

TRANSCRIPT · EPISODE 01

Slow Listening - The Secret to Fast English Fluency

Line-by-line · English + Deutsch

151 lines

Your English Toolbox

Hey, English Toolbox fam.

Hey, English Toolbox Familie.

We are so excited to have you back today for an episode that's going to change the way you think about language learning.

Wir freuen uns so sehr, dass ihr heute wieder dabei seid für eine Episode, die eure Sicht auf das Sprachenlernen verändern wird.

Welcome back.

Willkommen zurück.

Today, we're going to dive into a topic that might sound like a paradox, but it's a powerful secret to fluency.

Heute werden wir in ein Thema eintauchen, das wie ein Paradoxon klingt, aber es ist ein kraftvolles Geheimnis für Flüssigkeit.

Exactly.

Genau.

The title of today's episode is Slow Listening Makes Your English Stronger and Faster.

Der Titel der heutigen Episode ist Langsame Hörübungen machen dein Englisch stärker und schneller.

It sounds a bit strange, but we're going to explain why taking things slowly at first is the fastest way to get to your goals.

Es klingt ein bisschen seltsam, aber wir werden erklären, warum es der schnellste Weg ist, eure Ziele zu erreichen, wenn man am Anfang langsam macht.

We're talking about building a solid foundation, trusting the process, and staying motivated by focusing on a pace that actually helps you learn.

Wir sprechen darüber, eine solide Grundlage zu schaffen, dem Prozess zu vertrauen und motiviert zu bleiben, indem wir uns auf ein Tempo konzentrieren, das tatsächlich hilft zu lernen.

Forget the feeling of getting lost in a fast conversation.

Vergesst das Gefühl, in einem schnellen Gespräch verloren zu gehen.

We're going to show you a better way.

Wir werden euch einen besseren Weg zeigen.

This is going to be incredibly useful.

Das wird unglaublich nützlich sein.

And to help us explore this idea, we have our fantastic guest back with us who has some brilliant personal experience with this.

Und um uns zu helfen, diese Idee zu erkunden, haben wir unseren fantastischen Gast wieder bei uns, der einige brillante persönliche Erfahrungen damit hat.

Let's give a huge English Toolbox welcome back to Poppy.

Lasst uns Poppy mit einem riesigen Willkommen zurück im English Toolbox begrüßen.

Hi, everyone.

Hallo, zusammen.

It's so great to be back.

Es ist so toll, wieder hier zu sein.

I'm really excited to talk about this because it connects directly to something I've been doing in my own language learning journey with Spanish.

Ich freue mich wirklich darauf, darüber zu sprechen, weil es direkt mit etwas verbunden ist, das ich in meiner eigenen Sprachlernerfahrung mit Spanisch mache.

That's perfect.

Das ist perfekt.

Poppy, you're currently studying Spanish, right?

Poppy, du studierst gerade Spanisch, richtig?

And you've been doing some language exchange activities?

Und du machst einige Sprachaustauschaktivitäten?

[laughs].

[lacht].

That's right.

.....
Das stimmt.

I'm taking part in a tandem language exchange program at my university.

.....
Ich nehme an einem Tandem-Sprachaustauschprogramm an meiner Universität teil.

Um, I help a Spanish student with their English, and they help me with my Spanish.

.....
Ich helfe einem spanischen Studenten mit seinem Englisch, und er hilft mir mit meinem Spanisch.

We meet up for coffee and just talk.

.....
Wir treffen uns auf einen Kaffee und reden einfach.

It's a great way to practice.

.....
Es ist eine großartige Möglichkeit, zu üben.

So, how does that connect to this idea of slow listening?

.....
Wie hängt das mit der Idee des langsamen Hörens zusammen?

Well, when we do it, it feels so natural.

.....
Nun, wenn wir das machen, fühlt es sich so natürlich an.

We both speak slowly.

.....
Wir sprechen beide langsam.

I'm listening carefully to my partner, and they are listening carefully to me.

.....
Ich höre meinem Partner aufmerksam zu, und er hört mir aufmerksam zu.

[laughs].

.....
[lacht].

We take our time with each word.

.....
Wir nehmen uns Zeit für jedes Wort.

I'm not worried about my accent or making a mistake because we are both focused on making sure we understand each other.

.....
Ich mache mir keine Sorgen über meinen Akzent oder Fehler, weil wir beide darauf konzentriert sind, sicherzustellen, dass wir uns verstehen.

