

# ■ Aufsatz Nervosität Gefühle beschreiben



[Übungsblatt 1](#) [Übungsblatt 2](#)

## Synonyme für Nervosität:

- völlig die Nerven verlieren
- Blut und Wasser schwitzen
- die Nerven sind zum Zerreißen gespannt
- keinen klaren Gedanken mehr fassen können
- kurz vor dem Nervenzusammenbruch sein
- die Nerven komplett wegwerfen
- ständig auf die Uhr schauen
- keine Luft mehr bekommen
- das Nervenkostüm ist bis zum Äußersten angespannt
- weiche Knie bekommen
- an den Fingernägel kauen
- einen trockenen Mund haben
- die Hände zittern vor Aufregung
- unter Lampenfieber leiden
- rastlos hin und her laufen
- eine Zigarette nach der anderen rauchen
- sich nicht mehr konzentrieren können
- die Kontrolle über die Stimme verlieren

# ■ Aufsatz Nervosität Gefühle beschreiben



[Übungsblatt 1](#) [Übungsblatt 2](#)

- einen Kloß im Hals haben
- vor Aufregung rutscht einem das Herz in die Hose
- die Nerven flattern vor Aufregung
- eine tiefe Beklemmung verspüren
- ganz hippelig sein
- die Angst zu versagen, nimmt zu
- ständig das WC aufsuchen
- unter Strom stehen
- innerlich unruhig und angespannt sein
- sich das Schlimmste vorstellen
- einen erhöhten Adrenalinausstoß haben
- alles Gelernte vergessen
- hektisch reagieren
- vor Aufregung zu stottern beginnen
- Schweißperlen bilden sich auf der Stirn
- Panik macht sich breit
- die Anspannung nimmt ständig zu
- nervös mit dem Kugelschreiber spielen
- der Puls schlägt schneller

# Aufsatz Nervosität Gefühle beschreiben



[Übungsblatt 1](#) [Übungsblatt 2](#)

- völlig aufgewühlt sein
- am Stuhl wippen
- gereizt reagieren
- unfähig sein einen klaren Gedanken zu fassen
- das Herz rast vor Aufregung
- ruhelos umherlaufen
- von Selbstzweifeln geplagt sein
- die Stimme versagt vor Aufregung