt. Ich selber hatte zum ersten Mal das Gefühl, dass wir eine Familie waren, als wir 1977 nach Deutschland kamen. Unser Vater war ja vorher nie bei uns gewesen. Damals waren wir zwei Geschwister, also ich und meine ältere Schwester, mein Vater und meine Mutter. Die beiden anderen Geschwister wurden später in Deutschland geboren. Auf einmal waren wir eine Familie. Das war ein schönes Gefühl. Mein Vater war damals als Produktionshelfer bei Ford beschäftigt. Das waren ja die meisten in der Zeit.

Keiner hatte einen richtigen Beruf, sprach kein richtiges Deutsch, die wurden einfach an den Fließbändern in der Produktion eingesetzt. Er hat Türen eingesetzt, Stanzteile gefertigt, Karosserien – alles, was mit einem Auto zu tun hat, haben die zusammengeschraubt oder halt gestanzt und gefertigt. Er hat sich in unserer Gegenwart nie beschwert. Ich glaube, es waren bessere Verhältnisse als in der Türkei. Wir kamen zurecht mit dem, was er alleine verdiente. Ich glaube schon, dass er zufrieden war. Meine Mutter war damals nicht berufstätig, sie war eine Hausfrau. Das hat sie später sehr bereut, weil mein Vater ja 1980 verstarb und sie auf einmal alleine da- stand. Keine Arbeit, keinen Beruf. Da hat sie dann natürlich bereut, dass sie vorher keine Initiative ergriffen hatte, sich Arbeit zu suchen oder irgendwas zu lernen oder die deutsche Sprache zu lernen. Sie hatte sich vorher überhaupt keine Mühe gegeben.

Mein Vater hatte mit zwei älteren Brüdern und einem jüngeren Bruder eine Vierzimmerwohnung in Köln-Nippes gemietet. Die Küche haben alle vier zusammen

genutzt. Eine Wohngemeinschaft unter Brüdern hatten die sich aufgebaut, um Geld zu sparen. So haben wir drei Jahre lang gelebt, bis unser Vater starb. Wir waren eine Art Großfamilie. In dem Haus waren bis auf eine alle sieben Familien aus der gleichen Gegend in der Türkei. Die haben immer alle Türen aufgehabt, da war nie irgendwas verschlossen. Jeder konnte jederzeit überall rein, ohne sich anzumelden. Für die Kinder war es gut. Ich kann mir aber vorstellen, dass es für die Mütter sehr anstrengend war, weil sie eigentlich so gut wie keine Privatsphäre hatten. Wir sind dann auch in Nippes in die gleiche Grundschule wie alle anderen verwandten Kinder gegangen. Das war eine sehr schöne Zeit.

Als unser Vater starb, standen wir auf einmal ohne alles da und waren auf die Hilfe vom Staat angewiesen. Da war meine Mutter zuerst sehr stolz. Sie wollte einfach nicht akzeptieren, dass sie von Sozialhilfe leben musste.

Witwenrente, Waisenrente, es hat eine Zeit gebraucht, bis alle Formalitäten erledigt waren, an die zwei Jahre. In diesen zwei Jahren haben wir von Sozialhilfe gelebt. Auf einmal waren wir, also ich und meine ältere Schwester, erwachsen. Ich war damals zehn, meine ältere Schwester zwölf. Ich glaube, sie hat die meiste Arbeit im Haus- halt übernommen. Meine Mutter hat versucht zu arbeiten, auch wenn es nur eine Putzstelle war oder Küchenhilfe oder was sie bekommen hat. Als Kind, wenn man seinen Vater erst seit drei Jahren kennt und ihn dann auf einmal wieder verliert, ist das sehr schlimm. Wir haben auch nicht gesehen, wie er beerdigt wurde. Meine Mutter wollte nicht, dass wir in die Türkei mitgehen. Man kann es nicht begreifen, man denkt, der kommt wieder und alles wird gut. Wenn man auf der Straße jemanden von hinten gesehen hat, der so ähnlich aussah wie der eigene Vater, dann hat man gedacht, okay, das ist er bestimmt. Manchmal sind wir auch zu ihm hingelaufen und haben geguckt. Es hieß, es sei eine Erbkrankheit der Familie, weil zwei weitere Onkel auch sehr jung gestorben sind. Sie hatten auch die gleichen Symptome, von einer Minute auf die andere, einfach einen Hirnschlag, Gehirnblutung, ohne ein Vorzeichen. Er kam von der Arbeit, hat gegessen, war fröhlich mit der Familie und auf ein- mal war er nicht mehr da. Er ist schon auf dem Weg ins Krankenhaus gestorben.

Wir waren froh, dass wir in der Zeit schon in Deutschland waren. Wenn uns das Gleiche in der Türkei passiert wäre, wären wir sehr, sehr schlimm dran gewesen. Kein Staat, der einem in solchen Fällen hilft, zum Beispiel mit Sozialhilfe, zum Beispiel mit Wohngeld. Das alles hätte es in der Türkei nicht gegeben und als Frau in diesem kleinen Ort, wo wir vorher gelebt haben, zu arbeiten, ist unmöglich. Es gibt einfach keine Arbeit. Meine Mutter hat nie daran gedacht, zurück in die Türkei zu gehen. Ich hatte noch zwei jüngere Geschwister. Dann hat man einfach dieses Schutzgefühl gegenüber den kleineren, und da ist nichts mehr mit rausgehen, ohne nachzudenken, ob die gut versorgt sind oder nicht. Einfach so, so ohne Gedanken zu spielen, das war nicht mehr der Fall. Man hat versucht, der Mutter zu helfen, soweit es ging. Egal, ob wir für sie übersetzt haben, wenn sie mit irgendwas in den Behörden zu tun hatte oder sonst etwas. Ich oder meine ältere Schwester mussten immer mit, weil sie damals kein Wort Deutsch sprach. Diese ganzen Geschichten zwingen einen, erwachsen zu werden. Ich habe sehr früh, mit 15 Jahren, geheiratet. Ich hatte ja keinen richtigen Beruf, als ich geheiratet habe. Aber im Hinterkopf hatte ich immer: „Du musst auf eigenen Füßen stehen. Was ist, wenn dein Mann auf einmal nicht mehr da ist?“ Meine Mutter war ein bisschen ängstlich. Sie hat immer gedacht: „Meinen Mädchen kann was passieren. Ich muss sie irgendwie beschützen und dafür sorgen, dass sie eine Familie gründen.“ Wir sind nicht zu einer Heirat gezwungen worden, wir wollten das in der Zeit auch. Als Kind denkst du, Heiraten ist etwas Schönes, du hast ein Brautkleid an, du hast eine große Feier und so. Dir ist nicht bewusst, was dahintersteckt.

Ich musste allerdings noch die 10. Klasse machen und noch ein weiteres Jahr die Schule besuchen. In der Zeit hatte mein Mann schon angefangen, Maschinenbau zu studieren. Einer von uns musste arbeiten und so habe ich mir gedacht: „Er hat schon angefangen zu studieren, du hast gerade erst den Abschluss der 10. Klasse gemacht, lass ihn erst einmal studieren. Wenn er fertig ist und Arbeit gefunden hat, dann kannst du anfangen, für dich selber etwas aufzubauen.“ Genauso ist es dann gekommen.

Ich arbeitete als Montagehelferin, da werden irgendwelche Teile zusammengebaut. In meinem Fall waren es Schaltgeräte, die zwischen Motoren und Maschinen geschaltet werden, damit bei einem Kurzschluss die Motoren nicht beschädigt werden. Diese Tätigkeit habe ich solange ausgeübt, bis mein Mann mit seinem Studium fertig war, fast vier Jahre also. In der Zeit wurde auch schon unser Sohn geboren. Als mein Mann dann einen Job hatte, habe ich mir gedacht: „Okay! Jetzt bist du dran.“ Ich hatte sehr viel Spaß an dieser Arbeit als Montagehelferin. Wenn es irgendwelche Störungen an den Maschinen gab, riefen normale Montagehelferinnen jemanden, der die Störung beseitigte und standen einfach daneben. Ich habe immer gedacht: „Warum hat diese Maschine wieder eine Störung? Da muss doch irgendwas sein!“ Ich bin immer hinterher und habe geguckt und zum Teil habe ich auch selbst repariert. In der Zeit habe ich meine Stärken in diesem technischen Bereich entdeckt. Ich war damals 19 Jahre alt. Da ich mich in dieser Firma sehr wohlgefühlt habe und sehr viele Verbesserungsvorschläge an den Maschinen gemacht hatte, kam mir die Idee, dort eine Ausbildung zu machen. Ja, und dann habe ich meine Ausbildung als Industriemechanikerin in dieser Firma angefangen. Später haben sie mich als Facharbeiterin übernommen und ich durfte vollautomatische Anlagen bedienen und reparieren. Das habe ich fast drei Jahre lang gemacht, danach habe ich mir gedacht: „Nee! Jetzt wird es langsam langweilig. Du wirst doch nicht da lebenslang Produktionsstraßen oder Maschinen reparieren.“ So bin ich auf die Idee gekommen, mich weiterzubilden. Ich habe mit dem Abteilungsleiter damals vereinbart, dass ich ein Jahr unbezahlten Urlaub bekomme, damit ich die Tagesschule besuchen kann. Alles andere wäre mit Kind und Familie viel zu stressig gewesen. Das hat auch ganz gut geklappt. Also habe ich meine Technikerausbildung zu Entwicklungsverfahren, Maschinenbau, innerhalb von drei Jahren abgeschlossen. Dann stand ich wieder da und habe mich gefragt:

„Was machst du jetzt?“ Ich wurde von der gleichen Firma, Klöckner-Moeller, wieder weiterbeschäftigt, aber nur im Rahmen eines Sechs-Monate-Projekts. Da wurde eine Zweitproduktionsstätte in China aufgebaut. Nach diesen sechs Monaten sollte ich meine alte Tätigkeit als Industriemechanikerin wieder aufnehmen. Da habe

ich mir gedacht: „Das kann ja wohl nicht wahr sein. Du hast so viel Stress gehabt, so viel erreicht und jetzt sollst du irgendwo als Platzhalter wieder positioniert werden?“ Das wollte ich nicht und habe nach zehnjähriger Betriebszugehörigkeit einfach gekündigt, von einer Stunde auf die andere. Dann bin ich als Konstrukteurin in einer Porzer Firma untergekommen, die Autowerkstätten plant und das weltweit. Es hörte sich sehr interessant an und ich wurde auch direkt als Projektleiterin eingestellt. Nur mit der Zeit ging es nicht mehr, weil ich sehr viel verreisen musste. Ich hatte einen Sohn, der war gerade in der Grundschule, das ging einfach nicht. Ich bin nach Frankreich, England und in die Türkei gereist und habe das mit der Familie, als Mutter, als Hausfrau, nicht mehr hingekriegt.

Es ist ja eigentlich ein Männerberuf, wo viele Chefs sich nicht vorstellen können, dass eine Frau als Konstrukteurin genauso gut sein kann wie ein Mann. Ich hatte von einigen Firmen, bei denen ich mich beworben hatte, innerhalb von zwei, drei Tagen meine Bewerbungsunterlagen wiedergekommen. Sie hatten noch nicht einmal reingeguckt. Ich wurde immer als „Herr Sal“ angeschrieben. Aber wenn es erst einmal die Möglichkeit gab, sich vorzustellen, einige Problemlösungen zu erklären oder etwas vorführen zu können, dann war es eigentlich immer sehr leicht. Wenn die erst einmal sahen, okay, die Frau kann was, die können wir gebrauchen, ist es eigentlich immer ganz gut gelaufen. Überall, wo ich mich bewarb, war ich immer die einzige Frau. Je nachdem, wie das Gegenüber war, hatte man es sehr schwer, dort reinzukommen. Ich hatte nicht das Gefühl, dass ich irgendwie benachteiligt wurde, weil ich eine Türkin bin. Eher weil ich eine Frau in diesem Berufszweig bin. Ich hatte auch nicht das Gefühl, dass man als Türkin – egal was man macht – irgendwie benachteiligt wird. Es sei denn, die Leistung stimmt nicht. Ich habe bis jetzt nie negative Erfahrungen damit gemacht.