No one is trying to speak quickly, like, we're both learning, and we want the other person [laughs] to succeed.

Niemand versucht, schnell zu sprechen, wir lernen beide, und wir wollen, dass die andere Person [lacht] Erfolg hat.

It creates a space of trust and patience.

Es schafft einen Raum des Vertrauens und der Geduld.

That's such a great point.

Das ist ein großartiger Punkt.

It's a natural human way of communicating when you're both learning.

Es ist eine natürliche menschliche Art der Kommunikation, wenn ihr beide lernt.

You build a connection before you focus on speed.

Ihr baut eine Verbindung auf, bevor ihr euch auf die Geschwindigkeit konzentriert.

And this is the real paradox we want to talk about.

Und das ist das wahre Paradoxon, über das wir sprechen wollen.

A lot of language learning materials throw you straight into normal speed, fast conversations.

Viele Materialien zum Sprachenlernen werfen dich direkt in normale, schnelle Gespräche.

You listen to them, and you feel disappointed because you only catch a few words.

Du hörst sie dir an und fühlst dich enttäuscht, weil du nur ein paar Worte mitbekommst.

You start to think, "Maybe I'm not good at this," and then you risk giving up.

Du fängst an zu denken: "Vielleicht bin ich nicht gut darin," und dann riskierst du, aufzugeben.

Exactly.

Genau.

That was a big fear for me when I started.

Das war eine große Angst für mich, als ich anfing.

I would listen to a Spanish podcast for native speakers, and I felt like I was drowning in a sea of words.

Ich habe einen spanischen Podcast für Muttersprachler gehört und hatte das Gefühl, in einem Meer von Wörtern zu ertrinken.

I would get maybe 20% of what they said.

Ich habe vielleicht 20 % von dem verstanden, was sie gesagt haben.

It was really discouraging, but in the tandem exchange when we're going slowly and being patient, I feel motivated and happy.

Es war wirklich entmutigend, aber im Tandem-Austausch, wenn wir langsam und geduldig sind, fühle ich mich motiviert und glücklich.

It's rewarding for my brain because I am actually understanding and participating.

Es ist belohnend für mein Gehirn, weil ich tatsächlich verstehe und teilnehme.

This is a perfect comparison.

Das ist ein perfekter Vergleich.

It's like what a musician or a dancer does.

Es ist wie das, was ein Musiker oder Tänzer macht.

Julia, I'm sure you have some experience with this.

Julia, ich bin mir sicher, du hast damit Erfahrung.

I do, actually.

Ja, tatsächlich.

When you learn to play the piano, you don't just start playing a complex piece at full speed.

Wenn du lernst, Klavier zu spielen, fängst du nicht einfach an, ein komplexes Stück mit voller Geschwindigkeit zu spielen.

That would be impossible.

Das wäre unmöglich.

You learn it slowly note by note in a very deliberate way.

Du lernst es langsam, Note für Note, auf eine sehr bewusste Weise.

You practice the difficult parts slowly over and over again until your fingers and your brain remember the movements.

.....
Du übst die schwierigen Teile langsam immer wieder, bis deine Finger und dein Gehirn die Bewegungen erinnern.

Only then after you've mastered the piece slowly do you start to add speed.

.....
Erst wenn du das Stück langsam gemeistert hast, fängst du an, Geschwindigkeit hinzuzufügen.

And dancers do the same, right?

.....
Und Tänzer machen das Gleiche, oder?

They don't just jump into a fast dance?

.....
Sie springen nicht einfach in einen schnellen Tanz?

No way.

.....
Auf keinen Fall.

They break down the movements or the steps one by one.

.....
Sie zerlegen die Bewegungen oder Schritte einzeln.

They do them in slow motion to make sure their body knows exactly what to do.

.....
Sie machen sie in Zeitlupe, um sicherzustellen, dass ihr Körper genau weiß, was zu tun ist.

The muscle memory is built slowly and carefully.

.....
Das Muskelgedächtnis wird langsam und sorgfältig aufgebaut.

Once the slow movements are perfect, the speed comes naturally, and it looks beautiful and effortless.

.....
Sobald die langsamen Bewegungen perfekt sind, kommt die Geschwindigkeit ganz natürlich, und es sieht schön und mühelos aus.

They don't start with speed.

.....
Sie fangen nicht mit Geschwindigkeit an.

They finish with it.

.....
Sie beenden damit.

This idea is everywhere.

.....
Diese Idee ist überall.

Think about learning to drive a car.

