

Lernkärtchen: Wozu Gefühle?/ Wie Hormone unser Gemüt prägen Rosalia und Natalia

<p>1 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Welche wichtige Funktion haben die Abneigungshormone?</p>	<p>1 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Überlebensfunktion: Ermöglichten unseren Vorfahren in feindlicher Umwelt zu überleben und sich fortzupflanzen.</p>
<p>2 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Wie verhält sich der Mensch bei Gefahren?</p>	<p>2 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Mensch in Alarmbereitschaft → Angstreaktion → Auswurf von Stresshormonen (Adrenalin) → Körper in Abwehrbereitschaft (S.129)</p>
<p>3 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Erkläre den Begriff Mandelkern?</p>	<p>3 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Es ist eine Hirnregion, die in Strukturen des Denkkorgans verborgen und unzugänglich für das Bewusstsein ist. Es ist bei Gefahrensituationen beteiligt. S.129</p>
<p>4 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was geschieht in der Großhirnrinde?</p>	<p>4 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Hier wird die Situation analysiert und bewertet (Ob Gefahr oder Sicherheit besteht) S.129</p>
<p>5 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Womit hängen unsere Gefühle zusammen?</p>	<p>5 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Gefühle hängen mit erlernten Erfahrungen und Erlebnissen aus der Vergangenheit zusammen.</p>
<p>6 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Welche Funktion hat der Zorn?</p>	<p>6 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Doppelfunktion:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Versetzt Rivalen in Kampfmodus - Einschüchterung des Gegners, sodass es zu keinem Konflikt kommt

<p>7 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was ist der Vorteil von Neid?</p>	<p>7 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Maßstab für die eigene Entwicklung → Entstehung von Ehrgeiz (Verlangen nach Erfolg) S.133</p>
<p>8 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was ist der soziale Nutzen von Rache?</p>	<p>8 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Durch Rache erhalten Egoisten für ihr böswilliges Verhalten eine Strafe. So entsteht Gerechtigkeit. S.133</p>
<p>9 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Wie kam es zum evolutionären Erfolg?</p>	<p>9 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zusammenarbeit der Menschen in großen Gruppen - Fähigkeit des Zusammenlebens - Aufbau von Beziehungen und Vertrauen <p style="text-align: right;">S. 133</p>
<p>10 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was bewirkt das Einfühlungsvermögen?</p>	<p>10 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Durch das Einfühlungsvermögen können wir die Gefühle des anderen wahrnehmen. → Schlüssel zu fremden Gefühlswelten S.133</p>
<p>11 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Wie strahlt man Stolz aus?</p>	<p>11 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufrechte Haltung • Geschwellte Brust • Gerecktes Kinn • In Hüfte gestemmte Arme S.134
<p>12 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Welche Verhaltensweisen machen sich bei verliebten Menschen bemerkbar?</p>	<p>12 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verspüren keinen Appetit - Starkes Herzklopfen - Sehnsucht nach Partner - Schwelgen in Hochstimmung <p style="text-align: right;">S.134</p>
<p>13 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Welche Hormone bringen den Körper in einen Ausnahmezustand?</p>	<p>13 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Dopamin, Norepinephrin und Serotonin) S.134</p>

<p>14 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Nenne Emotionen, die auf uns selbst gerichtet sind.</p>	<p>14 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Unbehagen: Trauer, Scham, Missmut, Schuldempfinden und Verlegenheit Wohlbefinden: Freude, Erleichterung, Interessen, Neugier und Glück</p>
<p>15 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Warum blieben diese Emotionen im Laufe der Evolution trotzdem erhalten, obwohl sie die Weitergabe der Gene und das Überleben nicht fördern?</p>	<p>15 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Der Beistand ist gesichert. Fürsorge und Trost helfen Verlust zu verarbeiten und bestärken den Zusammenhalt in der Gemeinschaft.</p>
<p>16 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was ist der Preis für Traurigkeit?</p>	<p>16 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Wir können Liebe empfinden → Beziehungen werden als wertvoll erachtet</p>
<p>17 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was bewirkt Verlegenheit bei unangenehmem Auffallen?</p>	<p>17 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Besänftigung gegenüber Mitmenschen Akzeptanz der anderen soll wiederherstellen → Harmonie</p>
<p>18 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was bedeutete ein Ausschluss aus einer Gruppe für die Menschen aus der Frühzeit?</p>	<p>18 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Nahrungsmangel, Schutzlosigkeit → Tod</p>
<p>19 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was ist der Nachteil des Verlegenheitsgefühls?</p>	<p>19 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Viele gehen zu hohe Risiken ein, um Verlegenheit zu vermeiden</p>
<p>20 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was bewirkten der verborgene Geschlechtsakt und das Verdecken der Genitalien für die Zukunft?</p>	<p>20 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Der Homo sapiens konnte sich so in Bereichen wie Viehzucht und Ackerbau besser entwickeln als andere Arten.</p>
<p>21 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Wozu braucht es auch unangenehme Gefühle?</p>	<p>21 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Garantie für Leben in Gemeinschaft auf Dauer → wer Scham- / Schuldgefühle zeigt, → zeigt, dass er ein kooperativer und verlässlicher Partner ist</p>
<p>22 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Wo liegt der Ursprung des Wunsches nach tiefen Gefühlen der Zufriedenheit?</p>	<p>22 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Im Belohnungszentrum (tief im vorderen Teil des Hirns).</p>

<p>23 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was bewirken die biochemischen Stoffe Dopamin und Endorphin?</p>	<p>23 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Die Stoffe versetzen uns in Euphorie → machen süchtig</p>
<p>24 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was bewirken Empfindungen als „natürliches Signal“?</p>	<p>24 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Ein bestimmtes Verhalten wird eingeleitet, um Gene weiterzugeben und zu überleben.</p>
<p>25 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Worauf reagiert das Belohnungszentrum besonders?</p>	<p>25 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Auf neue und unbekannte Reize.</p>
<p>26 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was ist nötig für langfristigen Bildungserfolg bei Kindern?</p>	<p>26 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Kinder müssen erfahren, dass Lernen auch Spaß machen kann. So belohnen sie sich selbst, wenn sie etwas herausgefunden haben.</p>
<p>27 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Ab wann schwindet Neugier?</p>	<p>27 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>In der Pubertät.</p>
<p>28 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was geschieht, wenn Serotonin und Dopamin im Gehirn ausgeschüttet werden?</p>	<p>28 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Sie kommen in die Blutbahn und beeinflussen unser Befinden unterschiedlich stark. Wohlgefühl / Euphorie setzt ein (z.B. beim Singen oder Sport)</p>
<p>29 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>In welchem Alter sinkt der Testosteron Gehalt des Mannes?</p>	<p>29 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Ab dem 35. Lebensjahr.</p>
<p>30 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <p>Was bewirkt das „Kuschelhormon“ Oxytocin?</p>	<p>30 „Die Suche nach dem Ich“: Wozu Gefühle? Wie Hormone unser Gemüt prägen</p> <ul style="list-style-type: none"> • erschafft Bindung zwischen Verliebten • Bindung zum Kind und Zusammengehörigkeitsgefühl wird gestärkt