Übungstext 1 Höhenangst

S. 94 Ü1/Ü2

Themen Schlüsselwörter

1. Was versteht man unter Höhenschwindel? Augen, Körper, schwanken, Höhenschwindel

2. Worin besteht der Unterschied zwischen

Höhenangst und Höhenschwindel?

Höhenangst, Kontrolle verlieren, Panik

3. Welche Ursachen hat Höhenangst? Experiment, schätzen, Parkhaus, Höhe

Ü2 Beantwortung der Fragen des Hauptteils B:

1. Man hat in großen Höhen das Gefühl, dass der Körper schwankt.

2. Höhenschwindel ist ein sinnvolles Alarmsignal. Höhenangst hat man aber auch in ungefährlichen

Situationen. Man hat Angst, die Kontrolle zu verlieren und man gerät in Panik.

3. Höhen werden übertrieben eingeschätzt. oder: Menschen, die Höhenangst haben, schätzen die

Höhe falsch ein. Sie glauben, sie sei viel höher, als sie in Wirklichkeit ist.

S. 95 Ü3 Gliederungspunkte A, B1, B2: a) 6; b) 8; c) 7; d) 4; e) 5; f ) 2; g) 9; h) 1; i) 3

Gliederungspunkte B3, C: a) 3; b) 6; c) 5; d) 7; e) 1; f ) 2; g) 4

Ü4 Schwindel – Atemnot und Herzrasen

Höhenschwindel – Gefühl, dass in großen Höhen der Körper schwankt

die Entfernungen sehr groß sind

dass die Augen keinen festen Punkt finden –

zu wandern – führt

erzeugen das Schwindelgefühl

ein biologisch sinnvoller Alarm in gefährlichen Situationen

wird der Alarm aber in ungefährlichen Situationen ausgelöst

Angst wird zu

die Kontrolle zu verlieren

kann man schon haben, wenn man auf einer Leiter steht.

Ü5 Textbeispiel: An einem Experiment nahmen Versuchspersonen mit und ohne Höhenangst teil. Die

Versuchspersonen mussten von dem Dach eines Parkhauses die Höhe schätzen. Das Parkhaus war 14

Meter hoch. Das Ergebnis war: Alle Versuchspersonen überschätzten die Höhe. Die Versuchspersonen

mit Höhenangst überschätzten die Höhe aber besonders stark. Im Durchschnitt schätzten sie

das Haus 12 Meter höher ein als die Versuchspersonen ohne Höhenangst. Teilweise schätzen sie

die Distanz zum Boden auf mehr als 50 Meter. Der Grund für Höhenangst ist also, dass Höhen

übertrieben eingeschätzt werden. Auf die Frage, warum diese Fehler passieren, gibt es aber keine

Antwort.