

## VOCABULARY · EPISODE 77

# Living in an English Speaking Country

Key words &amp; expressions · English + Deutsch

10 words

Your English Toolbox

1

## to navigate daily life

**den Alltag meistern · sich im täglichen Leben zurechtfinden****DEF**

to successfully manage the everyday practical situations of living somewhere — shops, transport, bureaucracy, neighbours — in a new language or context

*Navigate daily life is the fundamental goal of practical English — not eloquence, but the ability to get through the day successfully. The survival kit episodes are specifically designed for this level of competence.*

**DE**

Die alltäglichen praktischen Situationen des Lebens irgendwo erfolgreich bewältigen.

Das grundlegende Ziel des praktischen Englischs — nicht Eloquenz, sondern die Fähigkeit, den Tag erfolgreich zu gestalten.

**Once you can navigate daily life in English — shopping, banking, appointments — you have crossed the most important threshold.**

Once you can navigate daily life in English, you have crossed the most important threshold. -> Sobald du den Alltag auf Englisch meistern kannst, hast du die wichtigste Schwelle überschritten.

**She felt genuinely confident navigating daily life in English after only three months of the podcast.**

She felt genuinely confident navigating daily life in English after only three months of the podcast. -> Sie fühlte sich wirklich sicher, sich im täglichen Leben auf Englisch zurechtzufinden, nach nur drei Monaten des Podcasts.

2

## to settle in

### sich eingewöhnen · heimisch werden

#### DEF

to become comfortable and accustomed to a new place, situation, or environment — to start feeling at home

*Settle in is warm and gradual — it describes the process, not just the result. You don't arrive and instantly feel at home; you settle in. Understanding this vocabulary helps learners describe and process the immigrant/expat experience in English.*

#### DE

Sich an einen neuen Ort, eine Situation oder Umgebung gewöhnen — anfangen, sich zu Hause zu fühlen.

Warm und allmählich — beschreibt den Prozess, nicht nur das Ergebnis.

***It took her about six months to really settle in to life in London — language was part of it, but community was bigger.***

It took her about six months to really settle in to life in London. -> Es dauerte etwa sechs Monate, bis sie sich wirklich in das Leben in London eingewöhnt hatte.

***Once you settle in and start making friends in English, the language improves faster than any class could manage.***

Once you settle in and start making friends in English, the language improves faster than any class could manage. -> Sobald du heimisch wirst und anfängst, auf Englisch Freundschaften zu schließen, verbessert sich die Sprache schneller als jeder Kurs es schaffen könnte.

3

## to get used to

### sich gewöhnen an · allmählich vertraut und wohl mit etwas zu werden das zuvor neu oder fremd war

#### DEF

to gradually become familiar and comfortable with something that was previously new or strange

*Get used to is the adaptation phrase. It describes the process — not the arrival. 'I'm getting used to it' means the process is underway. 'I've got used to it' means the adaptation is complete. For language learners, getting used to a new country involves getting used to the pace, the customs, the climate, the food, the bureaucracy, and of course the language.*

#### DE

Allmählich vertraut und wohl mit etwas zu werden das zuvor neu oder fremd war.

Der Anpassungsausdruck.

***Getting used to a new country takes longer than most people expect — allow yourself at least a year.***

Getting used to a new country takes longer than most people expect — allow yourself at least a year. -> Sich an ein neues Land zu gewöhnen dauert länger als die meisten Menschen erwarten — gib dir mindestens ein Jahr.

***She got used to the cold weather after two winters and even started enjoying the long evenings of summer.***

She got used to the cold weather after two winters and even started enjoying the long evenings of summer. -> Sie gewöhnte sich nach zwei Wintern an das kalte Wetter und begann sogar die langen Sommerabende zu genießen.

## to find your bearings

4

### sich orientieren · herauszufinden wo man sich befindet und wie die Dinge in einer neuen Situation funktionieren

#### DEF

to figure out where you are and how things work in a new situation — to get orientated

*Find your bearings is the orientation phrase. When you arrive somewhere new — a city, a job, a social scene — finding your bearings means getting enough of a map in your head to function: knowing where things are, who to talk to, how the system works. It is used both literally (finding your way around a city) and figuratively (understanding how things work in a new job).*

#### DE

Herauszufinden wo man sich befindet und wie die Dinge in einer neuen Situation funktionieren — sich orientieren.

Der Orientierungsausdruck.

