

## A1.25.1 Warum bin ich so nervös?

Waarom ben ik zo nerveus?



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

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

## 2. Lees de dialoog en beantwoord de vragen.

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

*Jule vertelt haar coach over haar angst om voor mensen te spreken.*

- Paul:** Guten Tag, Jule. Was bringt dich heute zu mir? *(Goedendag, Jule. Wat brengt je vandaag bij mij?)*
- Jule:** Ich bin heute sehr nervös. *(Ik ben vandaag erg nerveus.)*
- Paul:** Warum bist du so nervös? *(Waarom ben je zo nerveus?)*
- Jule:** Ich muss heute vor vielen Leuten sprechen. *(Ik moet vandaag voor veel mensen spreken.)*
- Paul:** Wovor hast du Angst, wenn du vor Leuten sprichst? *(Waar ben je bang voor als je voor mensen spreekt?)*
- Jule:** Ich habe Angst, Fehler zu machen und dass andere besser sind als ich. *(Ik ben bang om fouten te maken en dat anderen beter zijn dan ik.)*
- Paul:** Versuche, langsam zu sprechen und ruhig zu bleiben. *(Probeer langzaam te spreken en rustig te blijven.)*
- Jule:** Das belastet mich sehr. *(Dat belast me erg.)*
- Paul:** Atme tief ein und bleib ruhig. *(Adem diep in en blijf rustig.)*
- Jule:** Danke. Das hilft mir ein bisschen. *(Dank je. Dat helpt me een beetje.)*
- Paul:** Keine Angst. Du bist gut vorbereitet! *(Geen angst. Je bent goed voorbereid!)*

1. Warum ist Jule heute nervös?
  - a. Sie ist gelangweilt im Gespräch.
  - b. Sie muss heute vor vielen Leuten sprechen.
  - c. Sie ist traurig und möchte weinen.
  - d. Sie ist wütend auf Paul.

2. Was rät Paul Jule?

- a. Sie soll sich entschuldigen und sofort gehen.    b. Sie soll laut und schnell sprechen.  
c. Sie soll lächeln und lachen, damit alle glücklich sind.    d. Sie soll langsam sprechen und ruhig bleiben.

**1-b 2-d**