A. Materialien und Vorbereitung

- M 1 + M 2 auf Folie kopieren
- Arbeitsblätter in Klassenstärke kopieren
- Computer mit Internetzugang in ausreichender Anzahl bereitstellen, nach Möglichkeit für jeden Schüler (alternativ: ausnahmsweise die Benutzung von Smartphones gestatten)
- Plakate

B. Fächerverbindende Anknüpfungspunkte

- Biologie: biologische Gründe für Emotionalität
- Kunst: Darstellung von Emotionalität in der Kunst
- Chemie: chemische Ebene der Emotionalität

C. Didaktisch-methodische Hinweise

Die vorliegende Einheit bezieht sich auf ein spannendes Thema: die Emotionen in eigenen Lebenslagen. Nicht immer sind sich Erwachsene über das Ausmaß emotionaler Bandbreiten im Klaren. Besonders Männer scheinen – so wird oft gesagt – nicht immer über den eigenen emotionalen Zustand im Bilde zu sein. Deshalb soll hier ein Einstieg erfolgen, der sowohl sensibilisiert als auch differenziert. Es geht dabei um die typischen Gefühlsschwankungen der Pubertät: um das Schwanken zwischen dem Bedürfnis nach Nähe und Rückzug, die eigene Unsicherheit sowie das teilweise damit verbundene Verliebtsein.

Stundenverlauf

Zu Beginn legt die Lehrkraft die auf Folie kopierte Vorlage (M 1 und M 2) auf den OHP und zeigt mithilfe der ausgeschnittenen Schlüssellochmaske nach und nach Teilbereiche der einzelnen Fotografien. Die Schüler sollten relativ schnell darauf kommen, dass es sich bei all den Bildern um Gefühle handelt. Gemeinsam werden die jeweils dargestellten Emotionen genannt. Im Anschluss arbeiten die Schüler in Einzelarbeit an den Schwierigkeiten der Gesichtsinterpretation (Aufgabe 1). Dazu hat man früher Spiegel verteilt, heute könnte man – falls das an Ihrer Schule erlaubt ist – die Frontkamera der Smartphones nehmen. So ist es für die Jugendlichen spaßiger und zudem für Sie weniger aufwendig in der Vorbereitung. Anschließend werden einzelne pantomimische Versuche vor der Klasse aufgeführt, die dann erraten werden müssen. Die Lehrkraft kann hierzu vorher kleine Kärtchen vorbereiten, auf denen zum Beispiel „verlegen“ oder „verliebt“ oder Ähnliches notiert ist. Ab und zu können auch leichtere Begriffe auftauchen. Die darauf folgende Partnerarbeit konzentriert sich auf das Zuordnen verschiedener Definitionen zu gegenüberliegenden Gefühlen (Aufgabe 2). Hier wird das erste Mal bewusst gemacht, wie kompliziert es ist, ein Gefühl zu beschreiben. Bei der darauf folgenden Aufgabe 3 werden die Schüler aktiv. Es gilt, durch den Raum zu laufen. Hierbei wird nicht nach sehr privaten oder unangenehmen Gefühlen wie etwa Verliebtsein oder Trauer gefragt. Diese Gefühle wären eher anhand von Geschichten nachzuvollziehen. Die Schüler können z. B., indem sie über die Figuren einer Kurzgeschichte mit dem Thema *Coming of Age* reden, ihre eigene Geschichte im Privaten lassen. Bei der folgenden Aufgabe 4 ist es den Schülern freigestellt, ob sie sich in der nächsten Woche dazu äußern. Zum einen ist es zwar extrem wichtig, dass sie sich über sich selbst und ihr Leben Gedanken machen, zum anderen ist das aber dann auch ihr Privatraum, der nicht erzwungenermaßen öffentlich zum Thema gemacht werden darf. Aufgabe 5 erfordert eine Möglichkeit, ins Internet zu gelangen. Verschiedene Personen im Netz zu finden, die das jeweilige Gefühl zum Ausdruck zu bringen versuchen, führt dazu, verschiedene Ausdrucksvarianten des jeweiligen Gefühls zum Thema machen zu können. Anschließend kann hier zur Problematik der Interpretation übergeleitet werden. Dies erfolgt im Normalfall aber in einer eigenen Einheit.

