

A1.25.1 Warum bin ich so nervös?

Warum bin ich so nervös?

<https://app.colanguage.com/german/dialogues/warum-bin-ich-nervos>



1. Watch the video and answer the related questions.

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

Die Emotionen (Emotions)

Die Freude (Joy)

Die Wut (Anger)

Die Angst (Fear)

Die Überraschung (Surprise)

Der Ekel (Disgust)

Die Verachtung (Contempt)

Die Trauer (Sadness)

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

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

2. Read the dialogue and answer the questions.

Gespräch über Nervosität beim Sprechen vor anderen

Conversation about feeling nervous when speaking in front of others

Paul: Guten Tag, Jule. Was bringt dich heute zu mir?

(Hello, Jule. What brings you here today?)

Jule: Ich bin oft nervös, wenn ich vor einer Gruppe sprechen muss. Ich weiß nicht, wie ich damit umgehen soll.

(I'm often nervous when I have to speak in front of a group. I don't know how to handle it.)

Paul: Das ist sehr verständlich. Was passiert, wenn du vor Leuten sprichst?

(That's completely understandable. What happens when you speak in front of people?)

Jule: Ich fange an stark zu schwitzen und meine Stimme fängt an zu zittern.

(I start sweating a lot and my voice begins to shake.)

Paul: Es ist wichtig, in solchen Momenten ruhig zu bleiben. Wovor hast du Angst, wenn du vor Leuten sprichst?

(It's important to stay calm in those moments. What are you afraid of when you speak in front of others?)

- Jule:** Ich habe Angst, dass ich Fehler mache und dass andere Leute besser sind als ich. *(I'm afraid I'll make mistakes and that other people are better than me.)*
- Paul:** Was du beschreibst, ist völlig normal, Jule. Manche Menschen finden das Sprechen vor anderen schwieriger als andere. *(What you describe is perfectly normal, Jule. Some people find speaking in front of others harder than others do.)*
- Jule:** Was kann ich machen, um das zu ändern? Es belastet mich sehr. *(What can I do to change that? It's really weighing on me.)*
- Paul:** Es ist eine Frage der Übung. Vor Leuten sprechen zu können ist keine feste Charaktereigenschaft, sondern erfordert Training. *(It's a matter of practice. Being able to speak in front of people isn't a fixed personality trait — it takes training.)*
- Jule:** Also kann ich meine Nervosität abtrainieren und besser werden? *(So I can train myself out of the nervousness and improve?)*
- Paul:** Exakt! Und wenn du merkst, dass du ängstlich wirst, versuche, dich nicht so ernst zu nehmen. Lach darüber! *(Exactly. And when you notice you're getting anxious, try not to take yourself so seriously. Laugh about it!)*

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

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

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

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

1-b 2-b