

Прикаспийская межрегиональная олимпиада школьников в

2025-2026 уч. г.

Второй тур

НЕМЕЦКИЙ ЯЗЫК

11 КЛАСС

Ergänzen sie die fehlenden Wörter

Stress in der Schule _____ aus unterschiedlichen Gründen. Während sich viele Schüler und Schülerinnen oft durch Leistungsstress unter _____ gesetzt fühlen, haben andere mit Stress durch Mobbing zu kämpfen. Unabhängig von der Ursache ist _____ jedoch sehr belastend. Hält die hohe Stressbelastung über längere Zeit an, können sich _____ und seelische Symptome wie Kopfschmerzen, Magen-Darm-Probleme, Ängste und Nervosität entwickeln.

Erst wenn die Stressoren erkannt sind, kann der Schulstress bewältigt werden. Hat dein _____ öfter Stress in der Schule? Mit unseren Tipps hilfst du deinem Nachwuchs, Schwierigkeiten zu überwinden, um wieder _____ zu lernen.

Die offizielle Schulstress-Definition besagt, dass es sich um Stress im _____ mit der Schule handelt. Allerdings wird bei Schulstress zwischen zwei Arten von Stress – dem positiven und dem negativen Stress – unterschieden. Im _____ Sinn ist Stress ein Adrenalinschub, der besondere Leistungen ermöglicht. Diese Art von Stress tritt in Situationen auf, die wir als spannende Herausforderungen empfinden. In der Schule sind dies beispielsweise Referate, die vor der _____ Klasse gehalten werden oder Prüfungen, auf die man sich gut vorbereitet hat.

In den meisten Fällen handelt es sich bei Schulstress jedoch um negativen Stress. Zu Schulstress kommt es häufig, wenn sich Schulkinder entweder unterfordert oder _____ fühlen, gemobbt werden oder Lernschwierigkeiten haben. Eine besondere Form von Schulstress ist der Leistungsstress. Dieser entsteht, wenn Kinder zu hohe Ansprüche an sich selbst haben oder den anspruchsvollen _____ ihrer Eltern entsprechen wollen.

Auch Angst vor schlechten Noten und die dadurch befürchteten Reaktionen von Lehrern, Eltern oder Mitschülern können zum Leistungsstress beitragen. Häufig haben Kinder _____ davor, für „weniger intelligent“ gehalten zu werden, wenn sie schwache Leistungen zeigen. In unserem modernen Zeitalter bekommen Kinder den Leistungsdruck schon im Vorschul- und Grundschulalter zu spüren.

Schulstress ist immer zugleich auch sozialer Stress, denn _____ Noten können zur Ausgrenzung führen. Häufig erleben Kinder ihre Schulumgebung als feindlich. Wer zum Außenseiter gemacht wird und sich nicht gegen aggressive Mitschülerinnen oder Mitschülern durchsetzen kann, _____ den Stress in der Schule als etwas sehr Belastendes. Ein weiterer Stressfaktor mit negativen Auswirkungen auf die physisch-psychische _____ ist eine nicht funktionierende Schüler-Lehrer-Beziehung.

Schulstress, Zusammenhang, empfindet, entsteht, Angst, gesamten, ungenügende, stressfrei, positiven, körperliche, überfordert, Druck, Kind, Erwartungen, Gesundheit