Damals hat diese Ingenieurfirma Bertrandt uns in einem bestimmten Computerprogramm geschult, einem Programm, mit dem man Autoteile am Bildschirm entwickeln kann. Sie haben uns intensiv geschult und uns dann bei den Ford-Werken direkt ins kalte Wasser geschmissen. Hier! Mach mal! Ja, und dann

versucht man natürlich auf einmal in einem Projekt mitzuwirken. Das war am Anfang ziemlich schwierig. Ford arbeitet ja global, das heißt allerlei internationale Leute wirken an einem Projekt mit und die gemeinsame Sprache ist Englisch. So, und dann steht man da mit seinen Schulkenntnissen in Englisch. Damit kann man wirklich nicht viel anfangen. Aber Gott sei Dank hat es nicht lange gedauert, innerhalb von ein paar Monaten war ich integriert und war auch ein wenig der englischen Sprache mächtig. Ich hatte das Glück, in eine Gruppe hineinzukommen, wo auch Engländer mitarbeiteten.

Nach einem Jahr in diesem Ingenieurbüro habe ich gedacht: „Warum bist du eigentlich fest angestellt? Du machst ja eh alles alleine. Warum machst du dich nicht selbstständig?“ Ich habe gekündigt und dann meine Selbstständigkeit als Konstrukteurin angemeldet. Ich habe Glück gehabt, dass ich gerade einen Auftrag von einem Zulieferer bekommen hatte. Ich durfte die Bremsverbindung für den Ford Focus, der damals neu auf den Markt kam, entwickeln. Das habe ich drei Jahre lang, bis Ende 2003, gemacht. Dann habe ich den nächsten Auftrag für den Mondeo bekommen, der lief bis Ende 2007. Ford hat bei mir einen besonderen Platz, weil mein Vater dort tätig war. Wenn man bedenkt, dass er aus einem kleinen Dorf geholt wurde und am Fließband gearbeitet hat und die Tochter jetzt in der Entwicklung tätig ist und auch noch als selbstständige Konstrukteurin, dann hat man schon das Gefühl: Okay, die erste Generation hat zwar nicht so gute Tätigkeiten gehabt, aber sie hat den Grundstein für uns gelegt, damit wir uns weiterbilden, damit wir in Deutschland weiterkommen können. Ich bin eigentlich stolz auf mich.

Wenn ich an meine Eltern denke, an meine eigene Kindheit, an meinen Werdegang, mit 15 Jahren zu heiraten, ein Kind zu bekommen und dann zu versuchen, irgendetwas zu erreichen – wenn mir das vor 15 Jahren jemand erzählt hätte, hätte ich es nicht geglaubt. Aber: Ich habe es geschafft. Ich denke, ich habe Glück gehabt, aber auch viel selber geschafft. Meine Mutter ist sehr stolz darauf. „Ich habe euch immer gesagt, versucht auf euren eigenen Füßen zu stehen, seid nicht so wie ich“, wiederholt sie öfter. Sie hat das Gefühl, dass ich die Einzige bin, die dieses

Ziel verfolgt hat, die das so gelebt hat. Wenn ich zurückblicke, bereue ich eigentlich, dass ich so früh geheiratet habe, dass ich diesen ganzen Stress mit Familie, Kind, Ausbildung und Beruf hatte. Das war wirklich sehr, sehr schwer und sehr, sehr stressig. Wenn ich noch einmal die Wahl hätte, hätte ich sehr wahrscheinlich den gleichen Mann wieder geheiratet, aber ich hätte es später gemacht, hätte erst einen Beruf erlernt, vielleicht auch studiert und dann an eine Ehe gedacht. Das ist der einzige Punkt, wo ich denke, das hätte nicht so sein müssen.

Die Türkei ist für mich ein reiner Ferienort. Kann sein, dass ich in zehn Jahren anders denke. Mein Hauptwohnort und auch freiwillig gewählter Wohnort ist Deutschland. Ich habe alles hier erlebt. An das, was ich in der Türkei erlebt habe, kann ich mich kaum erinnern. Meine Heimat ist Deutschland. Als Kind hatte ich ein paar Mal dieses Gefühl von Fremdheit; dass man in einem fremden Land ist, in dem man nicht willkommen ist. Damals war ja auch diese Welle von Rassismus, das waren die 80er-Jahre, wo man gehänselt wurde. Gott sei Dank ist es jetzt nicht mehr so. Ich fühle mich überhaupt nicht als Außenseiter hier in Deutschland, auch nicht als Ausländer.

Mag sein, dass meine Sprache nicht hundert Prozent perfekt ist, aber ich kenne keine negativen Ausdrücke von unseren Nachbarn, unserem Umfeld oder an meinem Arbeitsplatz. Von außen betrachtet, ist es wirklich so, dass wir jetzt zur Mittelschicht gehören. Aber ich selbst sehe mich nicht in der Mittelschicht. Finanziell vielleicht.

Man hat es etwas leichter, weil man die materiellen, die finanziellen Möglichkeiten hat, etwas zu machen. Aber dadurch fühle ich mich nicht als etwas Besseres. Wenn ich jetzt meine Arbeit verlieren würde, meine Aufträge verlieren würde, würde ich auch die frühere Arbeit, für weniger Geld, wieder machen. Ich versuche, so viel wie möglich zu helfen, auch wenn ich in der Türkei bin, wenn ich von Familien oder Kindern in Not höre. Weil ich weiß, wie Kinder in Not geraten können und dass die Kinder nichts dafür können. Ich habe meine Vergangenheit nicht vergessen.“

4. Beantworten Sie die Fragen (soweit der Erzähler / die Erzählerin darauf eingeht).

Wie heißt die Person?	Adalet Sal
Woher kommt die Person?	
Wo wurde Sie geboren?	
Wo lebt die Person heute?	
Wie beschreibt die Person die Situation im Herkunftsland?	
Warum ist die Person migriert? Welche Gründe werden genannt?	
Welche Erwartungen hatte die Person in Bezug auf ihr Leben in Deutschland?	
Wie beschreibt die Person den Migrationsweg und die erste Zeit als ‚Migrant(in)‘?	
Was macht die Person heute? Wie stellt sie ihre Situation heute dar?	
Haben sich die Erwartungen der Person erfüllt? Inwiefern (nicht)?	
Ist die Person heute zufrieden mit ihrer Situation? Warum (nicht)?	

DRAGANA KORIĆ

1992 während des Balkankriegs floh Dragana Korić mit ihren beiden Kindern aus der belagerten Stadt Sarajevo. Nur für ein paar Monate, dachten sie. Als ihnen nach einigen Monaten klar wurde, dass sie so bald nicht wieder zurückkehren konnten, ging die unfreiwillige Reise weiter nach Deutschland, nach Münster. Sie hatten erfahren, dass in Münster kirchlich und politisch engagierte Menschen Balkankriegsflüchtlingen halfen. In Sarajevo hatte Dragana Korić als Ärztin im Krankenhaus gearbeitet, in Deutschland bekam sie keine Erlaubnis zu praktizieren. Erst nach zehn Jahren, nach ihrer Einbürgerung, konnte sie wieder in ihren alten Beruf einsteigen. Mittlerweile fühlt sie sich in Deutschland heimisch. Für die Familie gibt es auch keine Rückkehr. Dragana Korić lebt heute mit ihrer Familie in Köln.

Ich bin am 19. Mai 1992 mit meinen beiden Kindern aus Sarajevo geflohen. Die Stadt war schon in einem belagerten Zustand. Wir waren in einem großen Konvoi von 3000 Kindern und Müttern. Anders war es überhaupt nicht möglich, aus der belagerten Stadt rauszukommen. Das war eigentlich der Anfang des Krieges im alten Jugoslawien, Sarajevo war besonders betroffen, diese Belagerung dauerte danach noch vier Jahre. Ich habe damals in Sarajevo in einem Krankenhaus als Ärztin gearbeitet. Wir Mütter haben uns selber organisiert, um die Kinder aus der Stadt herauszuschaffen. Es gab keine offiziellen Institutionen, die uns helfen konnten. In der großen Uniklinik haben sich Schwestern und Ärztinnen, die minderjährige Kinder hatten, in eine Liste eingetragen, und es wurde ihnen erlaubt, die Stadt zu verlassen. Wir wurden dann drei Tage und Nächte in einem Vorort von Sarajevo festgehalten, von der eigenen Armee, die schon für uns eine Art Feind war. Wir waren in eigenen Pkws oder in Bussen unterwegs. Mein Mann hat mir später erzählt, dass er glücklich gewesen war, als wir weggegangen waren, weil er dachte, jetzt sind sie außer Gefahr, jetzt kann ich erst einmal aufatmen, brauche keine Angst mehr zu haben. Erst am Abend hat er erfahren, dass der Konvoi von den Soldaten angehalten worden war.

In solchen Situationen begreift man einfach nicht, was los ist. Es war alles chaotisch und ich wusste nicht, dass das ein Abschied von der Stadt und von der

Wohnung ist. Ich war fest überzeugt, dass wir spätestens im September zurück sein würden, weil dann die Schule anfing. Man steht zu sehr unter Stress, um überhaupt die Maße der Tragödie zu erfassen. Zum Glück! Weil ich der Meinung war, wir kommen zurück, war ich überhaupt nicht in der Lage, vernünftig zu packen. Ich habe einfach ein paar Sachen in den Koffer geschmissen. Meine Tochter wollte ihren neuen Rucksack mitnehmen, der noch nicht benutzt war, und ich habe ihr das nicht erlaubt. So in dem Sinne: Der soll zu Hause bleiben, bis wir zurückkommen, der ist für die Schule. Sie hat sich später immer beklagt, als der alte kaputt gegangen ist.

Es hat damals zwei Tage gedauert, bis wir Kroatien erreichten. Wir waren mit einer Kollegin und ihren Kindern unterwegs. Wir sind in einen Ort geflüchtet, wo wir früher Urlaub gemacht haben. Das ist eine Insel in Kroatien, Brać, ein wunderschöner Ort. Wir waren in einem Haus von einem guten Bekannten, der in Sarajevo geblieben ist, und uns dieses Haus zur Verfügung gestellt hat. Da waren wir sechs Monate. Von Mai bis Oktober 1992. Wir beide mit vier Kindern. Das ist ein wunderschöner Ort. Ich kann heute jedem empfehlen, dort Urlaub zu machen. Aber für uns damals war es die Hölle. Wir haben erst da verstanden, dass der Kontakt zu unseren Eltern abgebrochen war, es gab keine Telefonverbindung mehr. Mit der Zeit haben wir auch verstanden, dass der Krieg gerade erst angefangen hatte. Ein Flüchtlingssschicksal ist das Allerschlimmste überhaupt. Zuerst ist man plötzlich wie aus der eigenen Bahn geschleudert und findet kein Gleis mehr. Und man ist von der Hilfe oder vom guten Willen anderer Menschen abhängig. Wir waren auf dieser Insel bis Oktober – und irgendwann im Juli oder August war uns klar, in diesem Sommerhaus kann man nicht überwintern. Und dann war es auch noch nicht geregelt, ob die Kinder dort in die Schule gehen dürfen oder nicht. Es gab sehr viele Flüchtlingsfrauen an der Küste, die wir kannten, und wir haben immer öfter gehört, dass die nach Deutschland, nach England oder Schweden weiterfahren. Wir haben uns dann erkundigt, wie das funktioniert, es war eine schwierige Situation.