.....
Denk daran, ein Auto zu fahren.

Your first few lessons aren't on the motorway at 120 kilometers an hour.

.....
Deine ersten Lektionen sind nicht auf der Autobahn mit 120 Kilometern pro Stunde.

You start slowly in an empty car park.

.....
Du fängst langsam auf einem leeren Parkplatz an.

You learn how to use the pedals, how to turn the wheel, how to look in the mirrors.

.....
Du lernst, wie man die Pedale benutzt, wie man das Lenkrad dreht, wie man in die Spiegel schaut.

You do everything slowly and carefully.

.....
Du machst alles langsam und sorgfältig.

When you feel confident with the slow individual actions, you gradually add speed and complexity.

.....
Wenn du dich mit den langsamen Einzelaktionen sicher fühlst, fügst du allmählich Geschwindigkeit und Komplexität hinzu.

You build confidence and trust in your own skills.

.....
Du baust Vertrauen und Vertrauen in deine eigenen Fähigkeiten auf.

And it's the same with language.

.....
Und es ist dasselbe mit der Sprache.

It's so true.

.....
Es ist so wahr.

Like, you, like, I was just thinking about this.

.....
Wie, ich habe gerade darüber nachgedacht.

Like, the, the biggest reward for me in my Spanish learning isn't a fast conversation.

.....
Wie, die größte Belohnung für mich beim Spanischlernen ist kein schnelles Gespräch.

Like, it's the moment when I understand a whole slow sentence.

.....
Es ist der Moment, in dem ich einen ganzen langsamen Satz verstehe.

My brain feels a little burst of happiness, [laughs], and I get excited to keep going.

.....
Mein Gehirn fühlt einen kleinen Glücksstoß, [lacht], und ich freue mich, weiterzumachen.

And that's exactly how our brain learns.

.....
Und genau so lernt unser Gehirn.

Our brains are like a muscle. When you learn something slowly and deliberately, you're not just throwing information at it; you are giving your brain the time it needs to build strong connections.

.....
Unsere Gehirne sind wie ein Muskel.

We call these neural pathways.

.....
Wir nennen diese neuronalen Bahnen.

When you listen to slow English, your brain has time to identify each word, understand its meaning, and connect it to the rest of the sentence.

.....
Wenn du langsames Englisch hörst, hat dein Gehirn Zeit, jedes Wort zu identifizieren, seine Bedeutung zu verstehen und es mit dem Rest des Satzes zu verbinden.

It's an effective way to learn.

.....
Es ist eine effektive Lernmethode.

So if you're listening to a normal speed conversation and you feel overwhelmed, your brain just can't keep up.

.....
Wenn du also einem Gespräch in normaler Geschwindigkeit zuhörst und dich überwältigt fühlst, kann dein Gehirn einfach nicht mithalten.

It's like trying to build a house in a tornado.

.....
Es ist wie der Versuch, ein Haus in einem Tornado zu bauen.

It's difficult and frustrating.

.....
Es ist schwierig und frustrierend.

But with a slower pace, you give your brain the time it needs to properly organize the information, and those connections become stronger and stronger.

.....
Aber mit einem langsameren Tempo gibst du deinem Gehirn die Zeit, die es braucht, um die Informationen richtig zu ordnen, und diese Verbindungen werden immer stärker.

The speed comes later once those strong connections are there.

Die Geschwindigkeit kommt später, sobald diese starken Verbindungen vorhanden sind.

It really is a powerful way to learn.

Es ist wirklich eine wirkungsvolle Lernmethode.

When I feel like I have understood a whole podcast, even if it's slow, I feel like I've won a small victory.

Wenn ich das Gefühl habe, einen ganzen Podcast verstanden zu haben, auch wenn er langsam ist, fühle ich mich, als hätte ich einen kleinen Sieg errungen.

And all those small victories add up to big progress.

Und all diese kleinen Siege summieren sich zu großem Fortschritt.

Exactly, and that's our main goal with this podcast.

Genau, und das ist unser Hauptziel mit diesem Podcast.

We want you to feel those victories every single episode.

Wir möchten, dass du diese Siege in jeder einzelnen Episode spürst.

Now before we sign off, it's time for our language lab.

Jetzt, bevor wir uns verabschieden, ist es Zeit für unser Sprachlabor.

Julia, hit us with some of those great phrases we've used today that our listeners can add to their vocabulary.

Julia, nenn uns einige der großartigen Phrasen, die wir heute verwendet haben und die unsere Hörer zu ihrem Wortschatz hinzufügen können.

