

**Lösungsschlüssel
Deutsch
Niveaustufe B2**

**Hörverstehen
Teil 1**

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
C	A	B	A	C	A	B	B	A	C	B

Teil 2

1. In welchen Situationen aus dem Berufsleben kann die Prüfungsangst kommen?
bei Bewerbungen / Präsentationen
2. Welche Menschen sind am meisten gefährdet?
Perfektionisten / Menschen, die sich ständig kontrollieren / Menschen, die schon Misserfolge hatten
3. Wann gibt es oft schon die ersten negativen Erfahrungen?
in der Kindheit
4. Wer hat sich mit dem Thema „Angst“ beschäftigt?
(zahlreiche) Psychologen / Forscher
5. Was sollte beim Lernen nicht zu kurz kommen?
der Spaß
6. Was sollte man am Abend vor der Prüfung machen?
nicht mehr lernen / ausruhen / entspannen
7. Wofür sollte man sich in Stresssituationen Zeit nehmen?
für eine Pause
8. Was kann man mit der 4-6-8-Methode außer Stress noch wegatmen?
Angst / Wut
9. Welche Bewegung hilft, wenn man gestresst ist?
Treppen steigen / Kniebeugen / Liegestütze / schnell gehen (Sport wird nicht akzeptiert!)
10. Worauf soll man nach der neuesten Methode seine Sorgen und Ängste schreiben?
auf einen Zettel