

Zlaté tipy ku štúdiu jazyka

Tip č. 1: Angličtinu neprekladajte, anglicky myslite!

„Do you speak Slenglish?“ Keby mal každý, kto vie anglicky, na túto otázku pravdivo odpovedať, väčšina odpovedí by bola YES! Ako je to možné?

Napadlo vás niekedy, prečo rozumieme viac angličtine Čechov ako angličtine Britov? Slovenčina je češtine veľmi podobná, a preto máme podobnú aj angličtinu. Znie to zvláštne, že? Ale je to tak.

Keď sa učíme cudzí jazyk, tak nás to priamo láka prekladať všetko takmer doslovne zo svojho rodného jazyka a naopak. Postupne síce vďaka gramatickým pravidlám zisťujeme, že úplne doslovne prekladať nemôžeme, ale napriek tomu sa dá napríklad z angličtiny často vyčítať, ake j národnosti je hovoriaci osoba. Keď sme sa učili ako malí slovensky, učili sme sa zároveň v slovenčine myslieť. Naše myšlienky odrážajú slovosled a stavbu viet v slovenčine. A rovnako tak Čech myslí v češtine. Takže aj keď spolu Slovák a Čech hovorí anglicky, rozumie si lepšie ako Slovák s Britom. To preto, že slovenská i česká angličtina odrážajú slovenský a český slovosled, ktorý je podobný. Brit myslí priamo v angličtine, vo svojej rodnej reči. Jeho myslenie teda odráža **anglický slovosled a stavbu viet**.

Takže ako sa môže Slovák naučiť správnu angličtinu? Musí sa zbaviť nutkania neustále prekladať do slovenčiny a naopak - a naučiť sa anglicky myslieť! Pri komunikácii v angličtine neustále prekladanie do slovenčiny veľa zdržiava, takže nemôžete byť tak pohotoví a bezprostredný, ako váš náprotivok.

Počas učenia sa sústreďte na celé vety, ich stavbu a slovosled. Zapamätajte si celé frázy alebo aj kratšie vety. Keď narazíte na vetu, ktorej nerozumiete, preložte si so slovníkom jednotlivé slovíčka, aby ste pochopili zmysel tejto vety, ale tieto slovíčka už neprekladajte do slovensky správnej vety. Je to veľmi jednoduchý princíp, ktorý vás ako jediný naučí anglicky naozaj myslieť. Najťažšie na tom je premôcť nutkanie k prekladu. Musíte byť disciplinovaní a zabudnúť na slovenčinu. Sústreďte sa len na anglické vety a ich význam. Slovenské vety pre vás pri učení angličtiny musia prestať existovať!

Dobrou pomôckou je sledovanie filmov v angličtine so slovenskými titulkami. Prekladatelia síce titulky preložili do slovensky správnych viet, ale tie nie sú rovnaké, ako tie anglické. Slovenské titulky vychádzajú zo slovenčiny, ale keby sme preložili to, čo postavy vo filme skutočne hovoria, bolo by to v slovenčine niečo iné. Prekladateľom išlo hlavne o význam. Preto na filmoch so slovenskými titulkami názorne vidíte, aký je rozdiel medzi slovenským a anglickým myslením.

Tip č. 2: Nešprtajte, ale napodobňujte!

Nie je pravda, že niekto nemá na jazyky bunky. Kto vie po slovensky, dokáže sa naučiť aj iný jazyk. Problém totiž nie je v "bunkách na cudzie jazyky", ale v metóde. Existujú rôzne metódy výučby a tou najjednoduchšou to zvládne úplne každý - je to rovnaká metóda, ktorú sme sa ako deti naučili po slovensky!

Základným princípom procesu učenia, ktorý si osvojil nielen človek, ale aj iní živočíchy, je princíp napodobňovania. Malé deti počúvajú rodičov, ktorí na ne žvatľajú slovensky, a tak sa deti tiež naučia po slovensky - žvatľať. Ako rastú, rodičia na ne prestávajú dŕavotať a začínajú hovoriť normálne. A čuduj sa svete - aj deti opúšťajú žvatľania a začínajú normálne hovoriť. Deti totiž počúvajú, snažia sa porozumieť a postupne napodobňujú to, čo okolo seba počuje - slovenčinu.

Keď sa začnete touto metódou napodobňovania učiť cudzí jazyk, budete si spočiatku pri padať ako novorodenec. Ten totiž nerozumie ani jedinému slovu, ktoré mu mama, otec a zvyšok príbuzenstva hovoria. Len na ne zmätene a nechápavo pozerá. Presne tak budete spočiatku pozeráť aj vy. Ale rovnako ako malé mimino aj vy čoskoro porozumiete prvým slovám a frázam a pôjde vám to rýchlejšie, pretože na rozdiel od toho drobca máte k dispozícii slovník, kde si môžete nájsť význam toho, čo počujete (alebo vidíte napísané - ďalšia výhoda oproti novorodencovi). Nesnažte sa ale nájsť slovíčka šprtať naspamäť, pretože táto metóda má u väčšiny ľudí veľmi zlé výsledky. Alebo ste sa snád v škole nejaký cudzí jazyk naučili naozaj dobre?