**Give yourself time to find your bearings in a new city before making major decisions.**

Give yourself time to find your bearings in a new city before making major decisions. -> Gib dir Zeit dich in einer neuen Stadt zu orientieren bevor du wichtige Entscheidungen triffst.

**She spent her first two weeks just finding her bearings — learning the neighbourhood, the transport, and the local shops.**

She spent her first two weeks just finding her bearings — learning the neighbourhood, the transport, and the local shops. -> Sie verbrachte ihre ersten zwei Wochen damit sich zu orientieren — indem sie die Nachbarschaft, den Nahverkehr und die örtlichen Geschäfte kennenlernte.

## culture shock

5

### Kulturschock · das Gefühl der Desorientierung und Angst beim Begegnen einer deutlich anderen Kultur

#### DEF

the feeling of disorientation, confusion, and anxiety experienced when encountering a significantly different culture or way of life

*Culture shock is the cross-cultural adjustment concept. It is not just about food or customs — it is a deep psychological reaction to discovering that the world does not work the way you assumed. Culture shock typically follows a pattern: initial excitement (honeymoon), then difficulty (frustration), then gradual adjustment (accommodation), and finally integration. Knowing this pattern helps you cope when you are in the difficult phase.*

#### DE

Das Gefühl der Desorientierung, Verwirrung und Angst das erlebt wird wenn man auf eine deutlich andere Kultur oder Lebensweise trifft.

Das interkulturelle Anpassungskonzept.

**Culture shock is not weakness — it is the normal response to a genuinely different world.**

Culture shock is not weakness — it is the normal response to a genuinely different world. -> Kulturschock ist keine Schwäche — es ist die normale Reaktion auf eine wirklich andere Welt.

**She recognised that what she was feeling was culture shock and that it would pass — which made it much easier to endure.**

She recognised that what she was feeling was culture shock and that it would pass — which made it much easier to endure. -> Sie erkannte dass das was sie fühlte Kulturschock war und vergehen würde — was es viel leichter machte es zu ertragen.

## to feel homesick

6

### Heimweh haben · eine Sehnsucht nach Hause zu fühlen — besonders wenn man für einen längeren Zeitraum weit weg ist

#### DEF

to feel a longing for home — especially when you are far away from it for an extended period

*Homesick is the displacement emotion. It is not just missing people — it is missing familiarity: the sound of your language, the smell of the food, the social rules you know by heart, the physical landscape. It is particularly common in the first year abroad. Feeling homesick does not mean you made the wrong decision — it means you had something worth missing.*

#### DE

Eine Sehnsucht nach Hause zu fühlen — besonders wenn man für eine längere Zeit weit weg ist.  
Die Umsiedlungsemotion.

**Feeling homesick is not a sign you should go back — it is a sign you are human.**

Feeling homesick is not a sign you should go back — it is a sign you are human. -> Heimweh zu haben ist kein Zeichen dass du zurückgehen solltest — es ist ein Zeichen dass du menschlich bist.

**She felt homesick every November and made a point of calling her family every evening during that month.**

She felt homesick every November and made a point of calling her family every evening during that month. -> Sie hatte jeden November Heimweh und rief in diesem Monat jeden Abend bewusst ihre Familie an.

7

## to deal with bureaucracy

### mit Bürokratie umgehen · sich durch offizielle Verwaltungssysteme navigieren

#### DEF

to navigate official administrative systems — such as paperwork, registrations, permits, and government procedures

*Deal with bureaucracy is the admin reality phrase. Moving abroad means facing bureaucracy: registering your address, getting a national insurance or tax number, opening a bank account, dealing with visas, healthcare registration, and council tax. In English-speaking countries, bureaucratic language is formal and procedure-specific. Knowing the vocabulary — 'proof of address', 'national insurance number', 'council tax band' — is essential practical English.*

#### DE

Sich durch offizielle Verwaltungssysteme zu navigieren — wie Papierkram, Registrierungen, Genehmigungen und Regierungsverfahren.

Der Admin-Realitätsausdruck.

**Deal with bureaucracy early — administrative delays compound quickly and affect other things.**

Deal with bureaucracy early — administrative delays compound quickly and affect other things. -> Erledige Bürokratie früh — Verwaltungsverzögerungen häufen sich schnell und beeinflussen andere Dinge.

**She spent her first month dealing with bureaucracy — registration, a bank account, and a GP surgery — before she could focus on anything else.**

She spent her first month dealing with bureaucracy — registration, a bank account, and a GP surgery — before she could focus on anything else. -> Sie verbrachte ihren ersten Monat damit Bürokratie zu erledigen — Registrierung, ein Bankkonto und eine Hausarztpraxis — bevor sie sich auf etwas anderes konzentrieren konnte.