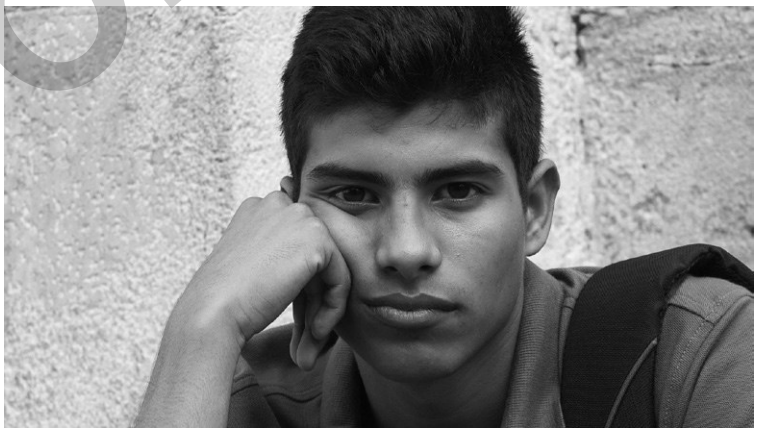
Die abschließende Aufgabe 6 kann durchaus auch bewertet werden. Erstellen Sie dazu einen Kriterienkatalog, indem Sie Ihre verschiedenen Ansprüche darlegen (etwa „das Plakat ist durchweg kreativ gehalten“, „es sind keine Rechtschreibfehler vorhanden“, „das Thema wird von vielen verschiedenen Seiten beleuchtet“ etc.). Treffen diese Aussagen voll zu, kreuzen Sie das an und vergeben beispiels-

VORSCHAU

Michael Richling: Ethik für Fachfremde und Berufseinsteiger 7/8
© Auer Verlag

netzwerk lernen
zur Vollversion

„Ich habe keine Lust auf diese Gefühlsachterbahn!“ – Die eigenen Gefühle in typischen Lebenslagen



VORSCHAU

chael Richling: Ethik für Fachfremde und Berufseinsteiger 7/8
Auer Verlag

netzwerk lernen

zur Vollversion

„Ich habe keine Lust auf diese Gefühlsachterbahn!“ – Die eigenen Gefühle in typischen Lebenslagen

1. Welche Gefühle der abgebildeten Jugendlichen waren für dich schwer zu erraten? Schreibe sie hier unten auf. Wie reagierst du in diesen Momenten? Gibt es eine für dich typische Bewegung oder einen üblichen Gesichtsausdruck? Benutze die Frontkamera deines Smartphones, falls das an deiner Schule erlaubt ist, und übe das Darstellen dieses Gefühls.

2. Bildet Zweiergruppen und verbindet die Erklärungen mit den passenden Begriffen. „Emotion“ und „Gefühl“ haben die gleiche Bedeutung.

Intensives Gefühl der Zuneigung, welches nach Ansicht mancher Menschen das Bewusstsein einengt, sodass es zu Fehleinschätzungen des Objektes der Zuneigung führen kann. Fehler des anderen können nicht bemerkt oder als besonders schön erlebt werden. Dieses Gefühl ist kein Dauerzustand, kann abflauen und sich auflösen oder in Liebe übergehen. Das alles kann einseitig sein, eine Erwiderung ist nicht notwendig.	Unsicherheit
Eine menschliche Emotion scharfer und anhaltender Abneigung, insgesamt äußerster Ausdruck von starker Verachtung und Abwendung. Entsteht, wenn jemand aufgrund eines anderen tiefe und lang andauernde Verletzungen erleiden muss, die nicht abgewehrt oder bestraft werden können. Daher gehört zu diesem Gefühl die Vernunft: Denn diese möchte das Ende der Verletzung und dass der Quälende bestraft wird.	Schwärmerei
Bezeichnet allgemein eine weniger intensive Form der Verliebtheit.	Trauer
Zustand eines Menschen, weil Vertrauen fehlt oder Ängstlichkeit im Gegensatz zur Selbstsicherheit besteht. Dieser Zustand kann zur Persönlichkeit eines Menschen gehören, weshalb er möglichst vieles zu vermeiden versucht. In der Psychiatrie wird ein solches Verhalten in extremer Form als eine Art der Störung bezeichnet.	Verliebtheit
Bezeichnet eine nicht fröhliche Gemütsstimmung, meist nachdem ein betrübendes Ereignis stattgefunden hat oder man mit geliebten Personen sowie Tieren nicht mehr im Kontakt steht. Das kann durch Tod oder Wegziehen ausgelöst werden. Auch die Erinnerung an solche Verluste sowie die Erwartung bevorstehender Verluste können dieses Gefühl auslösen.	Hass

VORSCHAU

chael Richling: Ethik für Fachfremde und Berufseinsteiger 7/8
Auer Verlag

netzwerk lernen

zur Vollversion

Expertengruppe 1 (Entspannungstechniken)