Ich hatte etwa eineinhalb Jahre keinen richtigen Kontakt zu meinem Mann. Wir haben nicht miteinander telefoniert, sondern haben uns Briefe geschrieben. Man konnte vier Jahre lang weder telefonieren, noch ein Fax oder einen Brief schicken.

Man versucht jemanden zu finden, der die Briefe mitnimmt, über die UN, Caritas oder das Rote Kreuz. Wir haben mehrere Briefe geschickt, aber er hat nur zwei erhalten. Er selbst hatte mehr Möglichkeiten, da er Journalist beim Fernsehen war und immer wieder die Möglichkeit hatte, Journalisten zu treffen, die ins Ausland gingen.

Wir hatten also Angst vor dem Winter und vor den damaligen Verhältnissen in Kroatien und wollten einfach weg. Eine unserer Kolleginnen ist nach Münster gefahren mit einem Priester aus Sarajevo, der viel ökumenische Arbeit gemacht hat. Es gab damals eine Konferenz in Münster, und wir haben sie gebeten, dort nachzufragen, ob die irgendeine Möglichkeit für uns sehen, dass wir nach Münster kommen können. Und dann – wie immer im Leben, gibt es nicht nur Schicksalsschläge, sondern auch schöne Sachen – haben wir sehr großes Glück gehabt, weil wir von Deutschen eingeladen wurden, nach Münster zu kommen. Das fand ich seltsam, weil ich mich gefragt habe, was sollen wir in Deutschland machen? Erstens spreche ich gar kein Deutsch, zweitens kenne ich keinen Menschen in Deutschland. Ich wusste überhaupt nicht, wo Münster liegt.

Dann habe ich ein Visum für Deutschland bekommen. Damals sind ganz viele bosnische Flüchtlinge auf diese Weise nach Deutschland gekommen. Wir sind mit meinem Wagen gekommen, mit einem „Jugo“, einem Wagen, der im ehemaligen Jugoslawien produziert wurde. Sah aber viel besser als der „Trabbi“ aus, unser „Jugo“. Wir waren zu sechst in dem Wagen. Vier Kinder, meine Kollegin und ich. Das war eine große Aufregung, ich war damals 41 Jahre alt. Es war ein großes Abenteuer nach Deutschland zu fahren, weil ich bis dahin mit dem Auto noch nie aus Jugoslawien rausgekommen war. Wir sind nicht an der Küste gefahren, weil wir Angst hatten. Es gab Regionen in Kroatien, wo wirklich gekämpft wurde. In der Nacht sind wir mit der Fähre von Split nach Rijeka gefahren. Am nächsten Morgen von Rijeka durch Slowenien, Österreich, Salzburg nach München. Das war die Route. Ich erinnere mich, dass es neben der Angst auch positive Gefühle gab: Diese Möglichkeit, auf einmal in die große, weite Welt zu reisen. Das hat dazu beigetragen, dass wir alles ziemlich gut verkraftet haben. Ich kann mich sehr gut an diese Reise

erinnern, manchmal haben wir sogar vergessen, weshalb wir unterwegs waren.

Als wir in Münster ankamen, haben die Leute in einer Wohnung auf uns gewartet. Wir waren die ersten Flüchtlinge, die sie aufgenommen haben. Später haben sie noch viele andere bosnische Flüchtlinge nach Münster geholt und ihnen geholfen. Wir waren überrascht, weil damals etwa zehn Leute in einer Wohnung sechs bosnische Flüchtlinge erwarteten, mit Abendessen und allem Drum und Dran. Das war die Familie Bremer, die uns so herzlich aufgenommen hat. Ich habe dann mit meinen Kindern bei einer älteren Frau gewohnt. Das war eine Frau, die genauso alt war wie meine Mutter. Sie heißt Mechthild Demel. Frau Demel hatte selber als Mädchen, als junge Frau, den Krieg erlebt. Später wurde ihr Mann krank. Sie hat also viel eigenes Leid erleben müssen, hat dennoch sehr vielen Menschen geholfen. Das war eine ausgesprochen nette und engagierte alte Dame, die ihr ganzes Leben Menschen gewidmet hat, die in Not waren. Bevor wir gekommen sind, waren in diesem Haus Kin- der aus Tschernobyl. Ich kann mich auch gut an ein Ereignis erinnern: Eines Tages fand ich die Badewanne voll mit Blumen und wusste nicht warum. Weil sie nicht zu Hause war, konnte ich sie nicht fragen. Später habe ich gesehen, wie sie mit einem Taxi und all diesen Blumen wegfuhrt. Zuerst habe ich gedacht, einer ist gestorben und sie fährt zum Friedhof. Dann habe ich erfahren, dass sie anlässlich der Bombardierung von Nagasaki und Hiroshima immer eine Mahnwache mit Blumen hält. Auf jeden Fall war sie eine außergewöhnliche Persönlichkeit. Immer wieder ist es uns in dieser Zeit passiert, dass wir einer enormen menschlichen Energie, Liebe und Wärme begegnet sind. Und Münster ist eine wunderschöne Stadt. Mich hat sie verzaubert, muss ich sagen.

Es sah aus wie im Märchen. Meine Tochter, damals 13 Jahre alt, hat am Ende vieler Spaziergänge geweint. Ich konnte diese Tränen am Anfang nicht einschätzen. Sie weinte, weil die Stadt so schön war und fremd. Wir haben immer gedacht, die Kinder schaffen das leichter als wir Erwachsene, aber heute glaube ich, dass wir uns getäuscht haben. Die Kinder haben nur eine Art, das Leid nicht so offen zu zeigen, und sie leben einfach weiter und schneller, sie machen mit. Unsere Kinder wollten auch später nicht darüber reden, vielleicht kommt diese Zeit noch.

Wir haben Geld von unseren Unterstützern bekommen, wir waren nicht hungrig, wir hatten Kleidung, die Kinder haben angefangen in die Schule zu gehen. Wir beiden Frauen haben in der Volkshochschule jeden Tag einen Deutschkurs besucht. Ich habe damals angefangen, Fahrrad zu fahren, weil ich das früher nie gemacht hatte.

Und wieder gab es Momente, wo wir fast vergessen hatten, warum wir überhaupt in Deutschland waren.

Was unseren Aufenthaltsstatus betrifft, waren wir als Touristen gekommen. Das wurde schnell in eine Duldung geändert. Ich hatte keine Ahnung, was das bedeutet. Damals ist immer jemand mit uns zu den Behörden gegangen, weil wir kein Deutsch sprachen. Keiner von den bosnischen Flüchtlingen wusste, was es bedeutet, ein Visum haben zu müssen. Mit dem Status der Duldung bekam ich sofort eine Arbeitserlaubnis. Als mein Status geändert wurde in eine Aufenthaltsbefugnis, wurde mir gesagt, ich bekomme keine Arbeitserlaubnis mehr. Ich müsse erst einmal eine Arbeit finden, dann sechs Wochen warten, ob ein Deutscher oder einer aus der Europäischen Union diese Arbeitsstelle haben will, und erst wenn keiner will, könne ich die Arbeit bekommen. Da gab es unglaublich komische und unlogische Gesetze, die das Leben immer schwieriger machten. Mit der Zeit habe ich erfahren müssen, was deutsche Behörden bedeuten und dass wir als Flüchtlinge gar keine Rechte hatten. Mir wäre es lieber gewesen, jemand vom Ausländeramt hätte mir direkt zu Anfang erklärt, was wir in Deutschland dürfen und was nicht, anstatt es selber nach und nach herausfinden zu müssen. Alle sechs Monate mussten wir unseren Aufenthalt verlängern. Man war abhängig vom guten Willen eines Sachbearbeiters. Es konnte passieren, dass ich einen Aufenthalt für drei Monate bekam, ein Bekannter in der gleichen Situation aber für sechs Monate. Dann haben wir gehört, dass ein anderer bosnischer Flüchtling ein Jahr bekommen hat. Das bringt eine derartige Unruhe für solche Menschen, weil man nicht weiß, warum? Es ist ein großer Unterschied, ob du drei Monate in Deutschland bleiben darfst oder ein Jahr. Es war einfach so, dass man nie zuerst als Mensch in diesem Ausländeramt behandelt wurde oder dass man das Recht hatte zu fragen „Wie soll ich weitermachen?“ Wir haben,

glaube ich, sechs oder acht Monate Sozialhilfe bekommen. Das war für meine Kollegin und mich, die wir bis da immer unser eigenes Geld verdient hatten, das Schlimmste. Deshalb haben wir uns bemüht, hier schnell eine Stelle zu finden, um rauszukommen aus dieser finanziellen Abhängigkeit. Es war sehr erniedrigend für uns beide, es war eine schlimme Zeit. Und tatsächlich haben wir es geschafft, eine Stelle zu bekommen, nachdem uns klar gesagt wurde, dass wir in diesem Land nicht als Ärztinnen arbeiten können. Das geht als Flüchtling nicht, man muss entweder die deutsche Staatsangehörigkeit haben oder aus einem anderen EU-Land kommen. Man kann auch keine Anpassungszeit oder eine Prüfung machen. Wir beide haben dann eine Stelle an der Uniklinik Münster als Pflegehelferinnen im Operationsbereich gefunden. Ich hatte in Sarajevo in der Hals-, Nasen-, Ohrenklinik gearbeitet und hatte drei Jahre operiert. Im OP-Saal gibt es immer eine instrumentierte Schwester, die steril ist und nicht alles anfassen darf. Eine andere räumt auf und schiebt den Patienten rein und raus, macht ununterbrochen viele Kleinigkeiten. Die Oberschwester, die für die chirurgische Abteilung zuständig war, hat lange Zeit überlegt, ob sie uns diese Stelle geben sollte. Sie hat Bedenken gehabt, ob die Schwestern das komisch finden würden, dass zwei Ärztinnen als Pflegehelferinnen arbeiten. Wir beide waren ja Fachärztinnen für Innere Medizin. Und sie hatte auch Angst, dass sich die Ärzte ebenfalls unwohl fühlen könnten in unserer Anwesenheit. Aber wir haben es irgendwie geschafft, sie zu überzeugen, dass wir das Arbeitsklima nicht verändern würden. Dennoch war es in den ersten Tagen und Wochen unglaublich schwer. Am schlimmsten war es, dass ich oft nicht verstanden habe, was von mir verlangt wurde. Beispielsweise wurde einmal von mir ein Stück Kork verlangt. Ich wusste aber nicht, was Kork ist. Dann haben sie nur lauter geschrien, anstatt mir schnell zu erklären, was das ist und wo ich es finde. Aber mit der Zeit habe ich alles sehr schnell gelernt und nach einem Jahr habe ich angefangen, bei allen Operationen zu instrumentieren und am Ende habe ich bei sehr komplizierten Ohrenoperationen instrumentiert. Und als ich geschafft habe, normal zu arbeiten wie die anderen Kolleginnen auch, war ich sehr stolz. Das hat mir auch geholfen, psychisch so ziemlich gesund zu bleiben, weil ich diesen Rhythmus wieder hatte:

aufstehen, zur Arbeit gehen, müde nach Hause kommen, Geld verdienen, eine Krankenversicherung haben und vor allem keine Sozialhilfe mehr bekommen.

