

ΚΡΑΤΙΚΟ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΓΛΩΣΣΟΜΑΘΕΙΑΣ  
ΓΕΡΜΑΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

ΕΠΙΠΕΔΟ Γ

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΠΡΟΦΟΡΙΚΟΥ ΛΟΓΟΥ

Μεταγραφή ηχητικού κειμένου

Έναρξη δοκιμασίας κατανόησης προφορικού λόγου

Anfang des Testteils „Hörverstehen“

### Aufgabe 1

**Sie hören einen Radiobeitrag. Sie hören den Beitrag in zwei Teilen. Sie hören jeden Teil zweimal. Lesen Sie zuerst die Aussagen 1a bis 3a. Hören Sie dann den ersten Teil des Beitrags zweimal und kreuzen Sie jeweils A, B oder C an.**

**(40 Sekunden Pause)**

**Sprecherin:** Das Handy hat es bis ins Schlafzimmer geschafft. Es weckt uns am Morgen, überwacht unseren Schlaf. Die US-amerikanische Schlafakademie hat jetzt Daten von Samsung-Schlaftrackern ausgewertet, und diese umfangreichen Daten haben für Professor Ingo Fietze, Schlafmediziner an der Berliner Charité, eine klare Aussage, denn ...

**Ingo Fietze:** Mehr als 700 Millionen Nächte wurden da mal ausgewertet, und da konnte gezeigt werden, (dass) in den letzten 12 Monaten der Schlaf um vier Minuten abgenommen hat. Der hat nicht deswegen abgenommen, weil man zu spät ins Bett oder zu zeitig aufgestanden ist, sondern weil man nachts viel öfter wach wird als früher. Und das ist mal ne Aussage, ja. Also die neue Technologie lässt uns den Schlaf viel breiter tracken, und das ist so ein Wandel der Zeit, was mit dem Schlaf passiert. Er wird tatsächlich in den letzten Jahren immer schlechter, weil es immer mehr Trigger gibt.

**Sprecherin:** Stress, Sorgen, Lärm, Licht, Schnarchen, unruhige Beine, das sind nur einige Trigger. Und auch das blaue Licht von Handy oder Laptop gelten als ungünstig fürs Einschlafen. Doch dieses Licht hat nur einen Einfluss, wenn die Geräte weniger als einen Meter von unseren Augen entfernt sind.

**Hören Sie den Beitrag noch einmal.**

**Sprecherin:** Das Handy hat es bis ins Schlafzimmer geschafft. Es weckt uns am Morgen, überwacht unseren Schlaf. Die US-amerikanische Schlafakademie hat jetzt Daten von Samsung-Schlaftrackern ausgewertet, und diese umfangreichen Daten haben für Professor Ingo Fietze, Schlafmediziner an der Berliner Charité, eine klare Aussage, denn ...

**Ingo Fietze:** Mehr als 700 Millionen Nächte wurden da mal ausgewertet, und da konnte gezeigt werden, (dass) in den letzten 12 Monaten der Schlaf um vier Minuten abgenommen hat. Der hat nicht deswegen abgenommen, weil man zu spät ins Bett oder zu zeitig aufgestanden ist, sondern weil man nachts viel öfter wach wird als früher. Und das ist mal ne Aussage, ja. Also die neue Technologie lässt uns den Schlaf viel breiter tracken, und das ist so ein Wandel der Zeit, was mit dem Schlaf passiert. Er wird tatsächlich in den letzten Jahren immer schlechter, weil es immer mehr Trigger gibt.

**Sprecherin:** Stress, Sorgen, Lärm, Licht, Schnarchen, unruhige Beine, das sind nur einige Trigger. Und auch das blaue Licht von Handy oder Laptop gelten als ungünstig fürs Einschlafen. Doch dieses Licht hat nur einen Einfluss, wenn die Geräte weniger als einen Meter von unseren Augen entfernt sind.

**Lesen Sie nun die Aussagen 4a und 5a. Hören Sie dann den zweiten Teil des Beitrags zweimal und kreuzen Sie jeweils A, B oder C an.**

**(20 Sekunden Pause)**

**Ingo Fietze:** Dass man das Handy nachts weglegen soll wegen dem blauen Licht, das ist ein Mythos, mit dem tunlichst mal aufgeräumt werden muss. Das blaue Licht des Handys oder des Smartphones, des Laptops, des Computers stört nur, wenn man seine Nase an den Screen hängt, sozusagen. Also je näher, je näher man dran ist, desto höher die Gefahr, dass das Licht stört. Was stört an den Medien, ist weniger das Licht, sondern die Erwartungshaltung, es könnte eine SMS, eine wichtige Nachricht oder

was auch immer kommen, auf die ich antworten muss. Und das ist, was den Schlaf stört. Deswegen sagen wir, Jugendliche, Kinder, Jugendliche eine Stunde vor dem Schlafengehen offline gehen, und Erwachsene 'ne halbe Stunde.

