

AB: Das Glück vermehren

Ethik R 5, 6

- ① Warum heißt es im Video „geteiltes Glück ergibt doppelt so viel Glück“? Sieh dir das Video an und erkläre.



- ② Können wir Glück vermehren? Lies den Text unter dem QR-Code und fülle den Lückentext aus.



anstecken 1x echtes 1x Freude 1x Gefühle 1x Glücksmomenten 1x
Menschen 1x oben 1x Sauerstoff 1x selbst 1x Spiegelneuronen 1x
Stress 1x

Wir können _____ anderer stark nachempfinden. Das liegt daran, dass wir bestimmte Nervenzellen in unserem Gehirn haben, die _____ heißen. Wenn wir eine Situation beobachten, spiegeln diese Zellen sie in unserem Gehirn und wir empfinden es so, als wenn wir es _____ erleben würden. Es stimmt also, dass die Gefühle anderer Menschen uns _____. Somit können auch wir die Gefühle anderer _____ beeinflussen. Wenn wir Lachen und gut drauf sind, stecken wir damit automatisch andere an und schenken ihnen _____. Dabei ist Lachen auch noch besonders gesund, da es den Körper durch das tiefe Luftholen mit _____ versorgt, _____ abbaut und Anspannungen löst. Doch wie können wir uns aufheitern, wenn uns selbst nicht zum Lachen zumute ist? Forscher haben herausgefunden, dass wir einfach unsere Mundwinkel nach _____ ziehen müssen. Irgendwann entsteht dann aus dem künstlichen Lächeln ein _____ und wir fühlen uns besser. Also schenke dir selbst ein Lächeln und stecke dich und andere mit _____ an.