Mein Mann hat es im September 1993 geschafft, nach Münster zu kommen. In den Briefen, die er schrieb, hatte er immer behauptet, nur ein Wunder könnte ihn aus der Sarajevo-Hölle retten. Die Briefe, die er mir geschickt hatte, habe ich oft der Familie Bremer vorgelesen, weil die wissen wollten, was schreiben Menschen, die in der belagerten Stadt Sarajevo leben, was denken sie, was fühlen sie? Und sie sind auf die Idee gekommen, diese Briefe in einem Buch zu veröffentlichen, was sie auch getan haben. Das Buch kam auf die Frankfurter Buchmesse und mein Mann als Autor hat eine Einladung bekommen, nach Deutschland zu reisen. Mit der Einladung konnte er einen Presseausweis in Sarajevo bekommen und mit einem Presseausweis konnte man in einem UNO-Flugzeug aus Sarajevo herausfliegen. Durch diese Briefe und das Buch haben wir es geschafft. Aber interessant ist, dass ihm im Gegensatz zu mir klar war, dass er für immer weggeht. Er hat Fotos, Lego-Spielsachen, die unsere Tochter, als sie klein war, sehr gemocht hatte, Kuscheltiere und zwei oder drei Bücher mitgebracht, die ihm wichtig waren. Das war alles. Mein Mann ist in Sarajevo geboren, ich bin in Belgrad zur Welt gekommen, aber bin nach der Heirat nach Sarajevo gezogen. Ich gehöre also zum serbischen Volk und beide Eltern sind christlich-orthodox. Bei meinem Mann ist alles dabei – seine Mutter ist katholisch, sein Vater war Muslim. Unsere Kinder haben also alle drei Religionen und Nationalitäten in sich. Der Krieg wurde im Dezember 1995 mit Hilfe der Europäischen Union, Amerika und ich weiß nicht mit wessen Hilfe noch, beendet. Aber sie haben eine Teilung erlaubt. Das war damals für uns nicht zu fassen. In Sarajevo gibt es in einem Umkreis von 200, 300 Metern einen katholischen Dom, eine orthodoxe Kirche, eine Moschee, und damals gab es auch viele Juden in Sarajevo. Es war eine Mischung aus den drei Nationalitäten. Dieses Jugoslawien gibt es nicht mehr. Viele Leute sind weg, viele unserer Bekannten leben jetzt in Europa, Kanada, Amerika, in Australien, überall. Nur einige wenige sind geblieben. Sarajevo hat es trotz dieser Veränderungen geschafft zu überleben.

Als mein Mann nach Deutschland kam, ging für uns die Sonne wieder auf, wir

waren alle derart glücklich. Es war aber schwierig für meine Kollegin, weil ihr Mann noch nicht da war. Bis dahin hatten wir ja das gleiche Schicksal geteilt. Zum Glück ist es auch ihm gelungen, am Leben zu bleiben und ein Jahr später nachzukommen. Ich habe meinem Mann gesagt: „Du sollst ein Jahr Deutsch lernen und einfach das Leben genießen, nach allem, was du erlebt hast.“ Das erste Jahr war auch für mich schön gewesen. Ich war frei von allem. Ich hatte zwei Kinder, kein Geld, kein Haus, keine Sicherheit, aber ich war auf einmal auch befreit von allem.

Mein Mann hat viele Lesungen mit seinem Buch gemacht. Das war für ihn wichtig und gut. Ich habe gearbeitet, die Kinder sind zur Schule gegangen, das Leben hat wieder einen normalen Gang bekommen. Wir haben nicht mehr auf das Leben gewartet, sondern haben gelebt. Mein Mann hat auch versucht, eine Stelle zu finden, zu arbeiten, aber er wusste nicht genau, was, wo, wie? Er hat sich zweimal beim WDR gemeldet, um aus Münster zu berichten. Einmal kam ich von der Arbeit und fand einen Zettel auf dem Tisch, worauf er geschrieben hatte, dass ihn jemand vom WDR in Köln angerufen hatte, weil sie eine Spezialsendung über Bosnien senden wollten. Er war als bosnischer Journalist eingeladen – so begann seine Tätigkeit beim WDR. Später entstanden Sendungen in bosnischer Sprache, und er bekam eine Stelle beim WDR. Am Anfang waren wir wieder ein Jahr getrennt. Ich bin mit den Kindern in Münster geblieben, habe weitergearbeitet, und er war hier in Köln allein, bis wir es satt hatten. Wir haben uns entschieden, nach Köln zu ziehen. Das war im April 1996 und ein weiterer wichtiger Schritt in unserem Leben im Exil. Das passte einfach gut, weil unser Sohn damals die 4. Klasse beendet hatte.

Ich hoffe, die Kölner werden mir verzeihen, weil sie sehr stolz auf diese Stadt sind. Alle haben mir in Münster gesagt, Köln ist eine tolle Stadt und die Rheinländer sind immer so froh, nett und freundlich. Für uns war es aber schwieriger als in Münster. Wahrscheinlich weil Köln eine große Stadt ist. Man ist auf einmal total allein, anonym und wir hatten in Münster schon ein breites Netz: die Leute, die uns am Anfang aufgenommen hatten, auf meiner Arbeitsstelle, wo ich drei Jahre gearbeitet habe, dann in der Schule. Wir verloren wieder ein gerade neu aufgebautes Netz. Wir haben es nicht geschafft, in Köln das aufzubauen, was wir in Münster

verloren haben. Als wir nach Köln zogen, hatte mein Mann die Stelle beim WDR, aber ich war erstmals arbeitslos. Mir war es wichtig, dass ich schnell eine Beschäftigung finde, aber es ist schwierig, etwas zu finden, was eine Ärztin machen kann, außer in der pflegerischen Arbeit. Ich habe jahrelang in einer Krankenpflegeschule verschiedene Fächer unterrichtet. Später habe ich in einem Zentrum für Flüchtlinge als medizinische Beraterin und Dolmetscherin gearbeitet und dann wieder als Pflegerin in der häuslichen Krankenpflege. Immer wieder habe ich versucht, eine vorübergehende Berufserlaubnis als Ärztin zu bekommen. Das ist hier möglich, auch wenn man nicht Deutscher ist, mit der Begründung, nicht aus der Übung zu kommen. Aber man ist wieder vom guten Willen eines Sachbearbeiters abhängig und ich habe leider keinen gefunden, der mir die Erlaubnis geben wollte.

Einmal hatte ich Unterstützung von einem psychosozialen Zentrum für Flüchtlinge. Ich habe mindestens ein Jahr darum gekämpft mit der Begründung, dass ich als Flüchtling die Situation der Patienten sehr gut nachvoll- ziehen kann und den Menschen in so einem Zentrum dadurch besser helfen kann als irgendein anderer Arzt. Das hat nicht geklappt. Das war eine Zeit in Deutschland, wo ich wirklich in einer Krise war. Ich habe ein Jahr nicht gearbeitet und wusste nicht mehr, was ich mir sonst noch einfallen lassen sollte. Dann habe ich an einem Samstag im Kölner Stadtanzeiger gelesen, dass das Institut für Physiologie an der Uni Köln eine medizinisch- technische Assistenz sucht und habe mir gedacht, wenn ich als Pflegehelferin und Pflegerin arbeiten konnte, kann ich auch als medizinisch-technische Assistentin arbeiten. Ich habe mich beworben und die Stelle bekommen. Das ist eine Stelle, die normalerweise von Medizinstudenten oder Medizinern, die gerade ihr Studium beendet haben, besetzt wird.

Dann hat die ganze Familie, weil wir mittlerweile die Voraussetzungen erfüllten, einen Antrag auf Einbürgerung gestellt. Erstaunlicherweise war das das Einfachste, was ich in diesem Land bekommen habe. Wahrscheinlich erfüllten wir bereits alle Voraussetzungen, weil wir schon länger als acht Jahre in Deutschland lebten und einen Job hatten. Wir hatten auch bereits unbegrenzte Arbeitserlaubnisse. Das war ja das Schwierigste: Ich musste, wenn ich eine Stelle gefunden hatte, sechs Wochen auf

die Arbeitserlaubnis warten, bevor sie mir die Stelle geben durften. Sie mussten immer nachprüfen, ob jemand anderes mit mehr Rechten diese Stelle wollte. Das war jedes Mal grausam. Nachdem ich die deutsche Staatsangehörigkeit bekommen habe, habe ich die vorübergehende Berufserlaubnis als Ärztin sofort bekommen. Danach musste ich eine Anerkennungszeit im Krankenhaus leisten, in verschiedenen Abteilungen arbeiten und dann eine sogenannte Gleichwertigkeitsprüfung machen, um nachzuweisen, dass meine Kenntnisse einem in Deutschland ausgebildeten Arzt entsprechen. Was ich auch im Februar 2004 hier in Köln geschafft habe. Seitdem bin ich wieder als Ärztin tätig und bin glücklicher und zufriedener. Ich fühle mich, als ob ich wieder in meinen eigenen Körper hineinpasse. Ärztin-Sein kann ich am besten, obwohl es viel anstrengender ist als alles, was ich bisher gemacht habe. Die Ärzte haben es nicht leicht in diesem Land. Ich habe mich als Ärztin im Praktikum beworben in einem Krankenhaus in Düren und habe tatsächlich die Stelle bekommen. Es war wieder ein bisschen merkwürdig, dass so eine 50 Jahre alte Frau als Ärztin im Praktikum arbeitet. Das ist mein Schicksal, seit ich in Deutschland lebe, dass ich immer irgendwie anders bin. Ich kann viel mehr als jede Ärztin im Praktikum. Das ist ja auch normal, weil ich zehn Jahre in Sarajevo im Krankenhaus gearbeitet habe und schon Fachärztin war.

Unsere Kinder sind inzwischen groß geworden. Unsere Tochter ist jetzt 25 Jahre alt und studiert seit vier Jahren Volkswirtschaft in Berlin. Unser Sohn ist 19 Jahre und beendet nächstes Jahr das Gymnasium mit dem Abitur. Ich behaupte, ihnen geht es gut, sie haben die Sprache besser und schneller als wir gelernt, was tatsächlich stimmt. Aber natürlich erleben sie ihre eigenen Schwierigkeiten und werden in Zukunft auch welche erleben. Ich kann sagen, dass unsere Geschichte eigentlich eine glückliche Geschichte ist. Wenn ich daran denke, was alles hätte passieren können. Noch damals in Sarajevo, oder was passiert wäre, wenn mein Mann nicht diese Stelle beim WDR bekommen hätte.

Wir haben uns oft gefragt: Was ist Heimat? Das ist meiner Meinung nach zuerst die Sprache, das sind die Bilder aus der Kindheit, Gefühle, die Menschen, Familienangehörige, bekannte Straßen oder Häuser. Das ist eine Mischung aus allem.

Wir lieben dieses Land und all diese Städte, in denen wir gelebt haben. Auch Berlin gehört jetzt dazu, obwohl wir dort nicht richtig gelebt haben. Wenn man weg war und nach Köln zurückkommt, fühlt man sich zu Hause. Das ist jetzt unser Zuhause, und es ist auch gut, dass die Leute mir nicht mehr diese Frage stellen: „Möchten Sie irgendwann zurückkehren?“, weil das die allerschlimmste Frage von allen ist. Wir wissen selber nicht, wo wir unser Leben beenden wollen, in Deutschland oder woanders. Das ist eine Frage, über die ich gar nicht nachdenken möchte. Ich denke schon, dass wir hierbleiben. Man gewinnt auch mit der Sprache und mit dem täglichen Leben stückweise eine neue Heimat. Trotzdem ist es ein Leben im Exil. Das wird auch immer so bleiben.

