

## A1.25.1 Warum bin ich so nervös?

*Perché sono così nervoso?*



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

**1-a 2-c 3-b 4-c**

## 2. Leggi il dialogo e rispondi alle domande.

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

*Jule racconta al suo coach della sua paura di parlare davanti alla gente.*

- Paul:** Guten Tag, Jule. Was bringt dich heute zu mir? *(Buongiorno, Jule. Cosa ti porta oggi da me?)*
- Jule:** Ich bin heute sehr nervös. *(Oggi sono molto nervosa.)*
- Paul:** Warum bist du so nervös? *(Perché sei così nervosa?)*
- Jule:** Ich muss heute vor vielen Leuten sprechen. *(Oggi devo parlare davanti a molte persone.)*
- Paul:** Wovor hast du Angst, wenn du vor Leuten sprichst? *(Di cosa hai paura quando parli davanti alla gente?)*
- Jule:** Ich habe Angst, Fehler zu machen und dass andere besser sind als ich. *(Ho paura di fare errori e che gli altri siano migliori di me.)*
- Paul:** Versuche, langsam zu sprechen und ruhig zu bleiben. *(Cerca di parlare lentamente e di restare calma.)*
- Jule:** Das belastet mich sehr. *(Questo mi pesa molto.)*
- Paul:** Atme tief ein und bleib ruhig. *(Fai un respiro profondo e resta calma.)*
- Jule:** Danke. Das hilft mir ein bisschen. *(Grazie. Questo mi aiuta un po'.)*
- Paul:** Keine Angst. Du bist gut vorbereitet! *(Niente paura. Sei ben preparata!)*

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

**1-d 2-a**