Thanks, Martin.

Danke, Martin.

We had some excellent phrases in this episode that are perfect for talking about learning and growth.

Wir hatten in dieser Episode einige ausgezeichnete Phrasen, die sich perfekt zum Sprechen über Lernen und Wachstum eignen.

Let's break down three of them and then a grammar point.

Lass uns drei davon und dann einen Grammatikpunkt aufschlüsseln.

Okay, first up, diving into a topic.

Okay, als Erstes: in ein Thema eintauchen.

That sounds like a great way to say you're starting something new and going into it deeply.

Das klingt nach einer großartigen Möglichkeit zu sagen, dass du etwas Neues anfängst und tief in die Materie einsteigst.

Precisely.

Genau.

It means to start a new subject or activity with a lot of detail and focus.

Es bedeutet, ein neues Thema oder eine neue Aktivität mit viel Detail und Konzentration zu beginnen.

Martin used it at the beginning when he said, "We're going to dive into a topic that might sound like a paradox." It's a nice, active phrase to show you're taking something seriously.

Martin hat es am Anfang verwendet, als er sagte: "Wir werden in ein Thema eintauchen, das vielleicht wie ein Paradox klingt." Es ist eine schöne, aktive Phrase, um zu zeigen, dass du etwas ernst nimmst.

So, you could say, "I'm going to dive into that new book about history this weekend," or, "Let's dive into the details of this project." It suggests a real commitment to the topic.

Du könntest also sagen: "Ich werde dieses Wochenende in das neue Geschichtsbuch eintauchen," oder: "Lass uns in die Details dieses Projekts eintauchen." Es deutet auf ein echtes Engagement für das Thema hin.

Exactly.

Genau.

Next, a great phrase for how things feel, drowning in a sea of words.

Als Nächstes, eine großartige Phrase dafür, wie sich Dinge anfühlen: in einem Meer von Wörtern ertrinken.

That one is very visual.

Das ist sehr anschaulich.

It sounds like a lot of words all at once, so many that you can't keep up.

Es klingt wie viele Wörter auf einmal, so viele, dass man nicht mithalten kann.

You've got it.

Genau.

It's a very common phrase to describe feeling completely overwhelmed or lost in something, especially a large amount of information.

Es ist eine sehr gebräuchliche Phrase, um das Gefühl zu beschreiben, völlig überwältigt oder in etwas verloren zu sein, besonders bei einer großen Menge an Informationen.

Poppy used it when she said, "I felt like I was drowning in a sea of words." It paints a very clear picture of that frustration.

Poppy hat es verwendet, als sie sagte: "Ich hatte das Gefühl, in einem Meer von Wörtern zu ertrinken." Es malt ein sehr klares Bild dieser Frustration.

I've felt that way many times.

Ich habe mich viele Male so gefühlt.

So, you could also say, "During the lecture, I felt like I was drowning in a sea of numbers," if you were talking about a difficult math class.

Du könntest also auch sagen: "Während der Vorlesung hatte ich das Gefühl, in einem Meer von Zahlen zu ertrinken," wenn du über einen schwierigen Matheunterricht sprichst.

It's a great way to express that overwhelmed feeling.

Es ist eine großartige Möglichkeit, dieses überwältigte Gefühl auszudrücken.

And for our third phrase, build a solid foundation.

Und für unsere dritte Phrase: eine solide Grundlage aufbauen.

That sounds like an important idea, something you start with before you build something bigger.

Das klingt nach einer wichtigen Idee, etwas, mit dem man anfängt, bevor man etwas Größeres aufbaut.

It is.

Das ist es.

This phrase means to create a strong, stable base of knowledge, skills, or trust on which something more complex can be built.

Diese Phrase bedeutet, eine starke, stabile Basis von Wissen, Fähigkeiten oder Vertrauen zu schaffen, auf der etwas Komplexeres aufgebaut werden kann.

We used it to talk about how slow listening helps you create a strong base before you add speed.

Wir haben es verwendet, um darüber zu sprechen, wie langsames Zuhören dir hilft, eine starke Basis zu schaffen, bevor du Geschwindigkeit hinzufügst.

You could say, "You need to build a solid foundation of grammar before you can write a complex novel." It's a fundamental concept for learning anything new.

Du könntest sagen: "Du musst eine solide Grundlage der Grammatik aufbauen, bevor du einen komplexen Roman schreiben kannst." Es ist ein grundlegendes Konzept für das Lernen von allem Neuen.