Ich würde jedem empfehlen, erst einmal die deutsche Sprache zu lernen. Ohne Sprache kann man gar nichts machen und damit auch nicht richtig am Leben teilnehmen, Filme gucken, Bücher lesen. Mit Sprache wird auch das fremde Land zur Heimat. Es besteht auch eine andere Gefahr für die Leute, die im Exil leben: Wenn sie wieder zurückkehren in das Land oder die Stadt, in der sie geboren sind oder wo sie gelebt haben, in die sogenannte Heimat, fühlen sie sich oft fremd. Und diese Fremdheit tut mehr weh, als die Fremdheit hier. Sarajevo hat die letzten 12 Jahre nicht auf uns gewartet, sondern weitergelebt und sich weiterentwickelt – und wir haben an diesem Leben nicht teilgenommen. Dadurch sind wir dort oft nur Gäste und fremd. Wenn ich damals, als der Krieg ausbrach, freiwillig gewählt hätte, wäre ich nicht nach Deutschland gegangen. Hauptsächlich, weil ich nichts über Deutschland wusste und diese Sprache nicht so gern mochte, um sie freiwillig zu lernen. Über Deutschland hatte ich nur Bilder von Gastarbeitern, Krieg und Nazi-Zeit im Kopf.

Doch Deutschland ist eigentlich etwas ganz anderes. Deshalb denke ich heute, dass wir trotz all dieser Hindernisse, diesen Sachbearbeitern im Ausländeramt, im Bezirksamt, wo sie die Menschen unfreundlich oder sogar ausländerfeindlich behandeln, viel geschafft haben in diesem Land. Das spricht für dieses Land. Deshalb würde ich, wenn ich noch mal wählen könnte, gerne nach Deutschland kommen, aber diesmal freiwillig.“

5. Beantworten Sie die Fragen (soweit der Erzähler / die Erzählerin darauf eingeht).

Wie heißt die Person?	Dragena Koric
Woher kommt die Person?	
Wo wurde Sie geboren?	
Wo lebt die Person heute?	
Wie beschreibt die Person die Situation im Herkunftsland?	
Warum ist die Person migriert? Welche Gründe werden genannt?	
Welche Erwartungen hatte die Person in Bezug auf ihr Leben in Deutschland?	
Wie beschreibt die Person den Migrationsweg und die erste Zeit als ‚Migrant(in)‘?	
Was macht die Person heute? Wie stellt sie ihre Situation heute dar?	
Haben sich die Erwartungen der Person erfüllt? Inwiefern (nicht)?	
Ist die Person heute zufrieden mit ihrer Situation? Warum (nicht)?	

HIANICK KAMBA

Hianick Kamba war neun Jahre alt, als seine Eltern mit ihm aus dem Kongo nach Deutschland flüchteten. Der Asylantrag der Eltern wurde neun Jahre lang nicht anerkannt. Über Jahre wurde die Duldung immer nur um zwei Wochen verlängert. Im Sommer 2005 kamen Hianicks Eltern in Abschiebehaft und wurden schließlich in den Kongo abgeschoben. In allerletzter Minute konnte Hianicks Abschiebung verhindert werden. Der Direktor seiner Gesamtschule und seine Mitschüler hatten sich dafür engagiert, dass er mindestens bis zum Abitur in Deutschland bleiben konnte. Hianick ist heute 22 Jahre alt und hat momentan einen Vertrag mit Schalke 04. Er hofft, dass er als Profifußballer in Deutschland leben und arbeiten kann.

„Ich spiele Fußball beim FC Schalke 04. Normalerweise sollte ich nach Afrika zurück, aber die haben gesagt, wenn ich einen Profivertrag kriege, also in der 2. oder 1. Liga spiele, darf ich hier in Deutschland bleiben. Ich muss einen Verein finden. Ich kann nicht viel machen, ich kann einfach nur gut spielen, mich anderen Vereinen gut präsentieren. Es gibt Leute, die kommen und Spiele angucken, und ich hoffe, dass sie auch bei mir gucken kommen. Das ist schlimm, weil man unter Druck steht und bei einem Spiel hundert Prozent geben muss. Man muss richtig gut spielen, damit andere Vereine oder der FC Schalke, wo ich spiele, sagen: „Hier kriegst du einen Profi-Vertrag.“ Aber ich habe auch mal Tage, wo ich schlecht drauf bin und nicht immer gut spielen kann. Unter Druck spielen ist schwer.“

Ich bin in Deutschland, weil meine Eltern Mitte der 90er-Jahre in Afrika, im Kongo, Probleme hatten. Deshalb sind wir nach Deutschland gekommen. Mein Vater hat Asyl beantragt, das wurde abgelehnt, also haben wir den Status der Duldung. Bei einer Duldung kann man jeden Tag abgeschoben werden. Das ist eine kritische Situation, so unter Druck zu leben. Man weiß ja nie, wann man hier raus muss, also das ist schon richtig scheiße. Meine Eltern können ja auch nicht arbeiten gehen. Wir müssen jeden Monat unseren Aufenthalt verlängern.“

Das ist unmöglich. Manchmal auch alle zwei Wochen. Ich habe wegen Fußball bis nächstes Jahr Juli verlängert bekommen, dann muss ich freiwillig nach Afrika.

Freiwillig ist besser, weil ich dann wieder nach Deutschland kommen kann. Wenn ich abgeschoben werde, kann ich nicht mehr nach Deutschland kommen.

Meine Eltern sprechen nicht so gut Deutsch. Ich muss oft übersetzen, und ich muss fast immer zu allen Behörden und Ärzten mitgehen und mir dafür von der Schule freinehmen. Ich habe beim Ausländeramt gefragt:

„Warum können meine Eltern nicht alleine kommen, sie müssen ja nur verlängern, sie brauchen ja nicht viel zu sagen“, aber die vom Amt haben gesagt: „Nein, die ganze Familie muss mitkommen.“ Und das ist nicht einfach, weil sie in der Schule kein Verständnis dafür haben, wenn ich sage, dass ich da übersetzen muss. Aber das klappt schon. Das dauert nicht lange, ungefähr eine halbe Stunde. Wenn viele Leute im Amt warten, dauert es manchmal eine Stunde oder anderthalb Stunden. Dann gehe ich wieder in die Schule. Ich fühle mich dort immer so scheiße, weil in dieser Ausländerbehörde alles so ernst ist. Das ist grausam. Die Beamten, die da arbeiten, lachen nie, das ist einfach traurig. Die Beamten sind genervt. Sie sagen nicht einmal, dass wir uns hinsetzen können, und wir müssen immer stehen und warten. Das ist immer schlimm. Das erleben wir fast jedes Mal, wenn wir dahin gehen.

Wir verstehen das nicht und fragen manchmal, warum wir mal zwei Wochen, mal einen Monat verlängert bekommen. Doch die können das auch nichts so richtig erklären. Wenn wir danach nach Hause gehen, müssen wir erst einmal reden – was sollen wir jetzt tun? Sollen wir wieder warten und warten? Manchmal reden wir stundenlang über alles und fragen uns, was wir in Afrika machen werden, wenn wir dorthin zurückmüssen. Das ist immer dasselbe, und wir finden nie eine Lösung. Das ist wirklich schlimm. Ich habe einen Freund in der Schule, der auch bei mir in der Mannschaft spielt. Er ist mein bester Freund, mit ihm rede ich darüber. Er fragt auch immer, wie es war, und ich erzähle ihm dann alles. Er ist Deutscher. Mit meinem Trainer rede ich auch sehr oft darüber, der fragt auch immer. Sonst keiner.

In der Schule wird man gehänselt. Da sind Leute, die sagen, „Geh lieber zurück“, oder man wird verarscht. Letztes Mal in der Schule haben die Lehrerinnen

gefragt: „Wo warst du?“ Da habe ich gesagt, ich war verlängern und einige haben das mitbekommen und da haben alle gelacht. Ich habe gefragt: „Warum lacht ihr denn? Das ist doch ganz normal, ich bin Ausländer, ich muss immer verlängern gehen, das ist ganz normal.“ Dann sind sie einfach ruhig. Wenn man ausgelacht wird, ist das nicht so schön. Unsere Familie und ich, wir leiden richtig darunter. Das ist richtig schlimm. Wenn man ausgelacht wird, dann ist man einfach nur wütend, denn wir können doch auch nichts dafür, dass wir jeden Monat oder jede zweite Woche verlängern gehen müssen. Letztes Jahr hatte ich eine Klassenlehrerin, sie war richtig nett, hat Verständnis gehabt und wollte auch helfen. Sie hat auch ein paar Briefe an die Ausländerbehörde geschrieben, damit ich in die Schule gehen kann. Aber das hat alles nicht geholfen. Jetzt bin ich in der Oberstufe, da gibt es keine Klassenlehrerin mehr, nur noch eine Beraterin.

Wenn es alle wissen, fragen sie dauernd: „Was ist mit deinem Aufenthalt in Deutschland?“ Das nervt, das will ich auch nicht. Es reicht, wenn mein bester Freund das nachfragt. Wenn die ganze Schule fragt, komme ich selber damit nicht klar.

Meine Eltern haben beide eine Krankheit: Meine Mutter hat zu hohen Blutdruck. Sie ist erst 36 und muss jeden Tag Medikamente nehmen. Wenn sie keine Medikamente nimmt, ist das richtig schlimm.

Wir hoffen ja, dass wir Aufenthalt kriegen, damit es uns wieder ein bisschen besser geht. Ihr geht es nicht gut, sie denkt viel nach und es ist nicht gut, wenn man so viel nachdenkt. Sie hat manchmal tagelang Kopfschmerzen. Sie liegt da und heult wegen der Kopfschmerzen. Manchmal ist ihr auch ein bisschen schwindelig. Das hat mit der Situation zu tun. Sie sagt immer: „Ich will endlich raus aus dieser Misere!“ Sie will endlich umziehen, ein bisschen mehr Geld haben, um ohne Sorge hier in Deutschland zu leben, nicht jeden Tag damit rechnen müssen, dass man abgeschoben wird. Endlich arbeiten dürfen, ein bisschen mehr Geld haben, nicht jeden Tag damit rechnen müssen, abgeschoben zu werden. Ich tröste sie manchmal und sage: „Es wird alles gut, irgendwann einmal wird alles gut“, und sie antwortet: „Wann? Wir sind ja schon lange hier.“ Wir sind jetzt schon fast 13 Jahre hier in Deutschland. Das ist

schon viel. Dann lasse ich sie lieber allein, ich gehe weg, ist wohl besser so. Ich bin von morgens bis abends weg und wenn ich zu Hause bin, dann fühle ich mich immer gut, zum Beispiel samstags gehe ich nie weg. Da bin ich immer zu Hause, habe kein Fußball, kein Training.

Mein Vater hat eine chronische Hepatitis B und muss auch Medikamente nehmen, aber er ist fit, er kann alles machen. Bei ihm ist es nicht so richtig schlimm, er ist oft mit Freunden unterwegs. Ich glaube, er macht sich viel Sorgen um uns, um die Familie, um die Zukunft. Sein größter Wunsch ist, hier in Deutschland bleiben und arbeiten zu können. Dass einfach alles besser wird.

Ich bin mit dem Flugzeug hierhergekommen, zusammen mit einer sehr guten Freundin meines Vaters. Der Flug hat acht Stunden gedauert, bis Frankfurt und dann bis hier nach Essen. Ich war neun. Ich war gespannt, wie Deutschland ist. Ich habe mich natürlich gefreut, dass ich jetzt zu meinen Eltern komme. Ich habe mir vorgestellt, wie mein Leben in Deutschland sein wird. Werde ich klarkommen in der Schule? Wie sehen die Leute da aus? Ich habe gedacht, klar sind die alle weiß, haben alle blondes Haar. Ich war gespannt, alles zu sehen. Meine Eltern wohnten schon in Essen-Kupferdreh. Sie haben mich in Frankfurt abgeholt. Das war einfach riesig, meine Eltern wiederzusehen, das kann man gar nicht richtig beschreiben, ich war einfach sehr froh.

