



text: Kateřina Pokorná
foto: Rašek Cihla

ANGLICKY ZA PÁR MINUT...

Zázrak. Desítky nových cizojazyčných pojmů za hodinu uložených trvale do paměti. To bez nezáživného memorování. Revoluční metoda učení slovíček v příbězích sází na asociace a fantazii. Je jedinečná?

Není nic nesmyslnějšího než se učit cizí slovíčka biflováním. To je, jako bych jel z Prahy do Plzně, ale couval,“ hlásí lektor Jakub Pok v úvodu dvoudenního kurzu, který slibuje, že se lze naučit až sto cizích slov za šedesát minut.

Sobota, devět hodin ráno. Do čtvrtého patra historické budovy v centru metropole s dokonalým výhledem na Karlův most přichází dvacítká účastníků jazykového semináře. Nejmladší je náctiletý žák

základní školy, nejstarší už pár let pobírá starobní důchod.

Mozek a tělo je pro začátek dobré „nakopnout“ ovocem, sušenkami či kávou. Nabízeným občerstvením nepohrdá nikdo. „Máme dvě pravidla; říkáme si jménem, ale vykáme si, a neexistuje hloupá otázka,“ zdůrazňuje Jakub Pok, majitel Školy paměti a lektor v jednom. Sám větší potíže s pamětí neměl, ale dobře si vzpomíná na zkušební období, kdy musel vstřebat za krátký čas hodně informací a do toho se

vyrovnával s nervozitou a stresem. Právě po té zkušenosti začal hledat způsoby, jak se učit rychleji a proces zefektivnit. „O paměťových technikách jsem se dozvěděl při studiích v Německu. Od počátku mě fascinovaly. Zprvu mi připadalo neuvěřitelné, že se dá zapamatovat balíček 52 kanastových karet v přesném pořadí do pěti minut nebo stovky čísel či jmen. Když jsem poznal, že základem je pochopit pár technik a trochu je potrénovat, byl jsem nadšen a hned se do toho

pustil,“ popisuje Pok první setkání s paměťovými technikami, jimiž se lze naučit cokoliv – včetně cizích jazyků.

Opakovat za deset minut

„Jazyky se učíme nahodile, přitom je to otázka systému. Když ho člověk pochopí, vstřebává novou řeč nejpозději za rok,“ tvrdí po zkušenostech lektor, který frekventanty kurzů učí slovíčka jinak než abstraktním biflováním. Na metodě slovíček v příbězích ukazuje, jak překlenout počáteční neuchopitelnost výrazů, kvůli níž se těžko pamatují. Využívá přirozené lidské schopnosti fixovat více obrazy než sama slova.

„Systém zrychleného učení jazyků, který vám ukážu, je postaven na jasných pravidlech. Mozek člověka má rád, je-li ve

věcech řád. K tomu je nutno naučené informace správně opakovat. A to je to, co u některých moderních jazykových učebnic i kurzů postrádám,“ vysvětluje.

Jeho hlas není monotónní, živě gestikuluje, používá vtipná přirovnání. Ve dvou větách přiblíží program víkendového kurzu, i to, že na úvod všichni projdou testem a domů si v podvečer odnesou dva úkoly. První den se podle instrukcí proniká do principů paměťových technik, které se prakticky potrénují, druhý se soustředí na rychlost zpracování cizích slovíček, na pravidla efektivního učení a na to, jak si zapamatovat složitá slovesa, ustálená slovní spojení...

„Základem je dvojí opakování naučeného – poprvé za deset minut, podruhé do 24 hodin,“ upozorňuje Jakub Pok, autor publikace Jak se naučit 100 slovíček za hodinu. Na kurz mohou přijít lidé s různým stupněm znalosti jazyka (kteréhokoli). Řeší jen techniky usnadňující uchopení cizí řeči.

Chci mluvit s cizinci

Účastníci se představují a připojují větu, s čím nejvíce při učení bojují. Většina se radí k chronickým začátečníkům, další nejsou schopni vstřebat v pořadí třetí nebo čtvrtý cizí jazyk, některým se naučené řeči pletou.