**Sprecherin:** Das Fallenlassen am Ende des Tages, das Schlafen ist nicht mehr selbstverständlich. Und gerade durch Corona hätten die Menschen einerseits mehr Stress und Sorgen gehabt, aber andererseits auch die Möglichkeit, sich durch die Einschränkung im Alltag besser zu beobachten.

**Hören Sie den Beitrag noch einmal.**

**Ingo Fietze:** Dass man das Handy nachts weglegen soll wegen dem blauen Licht, das ist ein Mythos, mit dem tunlichst mal aufgeräumt werden muss. Das blaue Licht des Handys oder des Smartphones, des Laptops, des Computers stört nur, wenn man seine Nase an den Screen hängt, sozusagen. Also je näher, je näher man dran ist, desto höher die Gefahr, dass das Licht stört. Was stört an den Medien, ist weniger das Licht, sondern die Erwartungshaltung, es könnte eine SMS, eine wichtige Nachricht oder was auch immer kommen, auf die ich antworten muss. Und das ist, was den Schlaf stört. Deswegen sagen wir, Jugendliche, Kinder, Jugendliche eine Stunde vor dem Schlafengehen offline gehen, und Erwachsene 'ne halbe Stunde.

**Sprecherin:** Das Fallenlassen am Ende des Tages, das Schlafen ist nicht mehr selbstverständlich. Und gerade durch Corona hätten die Menschen einerseits mehr Stress und Sorgen gehabt, aber andererseits auch die Möglichkeit, sich durch die Einschränkung im Alltag besser zu beobachten.

<https://www.inforadio.de/rubriken/wissen/praxis/2023/12/wie-smartphone-und-co--schlaflos-machen.html>

## Aufgabe 2

**Sie hören einen Radiobeitrag. Sie hören den Beitrag in zwei Teilen. Sie hören jeden Teil zweimal. Lesen Sie zuerst die Aussagen 6a bis 8a. Hören Sie dann den ersten Teil des Beitrags zweimal und kreuzen Sie jeweils A, B oder C an.**

**(40 Sekunden Pause)**

**Sprecherin 1:** 25 Jahre lang hat sie mit wilden Schimpansen gelebt und deren Verhalten erforscht. Es begann in Tansania, im heutigen Gombe-Stream-Nationalpark, wo die 26jährige Londonerin 1960 ankam. Das Vertrauen der Schimpansen zu gewinnen brauchte Zeit, erzählte Goodall der BBC:

**Sprecherin 2:** Am Anfang sind die Schimpansen weggelaufen, selbst wenn ich auf der anderen Seite eines tiefen Tals war, haben die sich einmal diesen merkwürdigen weißen Menschenaffen angeschaut und sind geflohen. Nur weil ich mich hingesezt und so getan habe, als würde ich mich für sie überhaupt nicht interessieren, haben sie schließlich verstanden, die ist gar nicht so furchteinflößend, wie wir dachten.

**Sprecherin 1:** Es war diese ganz spezielle Art, mit der Jane Goodall über sechs Jahrzehnte hinweg Schimpansen erforschte. Nicht vom Standpunkt des überlegenen Menschen aus, sondern als Beobachterin auf Augenhöhe, sogar als Teil der Affenfamilie in der die Tiere keine Nummern haben, sondern Namen.

**Hören Sie den Beitrag noch einmal.**

**Sprecherin 1:** 25 Jahre lang hat sie mit wilden Schimpansen gelebt und deren Verhalten erforscht. Es begann in Tansania, im heutigen Gombe-Stream-Nationalpark, wo die 26jährige Londonerin 1960 ankam. Das Vertrauen der Schimpansen zu gewinnen brauchte Zeit, erzählte Goodall der BBC:

**Sprecherin 2:** Am Anfang sind die Schimpansen weggelaufen, selbst wenn ich auf der anderen Seite eines tiefen Tals war, haben die sich einmal diesen merkwürdigen weißen Menschenaffen angeschaut und sind geflohen. Nur weil ich mich hingesezt und so getan habe, als würde ich mich für sie überhaupt nicht interessieren, haben sie schließlich verstanden, die ist gar nicht so furchteinflößend, wie wir dachten.