Wir haben in Essen-Kupferdreh gewohnt in einem Ausländerheim, wo viele Ausländer wohnen, die neu angekommen sind. Wir hatten da ein kleines Zimmer für uns drei. Das war eigentlich gut für mich, weil da ganz viele Kinder waren. Wir haben sehr viel gespielt. Die meisten kamen aus Jugoslawien oder Albanien. Ich war ein Jahr in der Grundschule, in der 4. Klasse. Oft wollte ich nicht hingehen, weil alles neu für mich war. Obwohl die Schüler alle nett zu mir waren, war es schwer für mich.

In so einem Wohnheim hat jede Familie einen Raum, nicht größer als 30 qm. Manchmal gab es nur eine Küche und eine Toilette für alle Leute, die da wohnten. In Essen-Kupferdreh waren über 20 Familien, glaube ich, und es gab fünf Duschen und fünf Toiletten für alle. Das war nicht so schön. Man musste immer ein bisschen

laufen, um zu duschen oder zur Toilette zu gehen. Das war anstrengend, weil man morgens ja duschen und dafür durch die Kälte gehen musste. Mein Onkel wohnt immer noch in so einem Heim, das ist richtig klein, er teilt Küche und Toilette mit anderen Leuten.

Das ist nicht einfach. Für die Kinder ist es einfach, weil die sich um so etwas keine Sorgen machen. Wenn sie aus der Schule kommen, dann spielen sie miteinander. Wir haben zwei Jahre dort gelebt. Dann sind wir in eine etwas größere Wohnung umgezogen. Da hatte ich immer noch kein Zimmer für mich. Ich habe bei meinen Eltern geschlafen. Aber wir waren erst mal froh, weil wir unsere eigene Küche, Toilette und Dusche hatten. Das war schön. Da haben wir drei Jahre gewohnt. Dann sind wir wieder umgezogen, in eine noch größere Wohnung. Da hatte ich mein eigenes Zimmer. Ja, bis jetzt leben wir da und das ist okay.

Im Kongo habe ich Basketball gespielt. Ich habe auch Leichtathletik gemacht, und als ich hier nach Deutschland kam, habe ich mir gesagt, probier mal etwas anderes aus, probier mal Fußball. Da war so ein kleiner Verein in Essen-Kupferdreh, da bin ich hingegangen und habe gesagt: „Ich möchte hier spielen.“ Da haben die gesagt:

„Kein Problem.“ Ich musste da fünf Mark im Monat bezahlen. Ich bin zu meinen Eltern gegangen und habe gesagt: „Ich möchte Fußball spielen. Könnt ihr mir Fußballschuhe besorgen? Und ihr müsst fünf Mark im Monat bezahlen.“ Sie haben gesagt: „Wenn du Fußball spielen möchtest, ist das kein Problem.“ Dann habe ich da im FSV Kupferdreh angefangen, Fußball zu spielen. Schöne Zeiten, da habe ich richtig Spaß gehabt. Es war einfach nur geil, Fußball zu spielen. Als wir umgezogen sind, war da ein anderer Verein. Da bin ich auch einfach hingegangen und habe gesagt: „Ich möchte hier spielen.“ Und sie haben sofort ja gesagt. Das waren super Zeiten.

Dann war ich bei der Kreisauswahl, da spielen die besten Spieler aus dem Kreis gegen andere Kreise. Wir alle mussten trainieren und die Trainer müssen am Ende sagen, wer spielt. Das waren 18 Mann von 100, und ich war dabei. Dann habe ich in

Duisburg-Wedau auf einem Turnier gespielt. Wenn ein Turnier stattfindet, sind ganz viele Sichter von größeren Vereinen wie Dortmund, Leverkusen oder Schalke dabei. Sichter gehen Spieler gucken.

Die Sichter von Schalke haben mich da gesehen. Ich wusste wirklich nicht, dass da Sichter sind, ich war 13 oder 14. Ich habe gut gespielt, hab sogar ein Tor gemacht. Eine Woche später kommt ein Mann mit Schalke-Sachen und fragt: „Wer ist hier Hianick Kamba?“ Ich habe gesagt: „Das bin ich.“ Und er sagt: „Ich bin von Schalke. Können wir mit dir reden?“ Ich dachte, das ist eine Verarschung. Wollen die mich verarschen von Schalke? Was wollen die denn von mir? Doch die hatten mich schon seit Wochen gesucht. Dann sind wir nach Hause gefahren, und sie haben zu meinen Eltern gesagt: „Wir haben euren Sohn beobachtet. Wir finden ihn gut und wollen, dass er zu Schalke kommt.“ Ich war richtig froh, ich habe gesagt: „Das gibt's nicht!“ Aber das gab's wirklich, und das war wirklich super, weil ich, als ich nach Deutschland kam, direkt Schalke-Fan war.

Ich hatte viele Kinder gesehen, die Bayern- oder Dortmund-Fans waren, und ich hatte immer gefragt: „Gibt es denn keine anderen Vereine?“ Einmal habe ich mit meinen Eltern Schalke-Sachen gesehen und direkt gesagt:

„Ich möchte so was haben.“ Meine Eltern haben mir die Schalke-Sachen gekauft und seitdem war ich Schalke- Fan. Ein paar Jahre später kommt ein Sichter von Schalke und will mich haben! Ich dachte, ich spinne. Das war riesig! Dann habe ich mein erstes Jahr bei Schalke gespielt. Das war auch gut. Ich habe ein paar richtig gute Spiele gemacht. So ging es weiter, bis jetzt.

Bei Schalke ist das so: Wenn man nicht gut ist, wird man rausgeschmissen. Am Ende der Saison sagen die Leute von Schalke, ob du nächstes Jahr weiter bei Schalke spielst oder ob du dir einen neuen Verein suchen musst.

Bei mir haben die immer gesagt: „Du bist nächstes Jahr dabei, du bist nächstes Jahr dabei!“ Das ist jetzt schon meine sechste Saison bei Schalke. Das ist die höchste Liga bei den A-Junioren, unter 19 Jahre alt. Ich spiele in der Bundesliga West. Ich habe ja gesagt, dass ich ein paar Probleme wegen meines Aufenthalts in Deutschland

habe. Das ist jetzt mein letztes Jahr bei den Jugendlichen. Nach diesem Jahr muss ich es in die Senior-Mannschaft schaffen. Dazu brauche ich einen Profivertrag. Entweder 2. oder 1. Liga, darunter geht es nicht. Jetzt suche ich einen Verein, der mir einen solchen Vertrag gibt. Ich habe meinem Trainer erzählt, wie meine Situation aussieht. Daraufhin hat mein Trainer zu meiner Mannschaft gesagt, die sollen einen Brief an Rudi Assauer schreiben, das ist der Manager von Schalke. Die Mannschaft hat den Brief geschrieben. Sie haben gesagt: „Wir haben einen Mitspieler, der schon seit sechs Jahren bei Schalke spielt, ein ganz Guter. Er hat Probleme mit seinem Aufenthalt. Können Sie was machen?“ Der hat herumtelefoniert und hat erfahren, dass ich nur mit einem Profivertrag in Deutschland bleiben kann. Sie wollten mir auch erst einen Profivertrag geben, aber das ging nicht, weil ich mit einem Profivertrag nicht mehr in meiner Mannschaft spielen darf. Mit Vertrag darf ich nur in der 1. Liga spielen. Er meinte, das wäre ein bisschen zu früh für mich. Der Leiter der Jugendabteilung hat den Vorschlag gemacht, bis Saisonende zu spielen und dann freiwillig nach Afrika zu gehen, um dann nach Deutschland zurückzukommen. Dann muss Schalke alle Verpflichtungen für mich übernehmen, das heißt: Krankenkasse, Lebens- unterhalt und so was. Vor ein paar Tagen hat der Leiter der Jugendabteilung eine Verpflichtungserklärung unterschrieben, dass sie alles übernehmen. Jetzt darf ich bis Juni in meiner Mannschaft spielen und dann muss ich entweder einen neuen Verein finden oder Schalke sagt: „Wir geben dir einen Profivertrag.“ Ich bin noch ein bisschen unsicher dabei. Die sagen zwar: „Wir geben dir einen Profivertrag“, aber so 100 Prozent sicher bin ich nicht. Heutzutage einen Profivertrag zu kriegen, ist nicht einfach. Sie sagen das vielleicht nur, oder sie suchen mir einen anderen Verein in der 2. Liga, wo ich spielen kann. Aber ich weiß nicht, ob sie das auch wirklich machen. Ich habe ein komisches Gefühl dabei. Aber wenn sie das wirklich machen, das wäre super. Ich würde mich wirklich freuen. Ich befürchte aber, dass ich nach Afrika gehe und nicht mehr zurückkommen kann.

Am Anfang der Saison kam ich damit nicht klar. Ich hab gedacht, dass ich jedes Spiel gut spielen, immer Gas geben muss, im Training besser als die anderen sein muss. Dann ist man dermaßen unter Druck, dass man schlecht spielt und unsicher

wird. Wenn du ein Spiel nicht gut spielst, dann denkst du wieder: „Scheiße, was habe ich gemacht? Das nächste Spiel muss besser werden!“ Dann ist da noch mehr Druck. Im Moment geht es mir eigentlich gut. Ich bin gut in Form beim Fußball. Ich gebe wirklich Gas, das sagt auch mein Trainer. Aber ich weiß nicht, ob das bis nächstes Jahr, also bis zum Ende der Saison bleibt. Am besten wäre es, im nächsten Jahr einen Verein zu finden, das wäre super. Wenn nicht, habe ich richtig Angst.

Ich habe letztens eine Reportage über Afrika gesehen, über Kongo, mein Heimatland. Das ist nicht so schön, wie die da leben. Außerdem habe ich in Afrika nur meine Oma. Und meine Oma ist ja nicht mehr so jung. Sonst habe ich nur eine Tante, die viel für ihre Kinder arbeiten muss. Ich habe wirklich keine Ahnung, was ich in Afrika machen soll. Auch in der Schule stehe ich unter Druck, weil ich mich im Moment mehr auf Fußball konzentriere, um einen Profivertrag zu kriegen. Die vom Verein haben gesagt, ich sollte mit der Schule aufhören und mich nur auf Fußball konzentrieren. Ich habe mir gesagt, das mache ich nicht. Ich gehe weiter in die Schule, vielleicht bringt mir das nichts, aber ich will trotzdem in die Schule gehen. Wenn man aber solche Sachen im Kopf hat, denkt man, lieber trainiere ich länger, als ein paar Bücher zu lesen. Fußball ist im Moment wichtiger für mich als Schule.

Wenn man in ein anderes Land geht, ist es immer schwer, sich zu integrieren. Ich habe es geschafft, weil ich glaube, dass ich ein netter Mensch bin und mit allen gut umgehen kann. Ich fühle mich wohl hier in Essen, sehr wohl sogar. Ich glaube, Essen ist super für mich. Ich könnte weinen bei dem Gedanken, hier wegzumüssen. Ich könnte nicht woanders leben, glaube ich. Das letzte Mal hat der Leiter von Schalke zu meinem Trainer gesagt:

„Der muss zurück in seine Heimat“, also nach Afrika, und mein Trainer meinte: „Nein, seine Heimat ist hier in Deutschland.“ Da habe ich gedacht: „Das stimmt eigentlich. Ich lebe schon lange hier und fühle mich richtig wohl. Das ist eigentlich meine Heimat hier.“ Ich war richtig überrascht, dass der gesagt hat, dass meine Heimat hier in Deutschland ist.“

6. Beantworten Sie die Fragen (soweit der Erzähler / die Erzählerin darauf eingeht).

Wie heißt die Person?	Hianick Kamba
Woher kommt die Person?	
Wo wurde Sie geboren?	
Wo lebt die Person heute?	
Wie beschreibt die Person die Situation im Herkunftsland?	
Warum ist die Person migriert? Welche Gründe werden genannt?	
Welche Erwartungen hatte die Person in Bezug auf ihr Leben in Deutschland?	
Wie beschreibt die Person den Migrationsweg und die erste Zeit als ‚Migrant(in)‘?	
Was macht die Person heute? Wie stellt sie ihre Situation heute dar?	
Haben sich die Erwartungen der Person erfüllt? Inwiefern (nicht)?	
Ist die Person heute zufrieden mit ihrer Situation? Warum (nicht)?	