„Když se dva lidé baví, rozumím jim, ale nedokážu vstoupit do konverzace... slova mi v hlavě nenaskočí,“ svěřuje problém Zuzana (37), učitelka na prvním stupni základní školy. Mrzí ji, že si nedokáže ani malé věci při pobytu na dovolené v zahraničí zařídit sama, vše deleguje na manžela. „On na základním paměťovém kurzu byl a vrátil se nadšený. Teď vyslal mě,“ usmívá se sympatická rusovláska.

Podle lektorových zkušeností je toto typický český jazyko-

vý handicap. Mnohdy rozumíme mluvenému slovu i textu, ale verbální reakce v cizí řeči „nenaskočí“ tak rychle, jak potřebujeme, proto raději mlčíme. I na to funguje technika mentálních obrazů. Kdo si ji osvojí, posune se v jazyce brzy dál. Pokud ne, Škola paměti garantuje vrácení peněz.

Nejhůř se pamatují čísla

„Jsem tady, protože nechci umřít hloupý,“ svěřuje se sedmdesátiletý Vašek. Vedoucí pokyvuje hlavou, to slyšá od starších účastníků často.

„Někomu to zní směšně, ale je to dobrý důvod. Když paměť člověk cvičí, pálí mu to i v devadesáti. Nejstarší účastníci jazykového kurzu Školy paměti bylo devadesát dva,“ připomíná Jakub Pok. Kurzy nemají věkové omezení, ale starší tu často dosahují lepších výsledků než ti mladší, kteří přijímají informace primárně pasivně a mozek nijak netrénují. „Po zkušenostech s tisíci účastníky můžu říct, že techniku zvládne každý. Na vysvětlení není těžká, spíše je třeba ji potrénovat a nevrhat se hned na počátku do zpracování těžkých slovíček. S každým dalším vytvořeným příběhem pro slovíčko se člověk zdokonaluje a technika mu jde lépe,“ slibuje lektor.

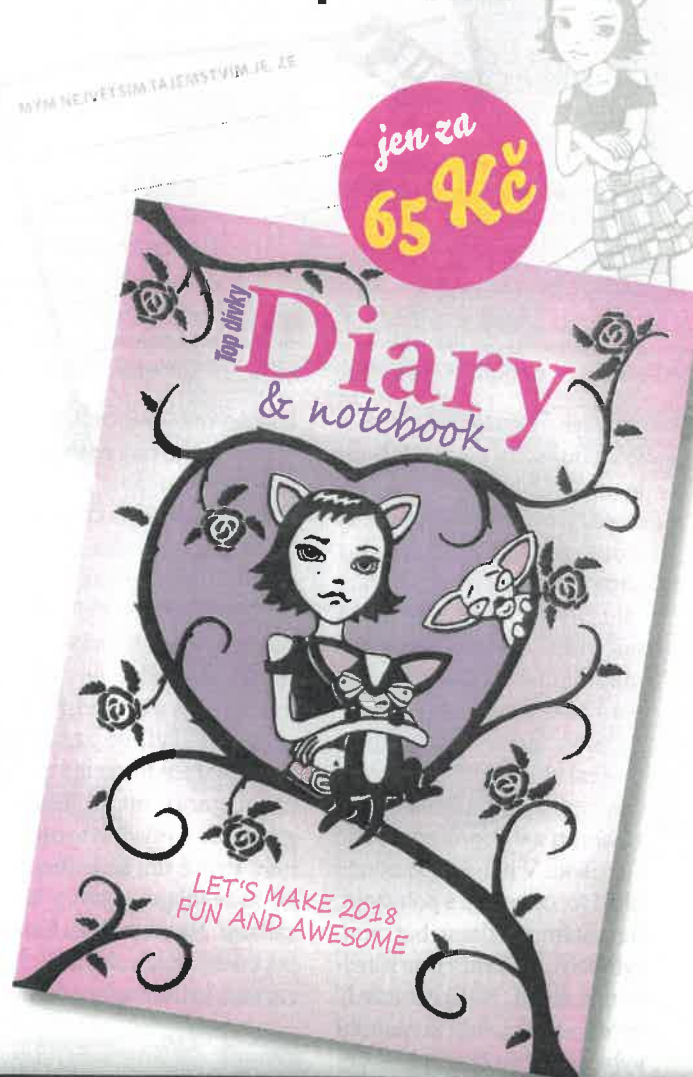
Metodu demonstruje na anglickém jazyce, ale i na slovíčkách z němčiny, španělštiny, francouzštiny, někdy na exotičtějším jazyce, jako je arabština, čínština. Na oné technice je geniální to, že ji lze použít univerzálně na jakýkoli jazyk.