Pri metóde napodobňovanie (imitovanie) **sa nepotrebuje učiť ani gramatiku.** Neveríte? Spýtajte sa trojročného dieťaťa, ako sa povie citoslovce úderu alebo rozkazovací spôsob čísla jednotného u slovesa "dať". Bude na vás pozeráť ako ten novorodenec - zmätene a nechápavo. Pritom, keď mu spadne hračka na zem, povie "Bac!" (To je to citoslovce) a potom vás požiada, aby ste mu hračku podali - povie "Daj!" (To je ten rozkazovací spôsob). Dieťa predškolského veku nepozná gramatiku, ale slovensky vie - hovoriť aj rozumieť.

Nie je jediný dôvod, prečo by ste sa museli učiť anglickú gramatiku, ako keď sa naučíte anglicky skvele hovoriť a rozumieť. Navyše, ak sa naučíte cudzí jazyk napodobňovaním, budete schopní rýchlo reagovať, pretože nad gramatikou nebudete vôbec premýšľať. Je to oveľa lepšie, než premýšľať, ako sa povie minulý čas...

Tip č. 3: Pamätajte si logicky!

Učiť sa, učiť sa, učiť sa! Opakovanie je matka múdrosti... Spomínate? Toto sme ako malí počuli veľakrát. A vtedy to celkom fungovalo. Tieto známe heslá vystihujú princíp mechanickej pamäte - teda prosté opakovanie informácií. Nie je to nič iné, než bifľovanie, ktoré všetci poznáme zo školy. Tiež ste si všimli, že dnes už vám bifľovanie nejde tak ľahko, ako predtým? To je tým, že s vekom klesá účinnosť mechanickej pamäte. Bohužiaľ na tejto pamäti často stojí výučba cudzích jazykov, pretože je potrebné sa naučiť rozsiahlu slovnú zásobu. Aj to je jeden z dôvodov, prečo majú dospelí často pocit, že na cudzie jazyky nemajú talent, alebo že už sú na to starí, pretože im pamäť neslúži.

Netreba hádzať flintu do žita! Vedľa mechanickej pamäte máme totiž tiež pamäť logickú, ktorá sa s vekom naopak zlepšuje. A ešte jedna dobrá správa - logická pamäť je účinnejšia než tá mechanická! Logickú pamäť používame vtedy, keď si jednotlivé informácie zapamätáme usporiadané v logických celkoch. Táto pamäť sa dá použiť aj pre výučbu cudzích jazykov, ale je potrebné nájsť vhodné metódy štúdia.

U nás zatiaľ prevláda metóda gramaticko-prekladová, ktorú všetci poznáme zo školy a ktorá je založená na pamäti mechanickej - známe bifľovanie slovíčok a gramatických poučiek. Naopak logickú pamäť podporujú niektoré u nás menej známe metódy, z ktorých väčšina vychádza z poznatkov bulharského neurológa a psychiatra Georgi Lozanova. Jeho **poznatky odporučila na využitie vo výučbe organizácie UNESCO**, a to už v sedemdesiatych rokoch. Jednou z týchto metód je metóda Imitum, kde sa nebifľujete slovíčka ani gramatiku, ale počúvate celé vety - ak chcete príbehy. Práve zmysluplné vety a logické celky sa do dlhodobej pamäti ukladajú ľahšie, rovnako tak informácie s emotívnym nádychom. Preto si jednoduchšie zapamätáte vety v bežnom rozhovore dvoch ľudí (podnapitý vodič s policajtom, matka s pubertálne dcérou, ...), ako slovíčka v zozname pod sebou.

Takže zabudnite na bifľovanie a klasické metódy, ktoré sú len pre deti (pretože my už na to nemáme dobrú mechanickú pamäť). Namiesto toho využite toho, čo nám rastúci vek ponúka - čím ďalej lepšiu logickú pamäť. A čím viac ju budete precvičovať, tým lepšia a lepšia bude. Logicky vzaté je výhodné pamätať si logicky...

Tip č. 4: Zabudnite na to, ako vás učili učiť sa!

Niektoré veci sa človek v živote našprtať musí - napríklad vybrané slová. Ale prečo sme sa museli šprtať po celú našu školskú dochádzku? A popravde, koľko si toho dnes pamätáme? Čo z toho vieme použiť? Keď si odpoviete úprimne, tak zistíte, že **tadiaľ cesta nevedie**.

Je hlboko zakoreneným omylom, že bez biffovania sa človek cudzí jazyk nenaučí. Na základnej i strednej škole sa nejaký cudzí jazyk všetci povinne šprtáme niekoľko rokov, ale prečo sa teda viac ako **polovica Slovákov dohovorí len po slovensky**? Práve preto, že biffovanie slovíčok a gramatiky ešte nikoho k perfektnej angličtine nedoviedlo.

Preto zabudnite na to, ako ste sa akýkoľvek cudzí jazyk učili v škole. Ako vidíte, táto metóda nefungovala. Preto vyskúšajte metódu opačnú - neučte sa z našprtovaných slovíčok a gramatických pravidiel skladať vety, ale učte sa vety, z ktorých pochopíte gramatiku a zapamätáte si z nich slovíčka. Vlastne sa len vráťte k metóde, ktorú ste používali k učeniu už skôr. Alebo si snáď nepamätáte, ako ste sa učili ako malí slovenčinu? Tiež ste sa najskôr naučili rozumieť celým vetám, potom ste ich začali opakovať a postupne ste sa naučili bez problémov hovoriť. O nejakej gramatike alebo biffovania slovíčok sa vám vtedy ani nesnívalo. A viete po slovensky? Viete! Vedeli ste po slovensky skôr, než vás v škole začali učiť slovenskú gramatiku? Vedeli!

