

## TRANSKRYPCJA NAGRAŃ

### Aufgabe 1

#### Aussage A (mężczyzna)

Vor eineinhalb Jahren fiel die Tür meiner Wohnung hinter mir ins Schloss. Seitdem lebe und arbeite ich auf einem alten Segelschiff – Gott sei Dank allein. Ich wollte weg vom Irrsinn der Büros, vom Gekreische der Stadt. Ich wollte das Geschwätz der Politiker nicht mehr hören, die Talkshows und Reklamen nicht mehr sehen. Das Segelschiff war mein Notausgang.

Das größte aller Geschenke bei meinem Leben auf See ist Zeit: Zeit für mich und Zeit zum Nachdenken. An Bord kann ich mich in aller Ruhe meinen Texten widmen, die ich dann in einem Hafen an die Redaktion schicke. Bücher habe ich immer an Bord, nun habe ich endlich genug Zeit zum Lesen. Nach getaner Arbeit mache ich einfach die Leinen los, setze die Segel und plaudere mit den Windgöttern.

nach: [www.spiegel.de](http://www.spiegel.de)

#### Aussage B (kobieta)

Ich bin gerne Alleinseglerin. Ich habe Vertrauen ins Boot und in meine eigenen Empfindungen. Das einfache Leben ist schön. Ich kann machen, was ich will. Ich kann stundenlang aufs Wasser oder in den Himmel schauen. Ich bin allein mit meinem Boot und dem Logbuch, in das ich notiere, was unterwegs passiert. Denn Schreiben ordnet die Gedanken und zeigt mir neue Wege auf, wenn ich Probleme habe. Zum Beispiel, wenn ich hin und wieder in der Einsamkeitsfalle feststecke. An Bord lese ich Bücher. Sofort fühle ich mich nicht mehr so verlassen. Die Bücher verstehen mich, muntern mich auf, geben mir Kraft.

nach: [www.spiegel.de](http://www.spiegel.de)

#### Aussage C (mężczyzna)

Seit 27 Jahren habe ich keine feste Adresse an Land. Das Leben, das ich führe, klingt für viele paradiesisch. Aber an Bord muss man auf Vieles verzichten, mit viel Zeit umgehen können und seine Tage sinnvoll füllen – das ist eine Herausforderung. Man liest, man beobachtet Tiere, es passiert viel, vor allem im Kopf.

Für die Defizite werde ich durch wunderbare Naturerlebnisse entschädigt. Ich habe so viel Schönes erlebt, dass ich immer genau wusste, warum ich auf See lebe.

Ich brauche nicht viel. Ich mache keine Pläne und lebe von der Hand in den Mund. Als Alleinsegler lebe ich in einem System, das durch Freundschaften existiert, in dem es ein wechselseitiges Geben und Nehmen gibt. Man nimmt, was man braucht, man gibt, was man kann.

nach: [www.stern.de](http://www.stern.de)

### Aufgabe 2

#### Text 1

*Mężczyzna:* Ist Maskenbildnerin dein Traumberuf, Anna?

*Kobieta:* Ja, definitiv. Ich habe mir einen kreativen Job gewünscht, in dem Verstand und schöpferisches Handwerk gefragt sind und bei dem ich nah am Menschen arbeiten kann. Der Job als Maskenbildnerin bietet diese Vielfalt auf jeden Fall.

*Mężczyzna:* Was erwartest du von deiner Ausbildung an deiner Schule?

*Kobieta:* Ich will hier ganz viele unterschiedliche Dinge lernen, vor allem die Techniken. Ich will Erfahrungen sammeln und mich mit verschiedenen Aufgaben aus den Bereichen Theater, Film und Maske vertraut machen, zum Beispiel mit der Herstellung von Haarteilen und Perücken, dem Frisieren, dem Special-Effects-Make-up für Film und Fernsehen, aber auch dem einfachen Beauty-Make-up. Meine Erwartungen sind bisher voll erfüllt worden.

*Mężczyzna:* Welche Aufgaben machen dir in deiner Ausbildung besonders viel Spaß?

*Kobieta:* Ehrlich gesagt alles – die Abwechslung ist sehr schön. Modellieren und selber Wesen zu kreieren verlangt natürlich viel Kreativität, aber auch handwerkliche Fähigkeiten. Nur das Aufräumen macht wenig Spaß, gehört aber jedes Mal dazu.

