

Nur keine enge Bindung!

Aufgaben zum Text

1. Prüf dein Textverständnis!

Hör dir das Audio an. Welche Aussagen sind richtig, welche sind falsch? Wähl aus.

1. Menschen mit Bindungsängsten leben in einem steten Kreislauf aus Beziehungen und Trennungen.

- a) Richtig
- b) Falsch

2. Wenn man sich verliebt, erhöht sich durch Botenstoffe vorübergehend die Leistung des Gehirns.

- a) Richtig
- b) Falsch

3. Durch die Änderung des sozialen Umfelds hat sich auch die Art des Kennenlernens verändert.

- a) Richtig
- b) Falsch

4. Die Bindungstheorie von Bowlby und Ainsworth unterscheidet drei Bindungstypen.

- a) Richtig
- b) Falsch

5. Bindungsängste entstehen aus Kindheitserfahrungen.

- a) Richtig
- b) Falsch

2. Was ist richtig?

Welche Aussagen passen zu Personen mit Bindungsängsten? Wähl aus.

- a) Sie hatten immer traumatische, destruktive Kindheitserfahrungen.
- b) Sie gehören zur Gruppe der unsicher-gebundenen Bindungstypen.
- c) Sie haben entweder starke Verlustängste oder Ängste, von Personen abhängig zu werden.
- d) Sie trennen sich in der Regel aus Angst davor, etwas verpassen zu können.

3. Übe die Redewendungen und Ausdrücke!

Was passt zu welchem Satz? Wähl aus.

- 1. Sie hat im Augenblick sehr viel Energie. _____
 - 2. Ständig muss er seinem Kollegen bei der Arbeit helfen, obwohl er dafür eigentlich keine Zeit hat. _____
 - 3. Der neue Freund meldet sich ständig bei seiner Partnerin und führt kaum ein eigenständiges Leben. Er möchte jeden Tag nur mit ihr verbringen.

 - 4. Die beiden sind frisch verliebt und sehr glücklich miteinander. _____
 - 5. Seine neue Liebe lässt ihn nicht mehr klar denken. _____
-
- a) der Himmel hängt voller Geigen
 - b) Bäume ausreißen können
 - c) das Hirn vernebeln
 - d) an der Backe haben
 - e) klammern

4. Übe die Substantiv-Verb-Verbindungen!

Was passt? Wähl für jede Lücke das richtige Verb aus.

Manche Menschen können nur schwer eine Bindung _____ (1). Häufig _____ (2) Erfahrungen in der Kindheit ihr Verhalten. So kann eine Beziehung bei ihnen alte Ängste _____ (3). Sie haben zum Beispiel Angst davor, dass andere ihnen zur Last _____ (4) oder gar _____ (5) und ihnen keine Freiheiten mehr lassen. Wenn andere Personen ins Spiel _____ (6), muss man aber auch deren Eigenheiten akzeptieren können. Man sollte also ein eigenständiges Leben _____ (7) und gleichzeitig Nähe _____ (8) können.

- | | | | |
|-------------|-------------|-------------|----------------|
| a) eingehen | b) fallen | c) führen | d) hervorrufen |
| e) kommen | f) klammern | g) zulassen | h) prägen |

5. Reflexives Verb oder nicht?

Welche Verben sind hier echt reflexiv, welche nicht? Wähl aus.

Beispiele:

entwickeln (unecht reflexiv): Er entwickelte das Foto. Die Gesellschaft entwickelte sich.

schämen (echt reflexiv): Er schämte sich für sein Verhalten.

1. sich verlieben

- a) echt reflexiv
- b) unecht reflexiv

2. sich kennenlernen

- a) echt reflexiv
- b) unecht reflexiv

3. sich treffen

- a) echt reflexiv
- b) unecht reflexiv

4. sich täuschen
- a) echt reflexiv
 - b) unecht reflexiv

5. sich verhalten
- a) echt reflexiv
 - b) unecht reflexiv

6. sich unterscheiden
- a) echt reflexiv
 - b) unecht reflexiv

Autorin/Autor: Kathrin Hofmann, Philipp Reichert