7. Lesen Sie den Text und notieren Sie wichtige Informationen. Vergleichen Sie mit einem Partner / einer Partnerin. Haben Sie die gleichen Informationen notiert?

Bikulturelle Ehen und Beziehungen

Mit der Globalisierung und der Migration nimmt die Zahl bikultureller Partnerschaften ständig zu. In Deutschland sind 4% der Einheimischen mit Ausländern verheiratet. In Frankreich ist jede fünfte Ehe bikulturell, das sind 20%, und in der Schweiz sind es etwa 35%. Fast jeder dritte Schweizer heiratet eine Ausländerin, fast jede vierte Schweizerin einen Ausländer. 65% der ausländischen Partner bzw. Partnerinnen von Schweizern stammen aus europäischen Ländern, 35% sind aus nicht-europäischen Ländern. Interessant ist auch die Tatsache, dass bikulturelle Beziehungen etwas stabiler sind als andere: 45% der Ehen zwischen Schweizerinnen und Schweizern werden wieder geschieden, aber nur 39% der Ehen, bei denen einer der Partner aus dem Ausland kommt.

Trotzdem ist die Situation in bikulturellen Beziehungen nicht immer einfach. Was ist bei bikulturellen Paaren anders? In diesen Beziehungen verlässt oft eine Person ihr Heimatland und damit auch ihre Familie und die Freunde und lebt dann mit dem neuen Partner oder der Partnerin zusammen. Nach dem ersten Stadium der Verliebtheit können daher schnell Probleme auftauchen, mit denen die beiden nicht gerechnet haben. Gründe für Probleme sind vor allem Geld und Arbeit, Sprache und Kommunikation, Heimweh und psychisches Wohlbefinden, aber auch die Religion. Dazu kommen oft Probleme mit den Behörden, z. B. wegen der Aufenthalts- und Arbeitserlaubnis.

Wenn ein Ausländer oder eine Ausländerin am neuen Ort keine Arbeit findet, kann dies das Gleichgewicht in der Beziehung schnell stören. Vor allem Männer haben oft Probleme, wenn sie von ihrer Partnerin finanziell abhängig sind. Daher kann eine gute Arbeit und ein offenes Klima am Arbeitsplatz die Integration in einer neuen Umgebung sehr positiv beeinflussen.

Eine wichtige Rolle spielt auch die Sprache. Es entstehen schnell Konflikte, wenn die Partner einander sprachlich nicht verstehen, wenn einer der beiden die Sprache der anderen Person bzw. die Sprache der Umgebung nicht so gut beherrscht. Für die Kinder dagegen kann eine bikulturelle Ehe, in der die Eltern verschiedene Sprachen sprechen, eine Chance sein. Sie lernen meist ohne Probleme mehrere Sprachen.

Viele Menschen, die in eine neue Welt auswandern, denken oft an ihre Heimat und werden dabei traurig. Sie haben ihre alte Welt im Kopf noch nicht verlassen. Gegen Heimweh hilft ein soziales Netz mit neuen Freunden und Freundinnen. Auch die Integration in einen Sportverein, wo meist ein offenes Klima herrscht, kann helfen. Wichtige Faktoren für die Integration sind auch religiöse Werte und Vorstellungen.

Insgesamt kann man sagen, dass für viele bikulturelle Paare das Zusammenleben in einem neuen Land eine große Chance sein kann. Vor allem dann, wenn beide bereit sind, offen auf die Probleme der neuen Umgebung und die Probleme des Partners oder der Partnerin einzugehen.

8. Was wird im Text gesagt?

Richtig oder falsch? Kreuzen Sie an.		Richtig	Falsch
1.	Im Text steht, dass mehr als die Hälfte der ausländischen Partner/Partnerinnen, die Schweizer oder Schweizerinnen heiraten, aus Europa kommen.		
2.	Interessant ist auch die Tatsache, dass bikulturelle Ehen häufiger geschieden werden als Ehen zwischen Schweizerinnen und Schweizern.		
3.	Frauen haben mehr Probleme, vom Partner finanziell abhängig zu sein, als Männer.		
4.	Bikulturelle Ehen sind für Kinder ein großes Problem, weil sie mehrere Sprachen lernen müssen.		
5.	Insgesamt kann man sagen, dass das Zusammenleben von Partnern aus verschiedenen Kulturen eine große Chance sein kann.		

**9. Notieren Sie Positives und Negatives in bikulturellen Beziehungen.
Vergleichen Sie Ihre Notizen mit einem Partner / einer Partnerin und ergänzen Sie. Berichten Sie über die Situation in Ihrem Land.**

+ gute Arbeit

- finanzielle Abhängigkeit

10. Ergänzen Sie die Sätze.

Arbeit • Arbeitserlaubnis • Beziehungen • Beispiel • fremdes • ersten • Geld • gut • mit • neue • Paare • Probleme • Sprache • verlässt • versteht

Bei bikulturellen Paaren ist vieles anders. In bikulturellen Beziehungen (1) geht eine Person von zu Hause weg und _____ (2) ihre Familie und die Freunde. Sie zieht in ein _____ (3) Land, wo der neue Freund oder die _____ (4) Freundin wohnt. An diesem Ort lebt sie dann _____ (5) dem Partner oder der Partnerin zusammen. Das kann _____ (6) gehen, aber sehr oft gibt es nach den _____ (7) Wochen oder Monaten auch Probleme. Für diese _____ (8) gibt es verschiedene Gründe. Sehr oft ist das _____ (9) ein Grund, warum erste Probleme auftauchen, zum _____ (10) dann, wenn einer der beiden Partner keine _____ (11) findet und deshalb finanziell vom anderen abhängig ist. Aber auch die _____ (12) kann ein Problem sein, wenn einer die Sprache des anderen nicht _____ (13) oder nur sehr schlecht spricht. Dazu kommen oft Probleme mit den Behörden, z.B. wegen der Aufenthalts- oder _____ (14). Trotzdem kann man sagen, dass das Zusammenleben in einem neuen Land für viele _____ (15) eine große Chance sein kann.

EINHEIT 4. Wendepunkte

1. Lesetechniken anwenden – Lesen Sie den Text und sammeln Sie Informationen zu den Fragen:

A Was zeichnet einen Lebenstraum aus?

B Welche Eigenschaften braucht man, um einen Lebenstraum zu verwirklichen?

TIPP:

Vor dem Lesen

Haben Sie die Fragen verstanden? Formulieren Sie die Fragen A und B in eigenen Worten.

Beim Lesen

Unterstreichen Sie alle Informationen, die für die Fragen A und B wichtig sind.

Träume werden Wirklichkeit

Hannes und Grit Thomsen von „Realdream“ helfen, Träume zu verwirklichen. Dabei geht es aber nicht um Träume wie *Einmal im Leben einen Ferrari fahren*. „Das sind eher Wünsche“, sagt Grit Thomsen, „sie sind einmalig und nicht dauerhaft. Lebensträume haben eine ganz andere Dimension. Sie wirken sich auf den gesamten Lebensstil, auf Beruf und Familie, sogar auf die Persönlichkeit des Menschen aus.“ Ein Beispiel: Jemand träumt von einem ruhigen Leben als Bauer in den Bergen, die Person lebt aber in der Großstadt und arbeitet in einem Großraumbüro. Um den Traum zu verwirklichen, müsste alles Bisherige und Bekannte zurückgelassen werden. „Zu Beginn ist am wichtigsten, danach zu fragen, woher der Lebenstraum kommt. Ist es wirklich mein Traum oder kopiere ich einen Traum von anderen oder aus den Medien?“, so die Beraterin. Schritt 1 heißt also: Wie sieht mein eigener Traum genau aus? Schritt 2: Was muss ich dafür ändern und will ich das? Schritt 3: Wie stelle ich mir die konkrete Umsetzung vor? „Wir realisieren die Träume nicht. Wir unterstützen Personen dabei“, sagt das Ehepaar Thomsen. Wer den

eigenen Traum verwirklichen will, muss zuerst einmal überzeugt sein, das Richtige zu tun. Dann braucht man eine gute Portion Mut und Selbstbewusstsein, um den Traum Schritt für Schritt umzusetzen. Das soziale Umfeld sollte auf jeden Fall integriert werden. Familie und Freunde sind oft die größte Hilfe. Und man muss mit Niederlagen leben können. Nicht jeder Schritt klappt sofort. Man muss sehr realistisch denken, um einen Traum zu verwirklichen. Hartnäckigkeit, aber auch die Leidenschaft für den eigenen Traum sind sehr hilfreich für die Umsetzung. Viele Lebensträume hat das Ehepaar Thomsen begleitet: von der Auswanderung nach Kanada bis hin zum Schreiben eines Krimis. Viel wichtiger ist ihnen aber, Menschen in der Beratung vor Illusionen und späteren Enttäuschungen zu bewahren.

Nach dem Lesen

Überprüfen Sie die Informationen, die Sie gefunden haben, mit den Aussagen in **Aufgabe 1.**

2. Lesen Sie die Aussagen 1 bis 5. Was wird im Text gesagt?

Richtig oder falsch? Kreuzen Sie an.		Richtig	Falsch
1.	Es gibt einmalige und langfristige Lebensträume.		
2.	Wer seinen Lebenstraum umsetzen will, muss viele Lebensbereiche ändern.		
3.	Die Berater sagen den Personen, was das Richtige für sie ist.		
4.	Wer ehrgeizig und leidenschaftlich ist, kann seinen Traum verwirklichen.		
5.	Wer seinen Traum umsetzen will, braucht oft die Unterstützung von Familie und Freunden.		

Glück gehabt? Bitte melden!

3. Lesen Sie den Text. Wie funktioniert die Meldestelle für Glücksmomente?

ST. MORITZER

Samstag, 27. Januar

NACHRICHTENBLATT ONLINE-AUSGABE DER TAGESZEITUNG

Meldestelle für Glücksmomente eröffnet

Meldestelle für Glücksmomente. Hans Gillan sitzt in einem alten Ledersessel. In der Ecke stehen ein alter Tisch und ein Bürostuhl aus Holz. Auf dem Tisch sieht man einen Hasen aus Stoff und einen Affen aus Stein. Das Wichtigste aber ist die alte Schreibmaschine. Damit sammeln die Propheten die Glücksmomente, die sie als E-Mail oder telefonisch bekommen.

Geteiltes Glück

Glück haben allein reicht nicht, man muss es auch noch merken, sagt Glückssammler Felix von Finsteran. Am besten sogar sammeln, melden und weiterverbreiten. Viel zu lange ist vor allem das Unglück studiert worden, fürs Glück hingegen fühlte sich niemand zuständig. Das soll sich nun mit der neu eröffneten Meldestelle für Glücksmomente ändern. Eine spannende Sache, handelt es sich doch beim Glück um etwas, das sich auf eine besondere Art verbreitet und vermehrt, wenn man es teilt.

Glückswissenschaft

In der Meldestelle beschäftigen sich zehn jugendliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einmal wöchentlich mit der „Angewandten Glückswissenschaft“. Sie sind der Meinung, dass Glücklichsein ebenso geübt werden muss wie das Konjugieren von Verben. Glücksmomente sollen helfen, das zu sehen, was gelingt, und nicht, was nicht funktioniert.