**Sprecherin 1:** Es war diese ganz spezielle Art, mit der Jane Goodall über sechs Jahrzehnte hinweg Schimpansen erforschte. Nicht vom Standpunkt des überlegenen Menschen aus, sondern als Beobachterin auf Augenhöhe, sogar als Teil der Affenfamilie in der die Tiere keine Nummern haben, sondern Namen.

**Lesen Sie nun die Aussagen 9a und 10a. Hören Sie dann den zweiten Teil des Beitrags zweimal und kreuzen Sie jeweils A, B oder C an.**

**(20 Sekunden Pause)**

**Sprecherin 1:** Und natürlich sprach Goodall auch regelmäßig mit ihren Schützlingen, „Guten Morgen“ etwa (Geräusch), oder sie fragte: „Wo seid ihr alle?“ (Geräusch). Dafür musste sie auch Kritik einstecken, ihr wurde unwissenschaftliches Verhalten vorgeworfen.

Das Interesse für Tiere war Jane Goodall schon in die Wiege gelegt. Kaum dass sie laufen konnte, schleppte sie Würmer ins Haus, offenbar fasziniert davon, dass sich diese Wesen ohne Beine fortbewegen können. Einige Jahre später dann der wegweisende Moment ihres Lebens, erzählte sie in einer Talkshow.

**Sprecherin 2:** Als ich 10 war, habe ich „Tarzan bei den Affen“ gelesen, und natürlich sind 10jährige Mädchen sehr romantisch. Und ich hab mich leidenschaftlich verknallt in diesen prächtigen König des Dschungels. Und was hat der dann gemacht?

**Hören Sie den Beitrag noch einmal.**

**Sprecherin 1:** Und natürlich sprach Goodall auch regelmäßig mit ihren Schützlingen, „Guten Morgen“ etwa (Geräusch), oder sie fragte: „Wo seid ihr alle?“ (Geräusch). Dafür musste sie auch Kritik einstecken, ihr wurde unwissenschaftliches Verhalten vorgeworfen.

Das Interesse für Tiere war Jane Goodall schon in die Wiege gelegt. Kaum dass sie laufen konnte, schleppte sie Würmer ins Haus, offenbar fasziniert davon, dass sich diese Wesen ohne Beine fortbewegen können. Einige Jahre später dann der wegweisende Moment ihres Lebens, erzählte sie in einer Talkshow.

**Sprecherin 2:** Als ich 10 war, habe ich „Tarzan bei den Affen“ gelesen, und natürlich sind 10jährige Mädchen sehr romantisch. Und ich hab mich leidenschaftlich verknallt in diesen prächtigen König des Dschungels. Und was hat der dann gemacht?

<https://www.ardaudiothek.de/episode/urn:ard:episode:19c0f715648f7ba7/>

### Aufgabe 3

**Lesen Sie die Aussagen 11a bis 15a. Hören Sie dann den Beitrag einmal und kreuzen Sie jeweils A, B oder C an.**

**(40 Sekunden Pause)**

**Sprecherin:** Im Allgemeinen lebe ich sehr gut mit der Entscheidung, keine Kinder zu haben. Heute möchte ich aber einen kleinen Life-Hack teilen für folgendes Problem: Elternhafte Wesenszüge gibt es in uns allen. Wir Kinderlosen spüren bloß etwas seltener dieses Bedürfnis, jemanden zu betüddeln.

Jemanden, der so latent hilflos ist, aber auch lustig und vital, und über den man ein bisschen bestimmen darf, aber auch muss. Hach, wär' das schön ab und zu!

Was man da als kinderlose Person statt Kindern sehr gut kriegen kann, ist: Besuch. Am besten Übernachtungsbesuch von möglichst weit weg. Fehlende Deutschkenntnisse wären super, sind aber kein Muss. Auch so darf man dem Besuch den ganzen Tag lang souverän Sachen erklären:

Straßenschilder! Speisekarten! Die Berliner Schnauze! Man bestellt für zwei, man sagt Sätze wie „Wenn's dir nicht schmeckt, ess' ich das auf“, und hört Sätze wie „Was macht der Mann da drüben?“ - kurzum, man ist so sehr Mama oder Papa, wie's ohne Kinder nur geht.