Takže čo ďalej? Krok číslo 1 - vybrať si niektorú z ponúkaných metód, ktoré neučia cudzí jazyk šprtáním gramatiky a slovíčok, ale prirodzenou metódou - počúvaním celých viet. Krok číslo 2 - zabudnúť na to, ako ste sa cudzí jazyk učili v škole. Predstavte si, že ste sa nikdy žiadny cudzí jazyk neučili. Len tú svoju materčinu a v tejto metóde ďalej pokračujte: **počúvať - rozumieť - napodobňovať!** Len tak sa naučíte v cudzom jazyku priamo myslieť a len tak ho budete ovládať tak dobre, ako slovenčinu.

Tip č. 5: Učte sa pasívne!

Nemáte čas učiť sa každý deň poctivo angličtinu? Nemusíte mať žiadne výčitky, pretože to je úplne normálne. Aj keď si nenájdete chvíľku na to, aby ste si v klude sadli a sústredili sa na štúdium, napriek tomu môžete pre svoju angličtinu niečo urobiť - a hlavne vás potom nebude trápiť svedomie.

Pri štúdiu cudzieho jazyka sú dôležité oba prístupy - aktívne aj pasívne. Ak sa učíte aktívne, to znamená, že sa štúdiu venujete na 100%. Nič vás nerozptyľuje a vy sedíte pri učebnici alebo počítači a snažíte sa toho čo najviac pochopiť a vstrebať. To je ideálny stav, v ktorom sa najviac naučíte.

Okrem toho ale **môžete študovať aj pasívne**. Pasívne štúdium síce nie je tak účinné, ale napriek tomu sa určité výsledky dostavia. Pasívne študujete počúvaním výukových či iných cudzojazyčných nahrávok pri nejakej inej činnosti. Môžete počúvať film v origináli, zahraničné rozhlasové stanice alebo vaše výukové nahrávky pri žehlení, varení, lepení modelov lietadiel a pod. Čoho tým dosiahnete? Veľmi dôležité je to, že vstrebáte intonáciu, melódiu a rytmus jazyka. Keď sa potom budete učiť aktívne, ľahšie docielite správnej výslovnosti a vaša intonácia bude znieť prirodzenejšie. Nemenej dôležitá je aj pasívna znalosť slovnej zásoby. Aj keď len počúvate a nevenujete jazyku prílišnú pozornosť, pochytíte a zapamätáte si rad slovíčok. Nedokážete ich síce použiť, ale keď na ne niekde znovu narazíte, porozumíte im a spomeniete si, že už ste ich niekde počuli a čo vlastne znamenajú. Takéto slovíčka si potom pri aktívnom štúdiu zapamätáte oveľa ľahšie, než slovíčka úplne neznáme.

Z toho vyplýva, že pasívne štúdium jazyka funguje ako podpora pre štúdium aktívne. Ak nemáte čas, alebo nie ste na štúdium dostatočne sústredení, tak si nemusíte nič vyčítať. Nájdite si inú činnosť, pri ktorej môžete študovať pasívne a môžete mať dobrý pocit, že si robíte "prípravu" pre svoje štúdium. Dobrý pocit je dôležitý, pretože vás motivuje k ďalšiemu štúdiu. Ak si výučbu budete spájať s nepríjemnými pocitmi (či už je to zlé svedomie z nedostatku času alebo trápne pocity zo zlej výslovnosti či neznalosti slovíčok v hromadných kurzoch) skôr či neskôr štúdium vzdáte.

Preto počúvajte čokoľvek v cudzom jazyku pri akejkoľvek činnosti, či už doma, v aute alebo napríklad v práci, ak je to možné. Nemusíte sa na nahrávky priamo sústrediť, a napriek tomu vám toto pasívne štúdium **pomôže k lepším výsledkom**.

Tip č. 6: Koľko rodených hovorcov počúvaš, toľko anglických prízvukov poznáš!

Tiež vám robí problémy porozumieť záhoráčtine alebo iným slovenským nárečiam? A to hovoríme stále len o slovenčine. S angličtinou je to oveľa horšie. Angličtina je úradným jazykom v mnohých krajinách, ale nejedná sa o jednu a tú istú angličtinu. Navyše aj v rámci jednej krajiny môžu mať ľudia veľmi odlišnú výslovnosť. Stačí sa pozrieť na pomerne malú Veľkú Britániu. Keď na vás prehovorí rodený Londýnčan, vyvalíte oči. Keď na vás prehovorí Škót, vyvalíte oči ešte viac. A obaja pritom hovoria britskou angličtinou.

