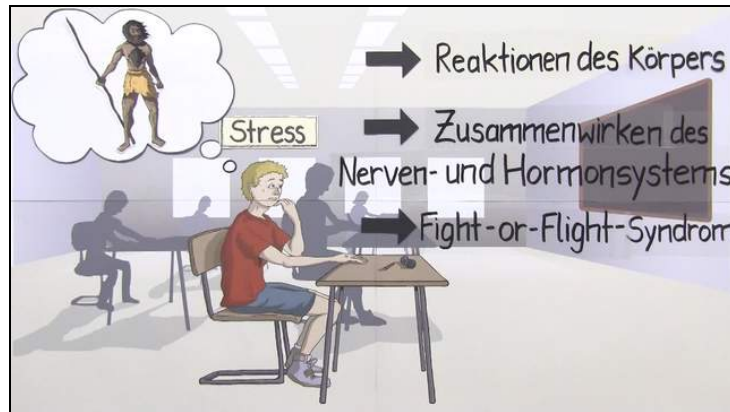




Arbeitsblätter zum Ausdrucken von [sofatutor.com](https://www.sofatutor.com)

# Was passiert bei Stress? - Fight-or-Flight-Syndrom: Ein Zusammenwirken von Nerven- und Hormonsystem



- 1 Vereinfache das Wort *Stressor*.
- 2 Definiere den Begriff *Hormon*.
- 3 Schildere, warum Stresssymptome auch längere Zeit nach einer Gefahrensituation noch vorhanden sind.
- 4 Stelle die Wirkungsweise von Sympathicus und Parasympathicus gegenüber.
- 5 Ermittle Stressoren und Stressfolgen.
- 6 Untersuche die aktuelle Forschung über das *Fight-or-Flight-Syndrom*.
- + mit vielen Tipps, Lösungsschlüsseln und Lösungswegen zu allen Aufgaben



Das komplette Paket, inkl. aller Aufgaben, Tipps, Lösungen und Lösungswege gibt es für alle Abonnenten von [sofatutor.com](https://www.sofatutor.com)

**Arbeitsblatt: Was passiert bei Stress? - Fight-or-Flight-Syndrom: Ein Zusammenwirken von Nerven- und Hormonsystem**

Biologie / Biologie des Menschen / Das Nerven- und Hormonsystem / Hormone und deren Wirkung im menschlichen Körper / Was passiert bei Stress? - Fight-or-Flight-Syndrom: Ein Zusammenwirken von Nerven- und Hormonsystem

## Vereinfache das Wort *Stressor*.

Wähle die richtigen Antworten aus.

Unter dem Wort „*Stressor*“ kann sich wohl nicht jeder sofort etwas vorstellen. Was könnte man *stattdessen* für einen Begriff verwenden?

 Stressreaktion **A** Stressverhalten **B** Stressfolgen **C** Stressfaktoren **D** Stressauslöser **E** Stressauswirkungen **F**



## Unsere Tipps für die Aufgaben

1  
von 6

### Vereinfache das Wort *Stressor*.

#### 1. Tipp

Stressoren verursachen Stress. Sie bezeichnen aber nicht die Reaktion auf diesen Stress.

---



## Lösungen und Lösungswege für die Aufgaben

1  
von 6

### Vereinfache das Wort *Stressor*.

**Lösungsschlüssel:** D, E

**Stressoren** sind **Stressfaktoren**, die also Stress verursachen. Die Reize, die auf den Organismus einwirken, können als positiv oder negativ eingeschätzt werden.

Es gibt „**guten**“ und „**schlechten**“ **Stress**. *Guter Stress* kann z.B. bei einer bevorstehenden Hochzeit oder als Vorfreude auf einen neuen Job auftreten. *Schlechter Stress* wird als unangenehm, bedrohlich und überfordernd empfunden, z.B. bei Todesfällen oder Existenzängsten.

Ob eine Stresssituation „gut“ oder „schlecht“ ist, hängt auch von der Einstellung des Individuums gegenüber dieser Situation ab. Eine **Klausur** kann für einige als Herausforderung, für andere als Belastung angesehen werden.