

## Berührungen sind gesund

### Aufgaben zum Text

#### 1. Wovon handelt der Text?

**Hör dir das Audio an und beantworte dann die Frage.**

Im Text geht es um die gesundheitlichen Auswirkungen von ...

- a) Massagen.
- b) Sex.
- c) sozialem Körperkontakt.

#### 2. Was steht im Text?

**Lies das Manuskript und beantworte dann die Fragen. Mehrere Antworten können richtig sein.**

- 1. Berührungen helfen gegen ...
  - a) Ängste und Depressionen.
  - b) Stress.
  - c) Schmerzen.
  
- 2. Was ist wichtig, damit Berührungen einen positiven Effekt auf die Gesundheit haben?
  - a) Sie müssen von Menschen kommen, die uns nahestehen.
  - b) Sie müssen angenehm sind und sollten möglichst regelmäßig vorkommen.
  - c) Sie müssen stark und intensiv sein.

### 3. Übe die Vokabeln!

Welches Wort passt in welche Lücke? Wähl aus.

1. Der Begriff Gesundheit bezieht sich auf den Körper und die \_\_\_\_\_.
  2. \_\_\_\_\_ gehören zu den häufigsten psychischen Krankheiten.
  3. Dopamin ist ein \_\_\_\_\_, das für Glücksgefühle sorgt.
  4. Positive Gefühle stärken das \_\_\_\_\_ und bewirken, dass man weniger leicht krank wird.
  5. Eine gute \_\_\_\_\_ hilft gegen Herzinfarkte und Schlaganfälle.
- a) Hormon                      b) Immunsystem                      c) Depressionen  
d) Durchblutung              e) Psyche

### 4. Übe die Wortbildung!

Was passt? Wähl aus.

1. jemanden stark machen: jemanden \_\_\_\_\_(-/er-/ver-)stärken
2. jemanden schwach machen: jemanden \_\_\_\_\_(-/er-/ver-)schwächen
3. etwas besser machen: etwas \_\_\_\_\_(er-/be-/ver-)bessern
4. etwas schlechter machen: etwas \_\_\_\_\_(-/be-/ver-)schlechtern
5. jemanden ruhiger machen: jemanden \_\_\_\_\_(-/be-/ver-)ruhigen
6. jemandem Angst machen: jemanden \_\_\_\_\_(er-/ent-/ver-)ängstigen

*Autorin: Arwen Dammann*