Na to je dobré pamätať aj pri štúdiu angličtiny. Keď je váš lektor rodený hovorca, je to určite lepšie, ako keď vás učí Slovak. Ale nenechajte sa ukolísať tým, že rozumiete rodenému hovorcovi. V skutočnosti rozumiete len jednému rodenému hovorcovi, prípadne rodenému hovorcovi z jednej konkrétnej lokality. Preto nie je na škodu **počúvať viac rodených hovorcov** z rôznych krajín alebo oblastí a naučiť sa porozumieť prízvuk a niekedy aj úplne odlišnú výslovnosť. Prinajmenšom vás to naučí, že tieto rozdiely môžu existovať, a pri rozhovore so Škótom alebo Kanadčanom už vás to nerozhodí.

Samozrejme ideálne je, ak vás počas vášho štúdia učí viac rodených hovorcov, ale to je pri klasickej prezenčnej výučbe veľmi drahé. Existujú však metódy (väčšinou multimediálne), ktoré študentom viac rodených hovorcov ponúkajú. Základom by mali byť hovorca z USA a Veľkej Británie, pretože americká a britská angličtina sú najpoužívanejšie. Ak vám ponúknu aj iné krajiny, je to dobrý bonus, ale USA a Veľká Británia nesmú chýbať.

Nikdy sa nenaučíte rozumieť všetkým anglickým prízvukom, ale je potrebné mať natrénované aj to "neporozumenie". Ak ste totiž na rôzne prízvuky zvyknutí a zrazu niekomu neporozumiete, automaticky začnete v hlave hľadať, čomu že sa to podobá. Rovnakú schopnosť využijete aj v prípade, že na vás niekto hovorí anglicky so silným prízvukom iného jazyka (zvlášť problematické to býva u arabčiny alebo niektorých ázijských jazykov).

V prípade výučby angličtiny rodenými hovorcami teda platí, že ich nie je nikdy dosť. Je dôležité oboznámiť sa s čo najviac prízvukmi a zvyknúť si na to, že nie každý vyslovuje rovnako, ako náš učiteľ.

Tip č. 7: Nebojte sa doslovných prekladov!

Tiež ste si vždy spájali doslovné preklady s niečím vtipným? Boli ste presvedčení, že pri serióznej výučbe cudzieho jazyka sa doslovné preklady nemôžu uplatniť? Omyl! Jedine doslovné preklady vás totiž môžu naučiť v cudzom jazyku myslieť!

Keď čítate cudzojazyčný text a nerozumiete jednotlivým slovíčkam, pozriete sa do slovníka. Tam nájdete výraz, ktorý ale nie je vo vete po slovensky správny. Čo urobíte? Vetu si poviete znovu aj s nájdeným výrazom. Tentoraz ju ale upravíte tak, aby bola pekne po slovensky. A to je tá najväčšia chyba!

Takto to robí väčšina z nás a s rovnakým výsledkom: ak počúvame alebo čítame cudzojazyčný text, neustále si ho v hlave prekladáme do slovenčiny. Skôr alebo neskôr prestaneme preklady stíhať a ťažko sa znovu chytáme. Alebo naopak, ak chceme sami niečo povedať v cudzom jazyku, tak si to musíme preložiť zo slovenčiny. Kvôli tomu nie sme moc pohotoví, a ak sa bavíme s viacerými ľuďmi, nemusíme stihnúť včas zareagovať. Než si všetko preložíme zo slovenčiny, už dávno sa ostatní bavia o niečom inom.

Je zbytočné učiť sa prekladať do správnej slovenčiny a naopak. Ako sme si už vysvetlili, je to zdržiavanie pri komunikácii v cudzom jazyku. Učte sa správne prekladať len cudzí jazyk. Slovenskú vetu si nehovorte ani v duchu. Len si uvedomte zmysel toho, čo chcete povedať. A rovnako je to aj naopak - pri preklade cudzieho textu doslovný preklad k pochopeniu zmyslu bohato stačí. Slovenčinu pri štúdiu jazykov čo najviac obmedzte, pretože vás len brzdí.

A ako funguje naša pamäť? Ku každému významu máme v hlave priradené jeho slovenské pomenovanie. Predstavíme si pekné, čerstvé jablko a vieme, že je pomenované ako "jablko". Doslovný preklad zistíme, že napríklad v angličtine slovo "apple" má ten istý význam, ktorý si predstavíme pod slovenským slovom "jablko". Iste uznáte, že je jednoduchšie zapamätať si rovno významy, než slovenské pomenovanie týchto významov.

Preklady do správnej slovenčiny:  = „jablko“ = „apple“

Doslovné preklady:  = „apple“

Slovenčina predstavuje pri štúdiu jazykov zbytočné obmedzenia. Aby ste sa cudzí jazyk naučil ľahšie, rýchlejšie a lepšie, musíte sa slovenčiny zbaviť. Neučte sa slovíčka, učte sa významy. Keď sa povie v angličtine "apple", tak si predstavíte krásne, čerstvé jablko. Zabudnite na to, že by sa vám malo vybaviť slovenské slovo "jablko". Zabudnite na slovenské preklady. Stačí vám len cudzí jazyk a význam slov, ktorý pochopíte z doslovných prekladov. **Naučte sa v cudzom jazyku myslieť!**

Tip č. 8: Bavte sa a učte zároveň!

Chcete sa poriadne naučiť cudzí jazyk, ale **nebaví vás sedieť** nad knižkami a bifľovať sa? To predsa nie je dôvod, aby ste štúdium jazykov už vopred vzdali. Existujú metódy, ktoré vás nenútia nič bifľovať ani ležať v knižkách. Nie každé štúdium totiž musí byť nuda!

