

A1.25.1 Warum bin ich so nervös?

¿Por qué estoy tan nervioso?

<https://app.colanguage.com/es/aleman/dialogos/warum-bin-ich-nervos>



1. Mira el vídeo y responde a las preguntas relacionadas.

Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=6pJeW4eAw0c&start=23&end=52>

Die Emotionen	<i>(Las emociones)</i>	Die Überraschung	<i>(La sorpresa)</i>
Die Freude	<i>(La alegría)</i>	Der Ekel	<i>(El asco)</i>
Die Wut	<i>(La ira)</i>	Die Verachtung	<i>(El desprecio)</i>
Die Angst	<i>(El miedo)</i>	Die Trauer	<i>(La tristeza)</i>

1. Wie viele verschiedene Emotionen werden genannt?
 - Drei Emotionen
 - Sieben Emotionen
 - Zehn Emotionen
 - Fünf Emotionen
2. Welche der folgenden Gefühlswörter steht im Text?
 - Die Freude
 - Der Computer
 - Der Termin
 - Die Stadt
3. Was sagt der Text über die Gesichtsausdrücke?
 - Sie sind nur bei Kindern sichtbar.
 - Sie sind nur im Büro wichtig.
 - Sie sind nur in Deutschland gleich.
 - Sie sind genetisch in uns verankert.
4. Wo sehen diese Emotionen gleich aus?
 - Nur im Internet
 - Überall auf der Welt
 - Nur in großen Städten
 - Nur in Europa

1-b 2-a 3-d 4-b

2. Lee el diálogo y responde a las preguntas.

Gespräch über Nervosität beim Sprechen vor anderen

Conversación sobre los nervios al hablar delante de otras personas

- Paul:** Guten Tag, Jule. Was bringt dich heute zu mir? *(Buenos días, Jule. ¿Qué te trae por aquí hoy?)*
- Jule:** Ich bin oft nervös, wenn ich vor einer Gruppe sprechen muss. Ich weiß nicht, wie ich damit umgehen soll. *(A menudo me pongo nerviosa cuando tengo que hablar delante de un grupo. No sé cómo manejarlo.)*
- Paul:** Das ist sehr verständlich. Was passiert, wenn du vor Leuten sprichst? *(Eso es muy comprensible. ¿Qué pasa cuando hablas delante de gente?)*
- Jule:** Ich fange an stark zu schwitzen und meine Stimme fängt an zu zittern. *(Empiezo a sudar mucho y mi voz se pone temblorosa.)*

- Paul:** Es ist wichtig, in solchen Momenten ruhig zu bleiben. Wovor hast du Angst, wenn du vor Leuten sprichst?
- Jule:** Ich habe Angst, dass ich Fehler mache und dass andere Leute besser sind als ich.
- Paul:** Was du beschreibst, ist völlig normal, Jule. Manche Menschen finden das Sprechen vor anderen schwieriger als andere.
- Jule:** Was kann ich machen, um das zu ändern? Es belastet mich sehr.
- Paul:** Es ist eine Frage der Übung. Vor Leuten sprechen zu können ist keine feste Charaktereigenschaft, sondern erfordert Training.
- Jule:** Also kann ich meine Nervosität abtrainieren und besser werden?
- Paul:** Exakt! Und wenn du merkst, dass du ängstlich wirst, versuche, dich nicht so ernst zu nehmen. Lach darüber!
- (*Es importante mantener la calma en esos momentos. ¿Qué te asusta cuando hablas delante de gente?*)
- (*Tengo miedo de cometer errores y de que los demás sean mejores que yo.*)
- (*Lo que describes es totalmente normal, Jule. A algunas personas les resulta hablar delante de otros más difícil que a otras.*)
- (*¿Qué puedo hacer para cambiar eso? Me afecta mucho.*)
- (*Es una cuestión de práctica. Poder hablar delante de otros no es una cualidad fija del carácter, sino algo que se aprende con entrenamiento.*)
- (*¿Así que puedo desaprender mis nervios y mejorar?*)
- (*¡Exacto! Y cuando notes que te pones ansiosa, intenta no tomártelo tan en serio. ¡Ríete de ello!*)

1. Lies den Dialog. Warum kommt Jule zu Paul?

- a. Sie ist wütend auf ihre Kollegen im Büro.
- b. Sie ist oft nervös, wenn sie vor einer Gruppe sprechen muss.
- c. Sie ist traurig, weil sie ihre Arbeit verloren hat.
- d. Sie ist gelangweilt in ihrem Deutschkurs.

2. Wie fühlt sich Jule, wenn sie vor Leuten spricht?

- a. Sie ist wütend und schreit.
- b. Sie ist sehr glücklich und lacht viel.
- c. Sie ist nervös und ängstlich.
- d. Sie ist ruhig und entspannt.

1-b 2-c