Ideen und Visionen

Die Glückswissenschaftler haben Ideen gesammelt, wie man das Glück unter die Menschen bringen kann: Bärbel Malecki plant die Verbreitung von Glücksmomenten in Taschen, die um die Welt reisen. Richard Klag ist auf der Suche nach einem Bahnhof, um über den Lautsprecher Glück zu verkünden. Und Bernhard Zängeli träumt von einem Eintrag ins Guinness-Buch der Rekorde: die längste Liste von Glücksmomenten.

Und Ihr Glücksmoment? Schreiben Sie an:

Meldestelle für Glücksmomente,

glueckrosegold@lich.ch

4. Lesen Sie die Aussagen 1 bis 6. Was wird im Text gesagt?

Richtig oder falsch? Kreuzen Sie an.		Richtig	Falsch
1.	Die Leute können ihre Glücksmomente auch per Telefon melden.		
2.	F. von Falkenstein meint, dass viele Menschen sich mit dem Glück beschäftigen.		
3.	Das Glück wird nicht größer, wenn man es für sich behält.		
4.	Die Meldestelle ist jeden Tag besetzt.		
5.	Die Glückssammler glauben, dass man Glücklichsein nicht trainieren muss.		
6.	Die Glückssammler wollen einen Weltrekord aufstellen.		

5. Wie funktioniert die Meldestelle? Ordnen Sie.

1. ___ Die Glückssammler notieren oder formulieren die Glücksmomente der Leute neu.

2. ___ Die Leute schicken eine E-Mail mit einem Glücksmoment.

3. ___ Die Mitarbeiter treffen sich einmal die Woche und lesen die E-Mails und

die Post und hören die Ansagen auf dem Anrufbeantworter.

4. ____ Einer schreibt die E-Mails mit der Schreibmaschine auf eine lange Liste.
Die anderen überlegen,

wie sie die Meldungen weiterverbreiten können.

5. ____ Sie haben die Idee, Taschen auf die Reise zu schicken oder Durchsagen im Bahnhof zu machen.

6. ____ Sie sammeln die Glücksmomente.

6. Glücksmomente. Ordnen Sie die Sätze 1 bis 9 A bis D zu. Ergänzen Sie die dritte Spalte.

1. Als mein Sohn eine Stelle bekam.
2. Als ich in meine erste eigene Wohnung zog.
3. Als der FC Bayern das letzte Mal gewann.
4. Wenn ich vor Lachen Bauchschmerzen bekomme.
5. Als ich vom Fahrrad fiel und ganz viele Schutzengel hatte.
6. Dass es mir gut geht – ohne ihn.
7. Die gemeinsame Freude über zwanzig Jahre Freundschaft.
8. Als mein Teddy gesund und erholt aus München zurückkam.
9. Dass ich mich mit meinen Kollegen am Arbeitsplatz wieder gut verstehe.

		Sätze	Meine Glücksmomente
A	Wichtige Momente	1,	
B	Erfolgsgeschichten		
C	Glück im Unglück		
D	Humor		

7. Schreiben Sie einen Bericht über einen persönlichen Glücksmoment.

8. Lesen Sie den Text.

Raus mit der Sprache

„Eine warme Suppe wäre heute wunderbar“, sagt die dreijährige Paula und schaut in die erstaunten Gesichter ihrer Eltern. Bisher hatte Paula doch nur in sehr verkürzten Sätzen gesprochen und nun das: Eine Äußerung, klar gegliedert und alle Wörter korrekt an ihrem Platz. Sogar einen Konjunktiv hat Paula eingebaut. Was ist passiert?

Kinder orientieren sich an ihrer Umwelt, und das vom ersten Tag an. Mit sechs bis acht Wochen nehmen sie schon vieles wahr, auch wenn sie noch lange nicht sprechen. Sie hören den Erwachsenen ganz genau zu. Und was sie hören, ist etwas ganz anderes als klar getrennte Wörter und korrekte Endungen, sondern eher Äußerungen wie „IsnochKaffeinnaDose?“ oder „DaisOma“. Trotzdem verstehen sie uns.

Mit zwei bis sechs Monaten entwickeln Babys die ersten Laute, die sich deutlich vom Schreien unterscheiden, meist sind es Vokale, aber auch die ersten Silben werden produziert. Inzwischen kann ein Kind auch das Lachen bewusst einsetzen und versteht die Bedeutung von Gebärden.

Nun folgt eine Phase, auf die die meisten Eltern sehnstüchtig warten. Die Kleinen spielen mit den Silben und bauen sie aneinander. „Bebe“ und „Tata“ werden von den Großen als Training hingenommen, bei „Mama“ und „Papa“ werden Eltern euphorisch und unterstellen, dass diese Wörter mit Absicht ausgesprochen werden. Dies ist allerdings im Alter von fünf bis neun Monaten noch nicht der Fall.

Es dauert jetzt aber nicht mehr lange, bis die Kinder die ersten Wörter bilden. In ersten Einwortäußerungen wählen sie vor allem Wörter aus, die für sie besonders wichtig sind wie „schlafen“ und „essen“. In ihren ersten 18 Monaten können Kinder nicht nur die ersten 50 Wörter sprechen, sondern damit auch ihre ersten Fragen stellen, Dinge benennen oder Kommandos geben. Sie wissen, was die Wörter

bedeuten und nach dem ersten Grundwortschatz folgt eine wahre Wort-Explosion, in der bis zum 20. Monat etwa 200 Wörter aktiv verwendet werden.

Bei den Wörtern geht es rasant weiter. Zwischen zwei und fünf Jahren bauen die Kinder ihren Wortschatz bis auf 3.000 Wörter aus. Sie beschränken sich dabei nicht auf Alltagswörter, sondern probieren auch viele Begriffe aus, von denen sich Eltern fragen, wo sie sie denn her haben, wie z.B. „positiv“ oder „Begeisterung“. Diese Frage ist für Sprachforscher nach wie vor ungeklärt. Sicher ist aber, dass Kinder alle Quellen nutzen, die sie bekommen können, das Fernsehen genauso wie Gespräche in der Straßenbahn.

Aus den ersten einzelnen Wörtern werden schon bald einfache Zweiwortsätze. Wenn Kinder „mehr holen“ oder „Ball haben“ sagen, haben die Erwachsenen aber oft ihre Mühe, zu verstehen, was sie sagen wollen. Die Äußerungen sind kontextabhängig und mehrdeutig. Der Ball ist eben nicht nur der Ball, sondern auch eine Orange oder eine Murmel. Und so kann es schon einmal zu Missverständnissen kommen.

Ab dem dritten Lebensjahr werden Verben, Präpositionen, Adjektive und Pronomen verwendet. Vollständige Sätze sind nun keine Seltenheit mehr. Auch wenn Kinder eigene Sätze bilden können, so spielt das Imitieren von Aussprache oder ganzer Phrasen hier wie bei den Ein- und Zweiwortäußerungen immer noch eine große Rolle. Und so kommt es zu diesen ungewöhnlich erwachsen klingenden Bemerkungen wie: „Du siehst heute einfach traumhaft aus.“

Bis zum fünften Lebensjahr erscheint der Spracherwerb weitestgehend abgeschlossen. Trotzdem kämpfen die Kinder mit der Grammatik. Dass es in der Sprache *Autos*, aber keine *Messers* gibt oder dass Opa nicht in die Stadt *gegeht* ist, muss verstanden und oft trainiert werden. Mit dem sechsten Lebensjahr erreicht der Mensch eine „sensible Phase“, nach der Sprache nie wieder erworben werden kann wie die Muttersprache. Die weiteren Sprachen werden anders wahrgenommen als die erste Sprache, und so haben Chinesen mit dem *r* und *l* ihre Mühe und Deutsche kämpfen mit dem englischen *th*. Ein Trost bleibt: Später können wir Regeln leichter lernen und korrekter anwenden. Fähigkeiten der Kleinkinder, die wir aber wieder

erlernen können, sind, hemmungslos zu sprechen, viele Fehler zu machen und aus ihnen zu lernen. Also: Raus mit der Sprache!

9. Notieren Sie Stichworte zu den Phasen. Was passiert beim Sprachenlernen?

6 bis 8 Wochen _____

2 bis 6 Monate _____

5 bis 9 Monate _____

10 bis 20 Monate _____

ab 2 Jahren _____

ab 3 Jahren _____

ab 5 Jahren _____

10. Berichten Sie von den Phasen des Spracherwerbs. Erklären Sie sich die Phasen abwechselnd zu zweit. Benutzen Sie dabei Ihre Notizen aus 9.

QUELLENVERZEICHNIS

1. Bräunig A. Gesunde Ernährung: Wer ausgewogen isst, bleibt fit! *Gesundheit in Deutschland* : Webseite. URL : <https://www.pasch-net.de/de/pas/cls/leh/unt/dst/21407230.html>
2. Fast Food – Besser als sein Ruf? Lesetext. *Aspekte junior B1 plus* : URL : https://www.derdiedaf.com/_files_media/downloads/aspekte-junior_b1plus_lesetext_k3_m2.pdf
3. Fit für den Morgen? Lesetext. *Aspekte neu B2* : URL : https://www.derdiedaf.com/_files_media/downloads/aspekte-neu_b2_arbeitsblatt_k6_m3_2.pdf
4. Grosser R., Klett E. Jetzt wird's lecker: Schweizer Schokolade. : URL : https://www.derdiedaf.com/_files_media/downloads/Arbeitsblatt_Schweizer_Schokolade.pdf
5. Ist Freizeit noch freie Zeit? Lesetext. *Aspekte neu B1 plus* : URL : https://www.derdiedaf.com/_files_media/downloads/aspekte-neu_b1plus_lesetext_k4_Loes.pdf
6. Lesetexte mit Aufgaben / Müller M., Rusch P., Scherling T., Schmitz H., Wertenschlag L. *Netzwerk B1 Leseaufgaben* : Webseite. URL : <https://www.derdiedaf.com/unterrichtsmaterial/erwachsene/b1/lese-hoerverstehen/>
7. Migrationsgeschichten. *migration-audio-archiv.de* : Webseite. URL : https://www.derdiedaf.com/_files_media/downloads/Migrationsgeschichten_als_Text.pdf
8. Raus mit der Sprache. Lesetext. *Aspekte neu B2* : URL : https://www.derdiedaf.com/_files_media/downloads/aspekte-neu_b2_lesetext_k2_Loes.pdf
9. Träume werden Wirklichkeit. Lesetext. *Aspekte junior B1 plus* : URL : https://www.derdiedaf.com/_files_media/downloads/aspekte-junior_b1plus_lesetext_k1_m1.pdf
10. Zeh J. Süßigkeit mit hoher Anziehungskraft. *FAKten & MYTHEN* : Webseite. URL : https://www.n-tv.de/wissen/Fakten_und_Mythen/Schokolade-macht-nicht-nur-gluecklich-article11945541.html
11. Zurück in die Heimat. Lesetext. *Aspekte neu B2* : URL : https://www.derdiedaf.com/_files_media/downloads/aspekte-neu_b2_lesetext_k1_1_Loes.pdf

НАВЧАЛЬНЕ ВИДАННЯ

Lesetexte

mit Aufgaben

Verfasserin O. Shmyrko

Підписано до друку 19.04.2019 р.

Формат 60x84\8

Гарнітура Times New Roman.

Папір офсетний. Друк офсетний.

Ум. друк. арк. 8,84.

Тираж 50 прим.

Замовлення № 237.

Віддруковано ТОВ «Друкарня «Рута»
(свід. Серія ДК №4060 від 29.04.2011 р.)

м. Кам'янець-Подільський, вул. Руслана Коношенка, 1
тел. 0 38 494 22 50, druk ruta@ukr.net