Ak vás nebavia knižky, vyberte si kurz, ktorý môžete študovať na počítači, CD prehrávači alebo napríklad v šikovnom telefóne. Tieto kurzy sú oveľa zaujímavejšie a zábavnejšie, pretože využívajú možnosti dnešných moderných technológií. Okrem zvukov, textov a obrázkov môžete v kurzoch nájsť aj videá, animácie, grafy alebo aj zábavné hry, ktoré vás cudzí jazyk učia oveľa príjemnejšie formou.

Existujú dva druhy štúdia - aktívny a pasívny. Keď študujete aktívne, tak sedíte pri knižke alebo pri počítači, sústredíte sa a poctivo sa učíte. Naopak keď študujete pasívne, tak sa učíte tak nejako nevedomky - napríklad pri zábave. Cudzí jazyky sú dnes všade okolo nás, od nápisov a návodov na výrobkoch, cez reklamy až po pesničky v rádiu. Niekedy nám cudzie reči v našich médiách vadia, niekedy ich okolo seba ani nevnímame, ale málokto ich dokáže využiť.

Pasívne štúdium môže byť aj celkom zábavné. Nemusíte len počúvať výukové nahrávky pri žehlení. Môžete sa pozrieť na film v origináli so slovenskými titulkami, alebo choďte s priateľmi do karaoke klubu a napodobňujte cudzie pesničky. Alebo si zožňte text obľúbených pesničiek, preložte si ho a potom ich počúvajte a pokúste sa rozoznať text. Niečo nové sa môžete priučiť aj hraním zahraničných počítačových hier, ale vlastne aj tých hier, ktoré počítačové nie sú - napríklad takého pexesa. Zábavné môže byť aj čítanie rôznych popisov a návodov na výrobkoch. Nie vždy sa jedná o kvalitné preklady a tak keď v slovenčine máte gombík na umývačke otočiť doprava, tak v angličtine ho na tej istej umývačke máte otočiť doľava. Takýchto nezmyslov na nás všade číha veľa, ale málokto si ich všimne.

Všetky tieto nenáročné, oddychové a zábavné činnosti vám pomáhajú pri učení jazykov. Nezapamätáte si všetko hneď perfektne, ale váš mozog si uloží veľa nových informácií do pasívnej slovnej zásoby. To znamená, že sami si na tie slovíčka nespomeniete, aby ste ich mohli použiť, ale keď ich počujete, tak budete vedieť, čo znamenajú. Keď potom na ne narazíte pri aktívnom štúdiu, oveľa ľahšie sa ich naučíte.

Takže bavte sa a učte sa zároveň, pretože dnes už neplatí zastarané heslo: "učenie - mučenie". **Vyberte si správnu metódu**, rozhľadnite sa okolo seba a využite cudzích rečí a slovíčok, ktorá sa povalujú všade okolo nás!

Tip č. 9: Študujte s chuťou!

Už ste skúšali začať študovať jazyky, ale nikdy ste sa nedostali ďalej ako za pár úvodných lekcií? Nie ste jediní. Veľa ľudí sa prihlási do kurzu a poctivo sa učia. Prezenčné kurzy totiž vyžadujú starostlivú a pravidelnú prípravu, inak by ste nestačili ostatným. Stačí, aby ste raz mali náročný týždeň, nestihnete sa na učenie ani pozrieť a na kurz idete nepripravení. Samozrejme sa cítite nepríjemne a bojíte sa, aby to lektor alebo ostatní nepoznali. Bojíte sa trapasu. Keď ste sa doma nepripravi li, nestíhate ani na hodine. Doma potom musíte dohnať ako minulú domácu prípravu, tak učivo z hodiny... a už sa to na vás nabaľuje a sklz rastie a rastie a vy ste čím ďalej tým viac v strese. Ako z toho von? Najjednoduchšie je vzdať to - a to ste tiež ako väčšina ľudí urobili, že?

Je čas na nový začiatok - **začať znovu a inak**. Najskôr si vyberte kurz, ktorý vám bude vyhovovať. To znamená, ktorý vás nebude nijako stresovať. Kurz, ktorý maximálne vyhovuje vašim potrebám, vášmu životnému štýlu a dennému režimu. Musíte sa vyvarovať rovnakých chýb, ktoré vám už skôr prekazili vašu snahu naučiť sa cudzí jazyk. Ak máte časovo náročné zamestnanie alebo iné povinnosti, nájdite si lektora na súkromnú výučbu alebo kurz pre samoukov. Dnes už kurzy pre samoukov neobsahujú len učebnicu a nahrávky na CD. Rad kurzov funguje na internete a sú už oveľa prepracovanejšie, zaujímavejšie a účinnejšie.

Keď už máte vybraný kurz a metódu, ako sa jazyk učiť, dajte sa do toho. Pozor ale na to, aby ste si toho v počiatočnom nadšení na seba nenabral príliš veľa. Zase by ste prestali stíhať, cítili by ste výčitky... a viete, ako to dopadlo minule. Pri štúdiu postupujte radšej po malých krôčikoch, dávajte si len malé úlohy, ktoré budete schopní určite zvládnuť. Z každej zvládnutej úlohy bude te mať radosť a tento dobrý pocit vás bude v štúdiu poháňať ďalej.

