

DSH „Stress“

ARBEITSBLATT: Textaufgaben

Familienname: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

**LV/TA: gesamt Bearbeitungszeit 90 Minuten**

**→ Empfohlene Bearbeitungszeit für diesen Teil (TA / WS): 30 Minuten**

**I: Bitte wandeln Sie um!**

1. Nach Meinung der Pädagogin Helen Heinemann lieben nur wenige Menschen Stress.

1

2

3

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ von wenigen Menschen \_\_\_\_\_.

2. Forschern zufolge können wir von Natur aus mit Stressreaktionen umgehen, um unsere Gesundheit zu verbessern. Außerdem kann Stress auf unsere Psyche eine positive Wirkung haben, die man nicht unterschätzen sollte.

1

2

3

Forschern zufolge können wir von Natur aus \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ mit Stressreaktionen umgehen.

Außerdem kann Stress auf unsere Psyche eine positive, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ Wirkung haben.

3. Kurzfristiger Stress führt zu einer schnelleren Heilung von Wunden, weil die Immunabwehr durch einen solchen Stress angeregt wird.

1

2

3

Kurzfristiger Stress regt die Immunabwehr an, \_\_\_\_\_ führt ein solcher Stress  
\_\_\_\_\_.

4. Der Effekt von Stressreaktionen kann auf die Zunahme der weißen Blutkörperchen zurückgeführt werden, die unseren Immunschutz erhöhen.

1

2

3

Der Effekt von Stressreaktionen ist auf die Zunahme der \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ weißen Blutkörperchen \_\_\_\_\_.

5. Die Natur hat uns mit Stressreaktionen ausgestattet, deshalb können wir tägliche Herausforderungen besser meistern.

1

2

3

Aber wenn \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

/ 15