Der Besuch kann Mitte vierzig sein, darf einen aber trotzdem nachts um drei wecken, weil die Kuschedecke nicht warm genug ist. Auf der Suche nach der Extradecke stolpert man über unerwartet herumliegendes Zeug, kann dem Besuch aber nicht böse sein dafür - er weiß es eben noch nicht besser. Wenn er mal einen Tag alleine loszieht, macht man sich Sorgen. Man sagt ihm, wo er besser nicht langgehen soll zu welcher Uhrzeit! Man fühlt sich verantwortlich!

Aber: Während Kinder es meist erst mit 19 oder 20 Jahren schaffen, ausziehen, reist der Besuch schon nach wenigen Tagen ab.

<https://www.inforadio.de/rubriken/leben/100-sekunden-leben/2025/09/hast-du-kinder-nein-besuch.html>

## Aufgabe 4

**Lesen Sie jetzt die Aussagen 16a-20a. Hören Sie dann den Beitrag einmal und kreuzen Sie beim Hören jeweils A, B oder C an.**

**(60 Sekunden Pause)**

**Sprecher 1:** Die Müllberge wachsen den immer stärker konsumierenden Deutschen über den Kopf. Alles landet in der einen, der grauen Tonne. Gleichzeitig wird der Platz auf den öffentlichen Deponien knapp. Die politisch Verantwortlichen müssen handeln, allen voran Klaus Töpfer, damals CDU-Umweltminister.

**Klaus Töpfer:** Bisher ist einer da, der produziert, einer der verpackt, einer der verkauft, einer der verbraucht und einer der entsorgt - und das ist die öffentliche Hand.

**Sprecher 1:** Mit Klaus Töpfer hat Fritz Flanderka immer wieder persönlich zu tun.

**Fritz Flanderka:** Er war Realist und Rheinländer. Und gleichzeitig war er sehr pragmatisch, und er war auch dem Neuen gegenüber offen.

**Klaus Töpfer:** Wenn wir bei dieser Arbeitsteilung bleiben, dann kann ich mich nicht wundern, dass der, der produziert oder verpackt, an alles denkt, nur nicht an die Entsorgung. Und deswegen will ich diesen Kreislauf schließen.

**Sprecher 1:** Das Neue ist der Gedanke des Recycling, der Kreislaufwirtschaft. Das Verpackungsmaterial soll ein zweites oder drittes Mal verwertet, noch besser: wieder verwendet werden.

**Sprecher 2:** Wir müssen die Rohstoffe der Erde für unsere Kinder erhalten.

**Sprecher1:** Als Töpfer für 1991 eine strenge Verpackungsverordnung ankündigt, führt die Industrie neben dem normalen Hausmüll ein zweites, paralleles Sammelsystem ein. Es ist der Beginn des sogenannten dualen Systems, das der Öffentlichkeit durch ein einprägsames Symbol bekannt wird.

**Sprecher 2:** Der grüne Punkt.

<https://www.ardaudiothek.de/episode/urn:ard:episode:f773196348eaf5ac/>

## Aufgabe 5

**Lesen Sie die Aussagen 1b-5b. Hören Sie dann den Beitrag und ergänzen Sie in jeder Lücke nur ein Wort. Sie hören den Beitrag zweimal.**

**(40 Sekunden Pause)**

**Sprecher:** Beim ersten Mal dachte ich: Werbung. Da will nur wieder einer ins Haus, um die Briefkästen vollzustopfen. Als es dann aber ein zweites Mal klingelte, länger als beim ersten Mal, bin ich dann doch hin zur Tür und zur Gegensprechanlage. „Thomas?“ Wer kannte da meinen Vornamen? Der steht nicht auf dem Klingelschild. Sollte ich mich totstellen und sicherheitshalber im Schrank verstecken?

„Hier ist Martin.“ Welcher Martin? Etwa der Martin, der lange Zeit um die Ecke gewohnt hat, bis er auszog, weil seine Freundin, die da schon seine Ex war, das so wollte? Aber warum klingelte Martin bei mir? Unangekündigt, ohne Vorwarnung, einfach so. „Kann ich hochkommen?“

Da musste etwas Dramatisches passiert sein. Wahrscheinlich war auch die neue Frau schon wieder weg. Oder die Mutter war gestorben. Oder zumindest der Hund. Aber dann kommt man doch nicht freudestrahlend die Treppe hochgehüpft. Er sei in der Gegend gewesen und habe sich gedacht:

„Guckst du mal beim Thomas vorbei“, erklärte mir Martin. Offensichtlich ohne jedes Schuldbewusstsein, denn er lachte noch immer.