„Která oblast je pro paměť nejtěžší?“ vznáší dotaz do fóra lektor. Frekventanti reagují a křičí: čísla, jména. A Jakub Pok připojuje ještě slovíčka a velí: prodýchat, uvolnit, protože stresové hormony mažou paměťové stopy v mozku.

Začínáme! Je tu vstupní test. Za pět minut se skupina naučí šestnáct smyšlených

Konečně diář pro holky!

Právě v prodeji na stánku nebo přes SMS



Ideální pro plánování školy, psaní poznámek i organizování kroužků a zábavy! Velikost akorát do tašky nebo kabelky.

ZA 1 SMS
PŘÍMO K VÁM
DO SCHRÁNKY



PRO OBJEDNÁNÍ
POŠLETE SMS NA
ČÍSLO 902 06
VE TVARU: DIAR_
JMÉNO_PŘIJMENÍ_
ULICE_MĚSTO_PSC

CENA ZA JEDNU SMS 65 Kč

Technicky zajišťuje: GLOBAL ASSET HOLDING a.s., Na Příkopě 9-11, Praha 1
www.globasset.cz, www.platmobitem.cz, Infolinka po-pá 9:00-17:00, +420 267 090 338

JAKUB POK

JAK SE NAUČIT
100
SLOVÍČEK
ZA HODINU



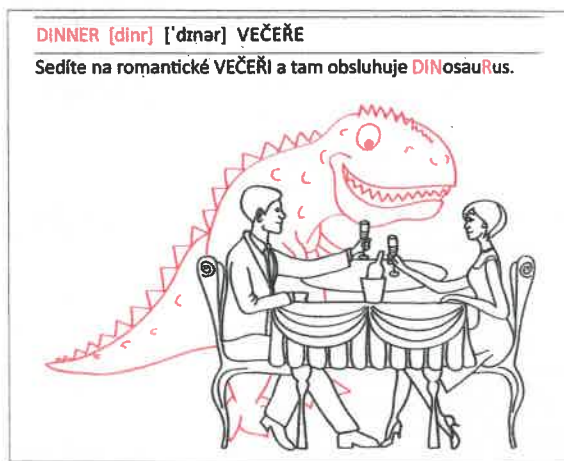
Revoluční
metoda
slovíčků
v příbežích

slovíček – popelnice je „rubujo“, houpačka „singin“, košile „havantik“... Po vypršení časového limitu naučená slova píší všichni na volný papír. Mám zvládnutou polovinu, ostatní jsou na tom podobně i hůře. Na konci máme podobný úkol zvládnout bezchybně celý.

Paměť nejlépe funguje ve spojení s fantazií, vizualizací, emocemi, asociacemi, lokalizováním a v neposlední řadě i logikou. V hlavě se snadněji uloží to, co se pojí s pohybem, humorem, erotikou, barvami, symboly... „Obrazy jsou silnější než slova. Kolikrát každý prožil situaci, kdy si nemohl vybavit jméno člověka, poučku v učebnici a začínal slovy: Přesně to vidím, mám to na jazyku, ale nevzpomenu si,“ popisuje Jakub. Všichni souhlasí. I proto mnohé firmy používají v prodejnách typické vůně či určitou hudbu. Automaticky si její budoucí poslech spojíme s danou značkou. Podobných asociací běží člověku v mozku až pět tisíc denně.