Perfect.

Perfekt.

And for our quick grammar tip, let's talk about the phrase, "A sea of" that we just heard.

Und für unseren schnellen Grammatik-Tipp lass uns über die Phrase "Ein Meer von" sprechen, die wir gerade gehört haben.

It's a great way to use [laughs] the word sea as a metaphor.

Es ist eine großartige Möglichkeit, das Wort Meer als Metapher zu verwenden.

Exactly.

Genau.

When we use the phrase, "A sea of," we are not talking about the actual ocean.

Wenn wir die Phrase "Ein Meer von" verwenden, sprechen wir nicht vom tatsächlichen Ozean.

We are talking about a very large amount of something, so much that it feels like you are surrounded by it.

Wir sprechen von einer sehr großen Menge von etwas, so viel, dass es sich anfühlt, als wärst du davon umgeben.

It can be a sea of words, a sea of people at a concert, or even a sea of papers on your desk.

Es kann ein Meer von Worten, ein Meer von Menschen bei einem Konzert oder sogar ein Meer von Papieren auf deinem Schreibtisch sein.

It's a simple but effective way to talk about a huge number of things.

Es ist eine einfache, aber effektive Möglichkeit, über eine riesige Anzahl von Dingen zu sprechen.

Super useful.

.....
Super nützlich.

Thanks, Julia, for breaking those down so clearly.

.....
Danke, Julia, dass du das so klar aufgeschlüsselt hast.

My pleasure, Martin.

.....
Gern geschehen, Martin.

Well, that wraps up our deep dive into the paradox of slow listening.

.....
Nun, das fasst unser tiefes Eintauchen in das Paradoxon des langsamen Zuhörens zusammen.

We hope that Poppy's stories and our examples have shown you that taking a slower pace can lead to bigger, faster results in your language learning journey.

.....
Wir hoffen, dass Poppys Geschichten und unsere Beispiele dir gezeigt haben, dass ein langsames Tempo zu größeren, schnelleren Ergebnissen auf deinem Sprachlernweg führen kann.

Absolutely.

.....
Absolut.

And because we truly believe in this method, we have a very special announcement.

.....
Und weil wir wirklich an dieser Methode glauben, haben wir eine ganz besondere Ankündigung.

In our future episodes, we are going to start a new series where we will use a special slower pace in our conversations to help you learn even more effectively.

.....
In unseren zukünftigen Episoden werden wir eine neue Serie starten, in der wir ein spezielles langsames Tempo in unseren Gesprächen verwenden, um dir noch effektiver zu helfen.

We're going to put our money where our mouth is and show you exactly what we're talking about.

.....
Wir werden unser Geld dort einsetzen, wo unser Mund ist, und dir genau zeigen, wovon wir sprechen.

That's right.

.....
Das stimmt.

We're going to practice what we preach and make this a regular feature.

Wir werden das, was wir predigen, in die Praxis umsetzen und dies zu einem regelmäßigen Feature machen.

You'll be able to listen with confidence, catch all the new phrases, and build that solid foundation we talked about.

Du wirst mit Vertrauen zuhören können, alle neuen Phrasen erfassen und die solide Grundlage aufbauen, über die wir gesprochen haben.

So, make sure you subscribe to Your English Toolbox so you don't miss any of our new slow-paced episodes.

Also, stelle sicher, dass du deinen Englisch-Werkzeugkasten abonniert, damit du keine unserer neuen langsamen Episoden verpasst.

And please share this episode with a friend who is also trying to learn a new language.

Und bitte teile diese Episode mit einem Freund, der auch versucht, eine neue Sprache zu lernen.

Let them know that slowing down can be the fastest way to get to fluency.

Lass sie wissen, dass langsamer werden der schnellste Weg zur Fließfähigkeit sein kann.

Thanks so much for having me back.

Vielen Dank, dass ich wieder hier sein durfte.

It was great to share my experience and talk about something I'm so passionate about.

Es war großartig, meine Erfahrungen zu teilen und über etwas zu sprechen, für das ich so leidenschaftlich bin.

Happy learning, everyone.

Viel Spaß beim Lernen, alle zusammen.

See you next time.

Bis zum nächsten Mal.

And remember, slow listening makes your English stronger and faster.

Und denk daran, langsames Zuhören macht dein Englisch stärker und schneller.

Take care, everyone.

Passt auf euch auf, alle zusammen.

Stay curious.

.....
Bleibt neugierig.