*Mężczyzna:* Hast du während deiner Ausbildung schon praktische Erfahrung sammeln können?

*Kobieta:* Ein großer Vorzug ist die Möglichkeit, über die Ausbildung hinaus Aufträge anzunehmen und dadurch Erfahrungen zu sammeln. Man lernt dabei, mit den gelernten Techniken flexibel umzugehen und auf alles vorbereitet zu sein. Das hilft, neben dem Schulalltag eine realistische Perspektive zu entwickeln.

*Mężczyzna:* Du bist Siegerin der letzten Deutschen Meisterschaft für Maskenbildner in Ausbildung. Wie kam es dazu?

*Kobieta:* Ich hatte mich mit einer Skizze beworben und als ich dann die Einladung zur Teilnahme an der Meisterschaft in Düsseldorf erhielt, hab ich die Herausforderung gerne angenommen. Die Aufgabenstellung war ungewöhnlich: Man sollte eine Comicfigur konzipieren. Mit Comicfiguren hatte ich bisher keinerlei Erfahrung als angehende Maskenbildnerin, weshalb ich anfangs zögerte. Schließlich habe ich eine Donald-Duck-Figur in 3D mit Menschengesicht, menschlichen Proportionen und Augen entwickelt. Im praktischen Wettbewerb der Meisterschaft, an der weitere sieben Kandidaten teilnahmen, musste ich in 90 Minuten die Teile der Maske auf das Modell kleben und das Gesicht des Modells außerdem passend schminken. Die Ergebnisse wurden von einer Jury aus erfahrenen Profis bewertet und dann wurde der Sieger bekanntgegeben. Alle Freunde und Lehrer, von denen ich riesige Unterstützung bekommen hatte, freuten sich natürlich mit mir, als der Siegerpokal an Donald Duck ging.

*Mężczyzna:* Was für Ziele hast du nach deiner Ausbildung?

*Kobieta:* Mir hat die Arbeit am Filmset bisher immer sehr viel Spaß gemacht und ich möchte das nach Möglichkeit weiter ausbauen. Mein Ziel ist es, eines Tages an einer Filmproduktion in Neuseeland mitwirken zu können. Aber ich bin offen für alles, was kommt.

nach: [www.ausbildung.de](http://www.ausbildung.de)

## **Text 2**

(*mężczyzna*)

Rund zwei Millionen Bundesbürger verletzen sich jedes Jahr beim Sport. Die Gründe sind Über- oder Fehlbelastung – den Pechfaktor einmal außer Acht gelassen. Amateursportler trifft es besonders häufig. Hier werden zwei Gruppen unterschieden: Da sind zum einen diejenigen, die ihren Sport sehr leistungsorientiert betreiben, die hoch motiviert und gut trainiert sind und die Technik beherrschen. Diese Sportler sind dadurch gefährdet, dass sie ihren Körper überfordern, wodurch das Verletzungsrisiko zwangsläufig steigt. Daneben treiben immer

mehr Menschen Sport, um etwas für ihren Körper und ihre Gesundheit zu tun. Allerdings mangelt es bei dieser Gruppe nicht selten am Grundwissen. Viele bereiten ihren Körper nicht ausreichend auf die sportliche Belastung vor oder haben die Technik der jeweiligen Sportart nicht richtig gelernt. Mit anderen Worten: Sie belasten den Körper falsch. Dann ist sportliche Aktivität nicht der Gesundheit dienlich, sondern abträglich.

Sportmediziner kritisieren in diesem Zusammenhang die „Billigfitness“, die manche Fitnessstudios anbieten. Die Studios sparen an qualifiziertem Personal und dann locken sie die Kunden mit Discountangeboten. Da sind Verletzungen vorprogrammiert.

Einer Studie zufolge sind Männer – als waghalsige Draufgänger – bei der gleichen Sportart stärker verletzungsgefährdet als Frauen. Männer und auch Jungen verletzen sich häufiger beim Sport, weil sie gefährliche Situationen als besondere Herausforderung suchen.