Přeložit a lokalizovat

Další úkol: je třeba si zapamatovat deset na první pohled nesourodých dvojic – jako



KNIHA MÍSTO KURZU. Vše podstatné o metodě učení se slovíček pomocí obrazů je sepsáno v publikaci, která je čerstvě na pultech knihkupectví.

kabel a velbloud, brýle a ram-pouch –, a to tak, že se propojí. Hlavou mi běží dvouhrbé zvíře s kabelem na krku, vidím hráčku tenisu, které z rakety stoupá dým... Vše se představuje se zavřenými očima. Nemusí to být logické ani racionální. Je třeba využít maxima fantazie a absurdity. Poté si každý ukládá do paměti pět slovdoucích po sobě: zubař, plech, garáž, mléko, Hitler – a vytváří v mysli vlastní příběh. Právě tak se jednoduše po sobě jdoucí pojmy v hlavě zafixují. Na stejné bázi funguje i učení cizích slovíček. Pro začátek vstřebávejme španěl-



SLADKOSTI ZA RYCHLOST. Nejbystřejší účastníky kurzu Jakub Pok průběžně odměňoval čokoládou.

ské slovo „sudar“ – potit se. Nejprve je nutné zasadit slovo do typického prostředí, lokalizovat ho. Kde se často člověk potí? V sauně. Následně se slovo rozporcuje tak, aby se v něm zrcadlila česká slovíčka – vidíme „sud“ a zbývá „ar“, což může být začátek slova „Arab“. Zavřeme oči a už je v sauně, kde se všichni potí, sud a v něm propocení Arab.

„Krok číslo jedna je cizí slovo přeložit, lokalizovat logicky a posléze najít klíčová slova. Vše dohromady se propojí do příběhu,“ popisuje Jakub Pok. „Podstatná jména půjdou, ale co slovesa?“ ozývá se Ludvík. Hned řešíme anglické sloveso „dismiss“, tedy propustit. Propouští se například v továrně, rozložením slova vzniká „dis“ – může jít o slovo „dyslektické“ (ička se neřeší), zbývá „miss“ – královna krásy. A už všichni

vidí propuštěné dyslektické missky. „A přídavná jména, jak na ně?“ ptá se další. „Ta si personifikujeme. Slim znamená ‚hubený‘, tak si vybavte hubeného známého z okolí a představte si, jak po něm lezou slímáci,“ radí lektor. Netřeba se bát, že mozek nepojme tisíce příběhů, které se budou s novými slovíčky pojít. Mentální obrazy z paměti vymizí, zůstane jen nová slova.

Tisíc věcí naráz!

Pracuje se ve dvojicích a trénuje hledání klíčových slov. Systém nahlížení na slova se mi zdá těžký, fantazie se nechce rozběhnout. Zlobím se. „Důležité je se naučit koncentrovat, soustředit, v tomto multitasking vítaný není,“ varuje Jakub. Po každé hodině je desetiminutová pauza a v poledne přestávka, ta trvá šedesát minut.

Aby jídlo nikoho posléze v žaludku neuspávalo, žongluje se s míčky. Trénink souhry levé a pravé mozkové hemisféry. Většinou se nedaří ony tři míčky za patnáct minut zkrotit.

V odpoledním bloku dochází na hru se slovy; porcuje se, každý vymýšlí příběhy, účastníci soutěží v rychlosti mezi sebou... (Nejlepším dá lektor čokoládu.) Postupně pronikají do problematiky paměťových cest. Je čas si zapamatovat jedenáct bodů v místnosti a deset na chodbě, a to tak, aby šly přesně za sebou – v reálu i paměti. Udržet je v paměti je úkol na doma, stejně jako naučit se sedm španělských slovíček.

Sobotní část kurzu končí kolem 17:00, pak je volno, ale nic nekončí... Nedělní „pamatovací“ ráno startujeme v devět, a to opakováním, pilováním paměťové cesty, která zjednoduší systém opakování naučených slov, ale může sloužit i pro vstřebání krátkých seznamů, prezentací, receptů...

