

## A1.25.1 Warum bin ich so nervös?

¿Por qué estoy tan nervioso?



1. Was hat Paul Ekman entdeckt?
  - a. In jedem Land sehen Emotionen ganz anders aus.
  - b. Menschen haben nur drei Emotionen.
  - c. Menschen signalisieren überall sieben Emotionen gleich.
  - d. Nur Kinder zeigen Emotionen im Gesicht.
2. Wie sind diese Gesichtsausdrücke im Menschen verankert?
  - a. Sie werden nur in der Schule gelernt.
  - b. Sie sind genetisch in uns verankert.
  - c. Sie kommen durch Mode.
  - d. Sie sind nur im Urlaub so.
3. Welche der folgenden Emotionen gehört zu den sieben genannten?
  - a. Die Krankheit
  - b. Die Überraschung
  - c. Der Hunger
  - d. Die Müdigkeit
4. Wo sehen Freude, Wut und Trauer gleich aus?
  - a. Nur in Mexiko
  - b. Nur in Deutschland
  - c. Nur in Australien
  - d. Überall auf der Welt

1-c 2-b 3-b 4-d

## 2. Lee el diálogo y responde a las preguntas.

Jule berichtet ihrem Coach von ihrer Angst, vor Leuten zu sprechen.

*Jule le cuenta a su coach sobre su miedo a hablar delante de la gente.*

- Paul:** Guten Tag, Jule. Was bringt dich heute zu mir? *(Buenos días, Jule. ¿Qué te trae hoy aquí?)*
- Jule:** Ich bin heute sehr nervös. *(Hoy estoy muy nerviosa.)*
- Paul:** Warum bist du so nervös? *(¿Por qué estás tan nerviosa?)*
- Jule:** Ich muss heute vor vielen Leuten sprechen. *(Hoy tengo que hablar delante de mucha gente.)*
- Paul:** Wovor hast du Angst, wenn du vor Leuten sprichst? *(¿De qué tienes miedo cuando hablas delante de la gente?)*
- Jule:** Ich habe Angst, Fehler zu machen und dass andere besser sind als ich. *(Tengo miedo de cometer errores y de que los demás sean mejores que yo.)*
- Paul:** Versuche, langsam zu sprechen und ruhig zu bleiben. *(Intenta hablar despacio y mantener la calma.)*
- Jule:** Das belastet mich sehr. *(Eso me agobia mucho.)*
- Paul:** Atme tief ein und bleib ruhig. *(Respira hondo y mantén la calma.)*
- Jule:** Danke. Das hilft mir ein bisschen. *(Gracias. Eso me ayuda un poco.)*
- Paul:** Keine Angst. Du bist gut vorbereitet! *(No tengas miedo. ¡Estás bien preparada!)*

1. Warum ist Jule heute nervös?
  - a. Sie muss heute vor vielen Leuten sprechen.
  - b. Sie ist wütend auf Paul.
  - c. Sie ist traurig und möchte weinen.
  - d. Sie ist gelangweilt im Gespräch.
2. Was rät Paul Jule?
  - a. Sie soll sich entschuldigen und sofort gehen.
  - b. Sie soll laut und schnell sprechen.
  - c. Sie soll langsam sprechen und ruhig bleiben.
  - d. Sie soll lächeln und lachen, damit alle glücklich sind.

**1-a 2-c**