In der Verletzungsstatistik belegt Fußball den ersten Platz in Bezug auf die Verletzungshäufigkeit. Grundsätzlich sind aber alle Sportarten mit Gegnerkontakt besonders verletzungsgefährlich. Laut derselben Statistik gehen dagegen die schwersten Unfälle auf das Konto des Skifahrens.

Die Liste möglicher Sportverletzungen ist lang. Ärzte meinen, dass für Laien sehr viele Symptome, besonders am Anfang, ähnlich aussehen. So könnten Hobbysportler einen ernsten Muskelriss nicht von einer einfachen Zerrung unterscheiden. Deshalb ist es ratsam, bei Sportunfällen einen Arzt zumindest einmal draufschauen zu lassen. Stattdessen werden Sportverletzungen, Studien zufolge, oft in Eigenregie behandelt. Bei einer repräsentativen Umfrage gaben rund 6 Millionen Bundesbürger an, in den letzten 3 Monaten rezeptfreie Medikamente bei Sportverletzungen angewendet zu haben. Nur knapp 20% der Befragten konsultierten gleich nach der Verletzung einen Arzt.

nach: [www.ptaforum.pharmazeutische-zeitung.de](http://www.ptaforum.pharmazeutische-zeitung.de)

### **Aufgabe 3**

(kobieta)

Beziehungsprobleme, Einsamkeit, Stress: Mit diesen Problemen geht die sogenannte „Nightline“, das nächtliche Sorgentelefon für Studenten um. Das Team des Münchner Sorgentelefon zählt 20 Studenten. Alle ehrenamtlichen Mitarbeiter des Vereins besuchten am Wochenende eine Schulung, wo sie von einem Psychologen in die Regeln der nichtdirektiven Gesprächsführung eingewiesen wurden. Die Methode besteht darin, einem Gesprächspartner die Selbstreflexion zu ermöglichen und ihm dadurch einen Weg zur Selbsthilfe zu eröffnen.

Die Beurteilung eines Problems oder konkrete Ratschläge zur Lösung sind tabu. Wenn jemand anruft und sehr verärgert zu sein scheint, dann kann man nur fragen, warum er so wütend ist. Oft hilft das dem Gesprächspartner, dem Problem genauer auf den Grund zu gehen und sich einer Lösung anzunähern.

Die einzige formale Voraussetzung dafür, am Sorgentelefon arbeiten zu können, ist die Immatrikulation an einer Hochschule. Der Verein nimmt seinen Leitspruch „von Studenten für Studenten“ ernst. Das soll eine niedrige Hemmschwelle garantieren. Denn über Probleme lässt es sich am besten mit Gleichaltrigen reden, die in derselben Lebenssituation sind. Eines der häufigsten Themen ist Einsamkeit. In München sind viele sozial isoliert. Auch Geldsorgen und Existenzängste tauchen oft auf. Studentinnen rufen häufiger wegen Beziehungsproblemen an. Oft schütten Anrufer auch ihr Herz über Probleme in Wohngemeinschaften oder Konflikte mit Freunden aus.

Fast 70 Prozent der Anrufer sind männlich. Männer ziehen es anscheinend vor, mit Unbekannten über ihre Probleme zu sprechen. Die Anrufer können die Mitarbeiter des Sorgentelefon täglich zwischen 20.00 und 24.00 Uhr erreichen, pro Woche rufen im Schnitt 15 Studenten an. Vor Weihnachten und zum Semesterende steigt die Anruferzahl –

wahrscheinlich, weil dann etwaige Einsamkeit besonders schmerzt und zum Semesterende die Prüfungen anstehen, was bei vielen Versagensängste auslöst.

Wenn jemand mit einem gravierenden Problem anruft, haben die Studenten die Telefonnummern von Hotlines mit speziell geschultem Fachpersonal parat und bitten den Anrufer, sich dort Hilfe zu holen. Auch bei weniger existentiellen Fragen können die Studenten nicht immer weiterhelfen. Und so endet auch nicht jedes Gespräch mit der Lösung des Problems. Trotzdem hören sie oft, dass es den Anrufern gutgetan habe, überhaupt über ihr Problem zu reden. Man muss gar nicht ständig etwas sagen. Meist reicht es schon, einfach nur zuzuhören.

*nach: [www.faz.net](http://www.faz.net)*