Nemá cenu, aby ste sa do učenia nútili vo chvíli, keď ste unavení, psychicky vyčerpaní z práce a nesústredení. V takú chvíľu sa do učenia nútite a opäť je tu riziko, že si svoje štúdium cudzieho jazyka budete spájať s nepríjemnými pocitmi. **Učte sa len vtedy, keď na to máte chuť a náladu**. Za malé úspechy sa odmeňujte a nevládnuteľné úlohy si nedávajte. Len tak sa môžete cudzí jazyk naučiť ľahšie, rýchlejšie a s chuťou.

Tip č. 10: Po štúdiu relaxujte!

Tiež máte pocit, že nie ste schopní si nič poriadne zapamätať? Poctivo sa učíte a ešte poctivejšie to zabúdate? Možno je chyba len v tom, že svoj mozog preťažujeme a nedáme mu dosť priestoru pre to, aby nové informácie stihol spracovať a uložiť do pamäte. Ľudská pamäť je totiž ako guláš - tiež potrebuje nechať uležať.

Vedeli ste, že keď sa niečo naučíte, trvá to jeden až dva dni, než **nové informácie mozog roztriedi**, správne zaradí a uloží? A ak si počas tejto doby nedoprajete relaxáciu alebo dostatok poriadneho spánku, veľká časť týchto informácií sa postráca. Nie je to škoda?

Najúčinnejšie je preto učenie popoludní a večer, pretože nasleduje spánok, ktorý uľahčuje spracovanie čerstvo naučených informácií. Z ranného a dopoludňajšieho učenia si toho zapamätáme menej, pretože do večera mozog zahltíme ešte ďalším množstvom informácií. Pri ukladaní potom nedokáže rozlíšiť, čo sú dôležité informácie na zapamätanie a čo môžeme pokojne vypustiť.

Ak chcete podporiť okamžité spracovanie toho, čo ste sa práve naučili, stačí sa **na konci výučby úplne uvoľniť a relaxovať**. Stačí 10 - 20 minút na to, aby mozog nepostrácal to, čo ste sa pracne naučili. Relaxácia musí byť naozaj hlboká, aby mala požadovaný účinok. Ak sa nedokážete sami uvoľniť, zvolte si niektorú z relaxačných či meditačných techník. Pomôžu vám uvoľniť napätie a oslobodiť myseľ od nepotrebných myšlienok. Keď sa vám počas relaxácie podarí zaspáť, je to pre vašu pamäť ešte lepšie.

Pokiaľ sa ale potrebujete učiť dlho a intenzívne, zabudnite na striedanie štúdia a spánku. Keď sa totiž tieto dve fázy striedajú krátko po sebe, mozog sa so zmenami nestíha vyrovnáť. Poznáte to tak, že keď budete chcieť spať, nebudete môcť dlho zaspáť. A keď sa budete chcieť učiť, nebudete sa môcť sústrediť, pretože váš mozog ešte nebude dostatočne prebudený. V priebehu dňa je lepšie striedať štúdium s fyzickou aktivitou a v noci si doprajte aspoň 8 hodín spánku. Dostatočne **dlhý spánok** totiž vašej pamäti veľmi svedčí.

Niekedy stačí drobnosť a vaše úsilie má konečne výsledky. Nezapudnite teda, že sa mozog nesmie zahltiť informáciami. Študujte radšej kratšiu dobu a nakoniec si doprajte hlbokú relaxáciu, ktorá vám pomôže nové informácie uložiť do pamäte.

Tip č. 11: Využite svoje zmysly!

Nie ste schopní sa učiť? Prečítate niekoľko stránok a nič si z toho nepamätáte? Snažíte sa našprtať stránku cudzích slovíčok a po pár minútach máte v hlave prázdno? **Dobrá správa!** Chyba nie je vo vašej pamäti, ale v tom, akým spôsobom sa učíte. Ak si zapamätáte len veľmi málo alebo nič, tak určite využívate len málo z vašich zmyslov.

Zjednodušene sa dá povedať, že čím viac vašich zmyslov informáciu vníma, tým ľahšie si ju zapamätáte. Už pred štyridsiatimi rokmi to vedecky dokázal aj bulharský neurológ a psychoterapeut Georgi Lozanov a jeho poznatky posvätila aj organizácia **UNESCO**. To preto, že sú veľmi užitočné napríklad pri štúdiu cudzích jazykov.

Väčšina ľudí si totiž pamätá:

- 10 % z toho, čo číta
- 20 % z toho, čo počuje
- 30 % z toho, čo vidí
- 50 % z toho, čo počuje a vidí
- 70 % z toho, čo povie
- 90 % z toho, čo robí

To vysvetľuje, prečo si toho z prečítanej knižky alebo našprtaných stránok slovíčok moc nepamätáte. Pre štúdium cudzieho jazyka je asi najlepšia táto kombinácia:

- vidieť text
- počuť to, čo vidím
- hovoriť to, čo vidím a počujem

A ak je k tomu ešte nejaký obrázok, animácia alebo video, potom máte vyhnané. Čím viac zmyslov využívate, tým viac zvyšujete šancu na to, že si toho veľa zapamätáte. Potom už stačí informáciu len niekoľkokrát zopakovať a spojiť si ju s nejakou inou informáciou aby sa vám lepšie pamätala. Nakoniec **si odpočinite pri relaxácii alebo spánku**. Viac už snáď pre kvalitné zapamätanie urobiť ani nemôžete!

