



HUNGER

1. AUFGABE

Meine Selbsteinschätzung: Warum esse ich?

Vervollständige die Sätze mit den zutreffenden Aussagen:

... habe ich Hunger.

... habe ich Appetit.

... habe ich weder Hunger noch Appetit.

Nach dem Aufstehen _____

Vor dem Schlafengehen _____

Wenn ich lerne _____

Nach der Schule _____

Wenn ich Süßigkeiten sehe, _____

Wenn ich auf mein Handy schaue, _____

Wenn ich energielos bin, _____

Wenn ich am Computer arbeite oder spiele, _____

Wenn mir langweilig ist, _____

Wenn sich mein Magen leer anfühlt, _____

Wenn ich traurig, wütend oder lustlos bin, _____

Wenn ich fröhlich bin, _____

Wenn ich gestresst bin, _____

Wenn ich Essen rieche, _____



2. AUFGABE

Tausche dich nun mit der Person neben dir oder mit deiner Freundin oder deinem Freund aus:

→ Wie unterschiedlich sind eure Aussagen?

→ Gibt es Antworten, die du gerne ändern würdest? Warum oder warum nicht?