

# 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.