Tip č. 12: Trénujte pamäť!

Neslúži vám dobre pamäť? Radi by ste študovali napríklad cudzie jazyky, ale nedokážete si toho zapamätať toľko, čo predtým? To nie je len vekom. Podľa vedcov so zlou pamäťou bojujú aj ľudia do tridsať rokov. Na vine sú totiž mobilné telefóny, diáre a iné vymoženosti modernej doby, ktoré si za nás pamätajú všetky naše kontakty.

Riešenie problému s pamäťou je teda veľmi jednoduché. Stačí ju trénovať tak, ako to človek robil predtým. Pamätáte si telefónne čísla na svoju rodinu a priateľov? Ak nie, tak je načase, aby ste sa ich naučili naspamäť. Postupne k tomu môžete pridať aj nákupné lístky, čísla vašich osobných dokladov, vaše piny, heslá a prihlasovacie údaje k čomukoľvek. Tento **jednoduchý tréning** osvieži vašu pamäť a naučí ju znovu si ľahšie zapamätávať nové informácie.

Ďalším jednoduchým cvičením je **lúštenie krížoviek**. Pri pravidelnom lúštení sa síce naučíte aj nové slová, ale tento tréning je zameraný hlavne na pátranie v pamäti. Ide vlastne o pravý opak, než na čo bolo zamerané cvičenie s telefónnymi číslami. Informácie musíte nielen do pamäti uložiť, ale tiež je rýchlo nájsť, keď ich práve potrebujete. Je pekné, že si po týždni spomeniete na meno slávneho herca, o ktorom ste sa s niekým bavili, ale k čomu vám to po takej dobe je?

Posledným druhom cvičenia sú hry ako **sudoku**, **šach** apod. Tu totiž trénujete nielen pamäť, ale aj logiku. Málakoho by napadlo, že má logika niečo spoločné s pamäťou a učením. Pritom logická pamäť je oveľa účinnejšie ako pamäť mechanická (bifľovanie sa naspamäť). Navyše sa s vekom zlepšuje. Logická pamäť skladá informácie do logických celkov a tak si ich zapamätáte oveľa ľahšie.

Jednoducho a bez námahy môžete týmito cvičeniami potrénovať vašu pamäť v akomkoľvek veku. Ako náhle ju dostanete zase do správnej kondície, cudzie jazyky sa vám budú učiť oveľa ľahšie. Nie každá prekážka je tak veľká, ako sa spočiatku môže zdať.

Tip č. 13: Začnite rovno s obchodnou angličtinou!

Nemôžete sa rozhodnúť, či sa prihlásiť do kurzu klasickej angličtiny a potom prejsť na obchodnú angličtinu, alebo či sa vrhnúť ako začiatočník rovno do obchodnej angličtiny? **Obchodnej angličtiny sa vôbec nemusíte báť.** Existujú totiž aj kurzy prispôsobené začiatočníkom. Ak už teraz viete, že angličtinu budete potrebovať aj v práci, nie je nad čím premýšľať.

V prvom rade je dôležité zistiť si, o aký kurz obchodnej angličtiny sa jedná. Niektoré kurzy sú zamerané hlavne na finančnú oblasť a top manažment. Tie tiež väčšinou bývajú už pre pokročilejších študentov. Ich výhodou aj nevýhodou je pomerne úzka špecializácia. Ak neriešite finančné transakcie na burze alebo niečo podobné, slovnú zásobu z týchto kurzov asi príliš nevyužijete.

Kurzy obchodnej angličtiny pre začiatočníkov bývajú naopak často zostavené tak, aby vás naučili ako bežnú každodennú komunikáciu, tak komunikáciu z bežného pracovného styku. Po absolvovaní týchto kurzov by ste mali zvládnuť nielen porady, prezentácie a obchodné rokovania, ale aj napríklad nezáväzný rozhovor s obchodnými partnermi pri obede. Sú to teda kurzy so širším zameraním a hodí sa nielen pre administratívnych pracovníkov a stredný manažment, ale aj pre top manažment, ktorý s angličtinou ešte len začína.

Je preto zbytočné zaplatiť si najskôr kurzy všeobecnej angličtiny pre začiatočníkov a potom si zaplatiť ďalšie kurzy, tentoraz angličtiny obchodné. **Stačí si len vybrať kurz, ktorý bude vyhovovať práve vašim potrebám.** Dnes už totiž u obchodnej angličtiny platí, že nie je kurz ako kurz.

Tip č. 14: Rozprávajte si, ale nie slovensky!

Učíte sa cudzí jazyk, ale stále si nie ste istí, či ho naozaj viete? Zvládajte síce cvičenia a testy, ale neviete, či by ste sa naozaj dohodli? Tak to vám chýba vaša **cudzojazyčné sebavedomie**! Poradíme vám, ako si jednoducho preveriť vašu schopnosť cudzí jazyk používať, ako ju zlepšiť a veriť si.