**Hören Sie den Beitrag noch einmal.**

**Sprecher:** Beim ersten Mal dachte ich: Werbung. Da will nur wieder einer ins Haus, um die Briefkästen vollzustopfen. Als es dann aber ein zweites Mal klingelte, länger als beim ersten Mal, bin ich dann doch hin zur Tür und zur Gegensprechanlage. „Thomas?“ Wer kannte da meinen Vornamen? Der steht nicht auf dem Klingelschild. Sollte ich mich totstellen und sicherheitshalber im Schrank verstecken?

„Hier ist Martin.“ Welcher Martin? Etwa der Martin, der lange Zeit um die Ecke gewohnt hat, bis er auszog, weil seine Freundin, die da schon seine Ex war, das so wollte? Aber warum klingelte Martin bei mir? Unangekündigt, ohne Vorwarnung, einfach so. „Kann ich hochkommen?“

Da musste etwas Dramatisches passiert sein. Wahrscheinlich war auch die neue Frau schon wieder weg. Oder die Mutter war gestorben. Oder zumindest der Hund. Aber dann kommt man doch nicht

freudestrahlend die Treppe hochgehüpft. Er sei in der Gegend gewesen und habe sich gedacht: „Guckst du mal beim Thomas vorbei“, erklärte mir Martin. Offensichtlich ohne jedes Schuldbewusstsein, denn er lachte noch immer.

<https://www.inforadio.de/rubriken/leben/100-sekunden-leben/2025/06/mehr-mut-zur-spontanitaet.html>

## Aufgabe 6

**Lesen Sie die Aussagen 6b-10b. Hören Sie dann den Beitrag und ergänzen Sie in jeder Lücke nur ein Wort. Sie hören den Beitrag zweimal.**

**(40 Sekunden Pause)**

**Sprecherin:** Die schützende Ozonschicht der Erde heilt, und das Ozonloch war 2024 kleiner als in den Jahren davor, berichtet die WMO. Die guten Nachrichten seien zum Teil auf natürliche atmosphärische Faktoren zurückzuführen, heißt es im neuen Ozonbericht, aber die langfristig positive Entwicklung war ein Erfolg der internationalen Bemühungen zum Schutz der Ozonschicht. Ozon zerstörende Chemikalien, wie die früher in Kühlschränken, Klimaanlage, Feuerlöschschaum oder Haarspray verwendet wurden, sind mittlerweile verboten und werden zu über 99 Prozent nicht mehr benutzt. Deshalb sei die Ozonschicht jetzt auf dem besten Weg sich bis 2050 auf das Niveau der 1980er Jahre zu erholen, berichtet die WMO. Das Risiko von Hautkrebs und Ökosystemschäden durch übermäßige harte UV-Strahlung werde sich erheblich verringern.

Grundlage der Schutzmaßnahmen war die Wiener Konvention, mit der die Weltgemeinschaft 1985, also vor 40 Jahren die Zerstörung der Ozonschicht als globales Problem in Angriff nahm.

### Hören Sie den Beitrag noch einmal.

**Sprecherin:** Die schützende Ozonschicht der Erde heilt, und das Ozonloch war 2024 kleiner als in den Jahren davor, berichtet die WMO. Die guten Nachrichten seien zum Teil auf natürliche atmosphärische Faktoren zurückzuführen, heißt es im neuen Ozonbericht, aber die langfristig positive Entwicklung war ein Erfolg der internationalen Bemühungen zum Schutz der Ozonschicht. Ozon zerstörende Chemikalien, wie die früher in Kühlschränken, Klimaanlage, Feuerlöschschaum oder Haarspray verwendet wurden, sind mittlerweile verboten und werden zu über 99 Prozent nicht mehr benutzt. Deshalb sei die Ozonschicht jetzt auf dem besten Weg sich bis 2050 auf das Niveau der 1980er Jahre zu erholen, berichtet die WMO. Das Risiko von Hautkrebs und Ökosystemschäden durch übermäßige harte UV-Strahlung werde sich erheblich verringern.

Grundlage der Schutzmaßnahmen war die Wiener Konvention, mit der die Weltgemeinschaft 1985, also vor 40 Jahren die Zerstörung der Ozonschicht als globales Problem in Angriff nahm.

<https://www.ardaudiothek.de/episode/urn:ard:episode:fb0d58994533b21c/>

**Ende des Testteils „Hörverstehen“**

Λήξη δοκιμασίας κατανόησης προφορικού λόγου