## to build a support network

8

**ein Unterstützungsnetzwerk aufbauen · absichtlich eine Gruppe von Menschen zu entwickeln auf die man sich verlassen kann**

### DEF

to deliberately develop a group of people you can rely on — for practical help, advice, company, and emotional support

*Build a support network is the social resilience phrase. When you live abroad, your natural support network — family, childhood friends, long-term colleagues — is usually unavailable or at a distance. Building a new one requires deliberate effort: joining groups, attending events, making repeated contact with the same people. The process is slow and sometimes uncomfortable but essential for long-term wellbeing.*

### DE

Absichtlich eine Gruppe von Menschen zu entwickeln auf die man sich verlassen kann — für praktische Hilfe, Ratschläge, Gesellschaft und emotionale Unterstützung.

Der soziale Resilienzausdruck.

**Build a support network before you need it — it is much harder to ask for help when you are already struggling.**

Build a support network before you need it — it is much harder to ask for help when you are already struggling. -> Baue ein Unterstützungsnetzwerk auf bevor du es brauchst — es ist viel schwieriger um Hilfe zu bitten wenn man bereits kämpft.

**She joined three local groups in her first year and built a support network that made the next five years much easier.**

She joined three local groups in her first year and built a support network that made the next five years much easier. -> Sie trat in ihrem ersten Jahr drei lokalen Gruppen bei und baute ein Unterstützungsnetzwerk auf das die nächsten fünf Jahre viel einfacher machte.

## to be out of your comfort zone

9

**außerhalb deiner Komfortzone sein · in einer Situation zu sein die unbekannt herausfordernd oder angsterzeugend ist**

### DEF

to be in a situation that is unfamiliar, challenging, or anxiety-producing — beyond the boundaries of what feels safe and easy

*Out of your comfort zone is the growth phrase. The comfort zone is the range of activities and situations where you feel confident and in control. Being outside it is uncomfortable — but research consistently shows that growth, learning, and meaningful achievement happen primarily outside the comfort zone. For language learners, every conversation in English with a stranger is a comfort zone challenge.*

### DE

In einer Situation zu sein die unbekannt, herausfordernd oder angsterzeugend ist — jenseits der Grenzen dessen was sich sicher und einfach anfühlt.

Der Wachstumsausdruck.

**Being out of your comfort zone consistently is how growth happens — discomfort and development go together.**

Being out of your comfort zone consistently is how growth happens — discomfort and development go together. -> Konsequenterweise außerhalb deiner Komfortzone zu sein ist wie Wachstum geschieht — Unbehagen und Entwicklung gehen zusammen.

**She was out of her comfort zone every day in her first year abroad but looked back on that period as the most growth she had ever experienced.**

She was out of her comfort zone every day in her first year abroad but looked back on that period as the most growth she had ever experienced. -> Sie war jeden Tag in ihrem ersten Jahr im Ausland außerhalb ihrer Komfortzone blickte aber auf diese Zeit als das größte Wachstum zurück das sie je erlebt hatte.

## to integrate

10

### integrieren · ein funktionierender Teil einer neuen Gemeinschaft oder Gesellschaft zu werden

#### DEF

to become a functioning part of a new community or society — by participating in its social, professional, and cultural life

*Integrate is the long-term settlement verb. Unlike 'settle in' (arriving and getting comfortable) or 'adapt' (adjusting to differences), integrate implies a deeper level of belonging: being genuinely part of the community, not just resident in it. Integration is different from assimilation — you do not have to abandon your previous identity to integrate.*

#### DE

Ein funktionierender Teil einer neuen Gemeinschaft oder Gesellschaft zu werden — indem man am sozialen, beruflichen und kulturellen Leben teilnimmt.

Das langfristige Siedlungsverb.

***Integration takes years — resist comparing your year one with someone else's year ten.***

Integration takes years — resist comparing your year one with someone else's year ten. -> Integration dauert Jahre — widerstehe dem Vergleich deines ersten Jahres mit dem zehnten Jahr von jemand anderem.

***She considered herself truly integrated when she started helping other newly arrived neighbours navigate the same challenges she had faced.***

She considered herself truly integrated when she started helping other newly arrived neighbours navigate the same challenges she had faced. -> Sie betrachtete sich als wirklich integriert als sie begann anderen neu angekommenen Nachbarn zu helfen dieselben Herausforderungen zu meistern mit denen sie konfrontiert war.