Rada je to veľmi jednoduchá: rozprávajte si a dopisujte si! A samozrejme nie v slovenčine, ale v jazyku, ktorý sa učíte. Predtým bolo v oblube písanie listov kamarátom do zahraničia, dnes existujú oveľa rýchlejšie spôsoby. Môžete k tomu využiť akýkoľvek komunikátor, ako je ICQ, MSN, Skype apod. Vo svojom profile nezabudnite uviesť, aké jazyky ovládajte. Podľa toho vás buď osloví človek, s ktorým máte spoločnú reč, alebo si môžete niekoho nájsť sami. Komunikátory väčšinou ponúkajú vyhľadávanie kontaktov aj podľa jazykov alebo štátov.

A k čomu je také dopisovanie s cudzincami dobré?

1. Preveríte svoju schopnosť komunikovať v cudzom jazyku. Zistíte, ako dobre cudzincom rozumiete a ako ste schopní formulovať svoje myšlienky. Potrebujete neustále hľadať slovíčka v slovníku? To všetko vám pomôže odhaliť vaše slabé stránky a ukáže vám to, na čo sa máte viac zamerať vo vašom štúdiu.
2. Precvičíte si to, čo sa teoreticky naučíte v kurze. Jazykové kurzy sú užitočné, ale väčšinou v nich nie je kladený dostatočný dôraz na precvičovanie. Jednoducho na to väčšinou nie je čas. Ale ak to, čo sa naučíte, nepoužívate, čoskoro to zabudnete. A rovnako tak to platí aj u cudzích jazykov. Preto využite každú príležitosť, kedy môžete jazyk precvičiť.
3. Obohatíte svoju slovnú zásobu. Naučíte sa nové slovíčka, frázy a obraty, ktoré použije váš známy. Navyše si zapamätáte aj veľa nových slovíčok, ktoré ste si našli a použili vy sami.
4. Naučíte sa v cudzom jazyku formulovať vlastné myšlienky. To je veľmi dôležité, pretože spočiatku chce každý presne prekladať to, čo ho napadne v slovenčine. Čoskoro ale zistíme, že to nejde, navyše je to náročné a pomalé a postupne začneme vyjadrovať svoje myšlienky podľa toho, čo v tom jazyku vieme povedať. Naučíme sa to povedať inak a krôčik po krôčiku sa naučíme v tom jazyku priamo myslieť.
5. Získame sebadôveru a nebudeme sa báť v cudzom jazyku komunikovať.

Spočiatku je lepšie, keď si s vaším novým známym budete len písať. Až si budete istí, že písaný jazyk už zvládajte naozaj dobre, môžete skúsiť aj rozhovor naživo. Komunikátory dnes ponúkajú možnosť nielen si písať, ale aj **telefonovať alebo uskutočňovať video hovory**.

Tip č. 15: Bavte sa s rodeným hovorcem!

Hanbíte sa na rodeného hovorca prehovoriť jeho jazykom? Bojíte sa, že ešte nehovoríte tak dobre, aby sa vám nasmial? Alebo vás znervózňuje, že vám nebude rozumieť a vy sa budete cítiť trápne? **Vaše obavy sú úplne zbytočné**, a ak sa nimi necháte ovládnuť, uškodíte len sami sebe.

Každý človek totiž ocení, keď sa cudzinec snaží hovoriť jeho rečou. A vôbec nemusí hovoriť dokonale. Stačí totiž, že to skúša. Aj nie príliš podarená veta dokáže navodiť **priateľskú atmosféru**, pretože je považovaná za prejav záujmu o cudziu krajinu, reč a kultúru. Je preto hlúposť hovoriť treba na Nemcov anglicky len preto, že v angličtine ste si istejší. Ak v Nemecku vediete obchodné rokovania a na úvod prehodíte pár nemeckých slov, uvidíte, ako si obchodných partnerov nakloníte. A ďalej už pokojne pokračujte anglicky, keď je to váš obchod výhodnejšie.

Pri rozhovore s rodeným hovorcem sa nebojte naznačiť, že mu nerozumiete. Väčšinou na to ľudia zareagujú tak, že začnú hovoriť pomalšie a zrozumiteľnejšie, alebo to zopakujú inými slovami. Od rodeného hovorca môžete pochytiť správnu výslovnosť, stavbu viet i nové slovíčka.

Ak máte to šťastie, že sa s rodeným hovorcem stretávate častejšie, nebojte sa požiadať ho o to, aby vás opravoval. Keď poviete niečo zle a rodený hovorca vám povie správnu variantu hneď a presne v tom konkrétnom prípade, ľahšie si to zapamätáte. Za svoje chyby sa nemusíte hanbiť a rodených hovorcov väčšinou teší, keď môžu niekomu pomôcť zlepšiť ich jazyk.

Snažte sa využiť každú príležitosť pohovoriť si s rodeným hovorcem. Ak medzi nimi máte priateľov alebo kolegov, požiadajte ich, aby vás opravili vždy, keď poviete niečo zle. Uvidíte, ako rýchlo urobíte veľké pokroky. Hlavné je nehanbiť sa!

Veľa úspechov pri štúdiu jazykov vám praje

Tím Imitum

www.imitum.com, www.euvit.cz