Jak vypadá praxe? Je-li třeba si do hlavy uložit před cestou směr exotická destinace seznam věcí k vyřízení před odjezdem (očkování, pořízení letenky, výměna peněz...), uloží se ony body do paměti tak, že se spojí s těmi ve známém prostředí. Jak jdu na to? Očkování proti žlutence šroubuji na první bod paměťové cesty, což je lahev s pitím na stole, která bude imaginárně naplněna žlutou kapalinou, květináč můžu fantazijně přelípit letenkou, z televize budou v mé mysli létat dolary...

„Může to fungovat i na tisíce bodů,“ slibuje Pok. Sám si díky této technice pamatuje průběh kurzu, aniž musí v papírech kontrolovat, co jsme probrali a co nás čeká. Paměťové cesty se hodí i na zmíněné opakování naučených slovíček. Stačí si novou desítku z dané lekce zasadit do určité trasy. Nová slovíčka z dalších lekcí lze napařovat do stávajícího příběhu. „Opakovat lze i klasicky tím, že si zakryjí cizí ekvivalenty, ale tohle je lepší,“ radí lektor.

Figl na předložky

Nejlepší přichází na řadu před nedělním polednem. Během pár minut si mají účastníci kurzu osvojit to, s čím bojují léta ve školách i v jazykových lekcích. Anglické předložkové vazby, které co do logičnosti nemají s češtinou nic společného. Dostávají k překladu čtyři věty a pět ustálených spojení typu – na nebi, v autobuse, u doktora... Nikdo z dvaceti účastníků nemá vše správně, nejčastěji se chybuje pětkrát až šestkrát. Jsem pyšná na svoje čtyři správné odpovědi; jsou v pořádku jen proto, že je občas vidám v synově učebnici pro pátý ročník ZŠ a na internetu. „Pro nejčastěji používané předložky si vytvoříme zástupné symboly: ‚at‘ může být zavináč, ‚in‘ je šipka dovnitř jakoby zabodnutá do terče, ‚on‘ vnímáme jako

zapnutý, takže předložce přisoudíme zelenou barvu, ‚out‘ bude píšťalka – vidíme rozhodčího, jak píská aut,“ učí zafixování lektor.

Spojení „na obloze“ si účastníci představují jako hvězdy připíchnuté šipkou k nebi, tudíž píší „in the sky“, při překladu spojení „u lékaře“ si třeba v mysli vybaví odborníka v ordinaci se zavináčem místo spodního prádla... Symboliku je možné užít i při zapamatování větných členů. Německá slovíčka s členem „der“ si představujeme při učení modře, „die“ červeně... Chybování je pak vyloučené.

Na závěr tip, jak postupovat při samostudiu z učebnice Angličtina pro jazykové školy – jak si lekci rozdělit, jak efektivně opakovat. „Potvrzením, že jsme lekci správně nastudovali, by mělo být to, že na základě otrockého překladu jsme schopni bez chyby přeložit do cizího jazyka hlavní článek v každé lekci,“ dodává Pok.

Na semináři byla mojí studijní sousedkou šestašedesátiletá lékařka Eva. Překvapovala bystrostí a rychlostí, v mnoha věcech jsem za ní pokulhávala. Přesto tvrdila, že žádný jazyk neovládá dobře. „Mám problém s učením nových slovíček hlavně v angličtině. Asi to bude tím, že jsem už stará a přetížena,“ přemítala. Návštěvu kurzu dostala od dětí k narozeninám. „Věřím, že díky té metodě může nastat v mém učení průlom. Líbí se mi zapojování fantazie, v profesi si to nemůžu moc dovolit,“ říkala. Nadšení sdílím i já, věčný začátečník v ruském, německém i anglickém jazyce. Snad dojde k progresu a já už nebudu couvat před nevinným dotazem turistky: Can you help me?, ale hbitě odpovím: Yes!



pokorna@instinkt-online.cz

est. 1991

MANUFATURA



Váš
nejkrásnější
dárek

www.manufatura.cz