Eine gute Möglichkeit, ruhiger zu werden, sind Entspannungstechniken. Du kannst zum Beispiel Sport treiben und dich körperlich bewegen (lang spazieren gehen, joggen, Fahrrad fahren, tanzen, schwimmen, Kraftsport oder Squash etc.). Yoga – eine traditionelle Entspannungstechnik aus Indien und eine Kombination aus Atmen, Konzentrationsübung und Meditation – hilft auch. Vielleicht findest du Trainings-DVDs oder -Bücher, wobei es als Anfänger allerdings sinnvoll ist, einen Kurs zu besuchen. Tai Chi aus China ahmt die fließenden Bewegungsmuster von Tieren nach und gehört zur sogenannten Traditionellen Chinesischen Medizin. Bei der progressiven Muskelentspannung geht es um die Muskulatur des Körpers. Du sollst hier verschiedene Körperregionen gezielt anspannen und danach wieder entspannen. Hier entsteht normalerweise schnell ein tiefer Zustand der Entspannung. Es gibt hierzu Bücher, CDs und Volkshochschulkurse. Oft wird vergessen, dass auch das Musikmachen und -hören hilfreich sind. Ein bisschen Pfeifen hilft oft (auch wenn man es anfangs seltsam findet). Beim Musikhören beruhigen Wellness-Musik, klassische Musik oder Naturgeräusche, zum Beispiel Walgesänge oder Vogelgezwitscher. Aber manche Leute entspannen sich auch zu Rock, vielleicht auch zu Rap. Das gilt es herauszufinden. Es gibt noch viele verschiedene andere Möglichkeiten wie Meditation oder autogenes Training. Diese Dinge erfordern jedoch viel Training. Beachte immer bei allen Techniken:

- regelmäßig üben, nicht nur einmal ausprobieren,
- keinen Druck machen,
- feste Zeitpunkte zum Trainieren bestimmen,
- verschiedene Techniken ausprobieren, bis eine passt.

Expertengruppe 2 (Atmen und Zählen)

Setze dich einfach aufrecht auf einen Stuhl und merke, wie dein Körper den Stuhl und deine Fußsohlen den Boden berühren. Die Haltung sollte möglichst entspannend sein. Jetzt zählst du einfach deine Atemzüge, die du ausatmest. Der Mund ist geschlossen, die Zähne bleiben locker und werden nicht gegeneinander gepresst. Versuche, dich nur auf den Atem zu konzentrieren. Es gibt nur ihn, nur Ein- und Ausatmen. Spüre das Ein- und Ausfließen. Zähle beim ausfließenden Atem im Kopf mit: „Eeeeeeeiiiiiiinnnnnnnsssss …“, bis der Atemzug beendet ist. Danach zählst du weiter. Versuche, nichts am Atmen zu ändern, nicht schneller und nicht langsamer zu werden. Das machst du so lange, bis du bei der Zahl 10 angekommen bist. Zähle niemals weiter, sondern fange wieder mit 1 an. Achte auf den Moment zwischen Ein- und Ausatmen. Ein Tipp:

- *nicht verzweifeln*: am Anfang wirkt es seltsam, weil man versucht, irgendetwas zu machen, vielleicht den Atem zu verlängern oder zu verkürzen, aber eigentlich brauchst du nichts zu tun und das schon seit deinem ersten Tag auf der Erde.

VORSCHAU

chael Richling: Ethik für Fachfremde und Berufseinsteiger 7/8
Auer Verlag

zur Vollversion

A. Materialien und Vorbereitung

- M 1 für den Einstieg einmalig kopieren
- Arbeitsblätter in Klassenstärke kopieren

B. Fächerverbindende Anknüpfungspunkte

- Sprachen: Jugendbücher mit Coming-of-Age-Thematik; gute Jugendbuchbesprechungen und Überblicke liefert jedes Jahr die „Liste der 100 Besten“ (Kinder- und Jugendbücher) des Börsenvereins des Deutschen Buchhandels, siehe: http://www.boersenverein-bayern.de/de/157660
- Biologie: die Pubertät
- Sozialkunde/Geschichte: der Bezug zu den Eltern in verschiedenen Jahrhunderten

C. Didaktisch-methodische Hinweise

Die Veränderungen in der Adoleszenz sind enorm. Sowohl der Körper als auch das Gehirn machen viele Umwandlungsprozesse durch. So wissen im Normalfall weder die Eltern noch der Jugendliche Bescheid, wo man sich gerade im zwischenmenschlichen Miteinander befindet. Damit zumindest eine gewisse Bewusstmachung möglich wird, kann eine Einheit zu diesem Thema herangezogen werden. Die vorliegende Unterrichtseinheit ist erfahrungsgemäß in einer Doppelstunde allein nicht zu bewältigen, besonders auch aufgrund der integrierten Hausaufgabe.

Stundenverlauf

Zu Beginn wird von der Lehrkraft die auf der Kopiervorlage abgedruckte Geschichte (M 1) vorgelesen. Hierbei können die Schüler die Augen schließen und einfach nur zuhören. Zuweilen führt dies zu einer ruhigeren Ausgangssituation. Anschließend wird über die Thematik diskutiert, ähnliche Situationen sind den Schülern meist durchaus bekannt. Die auf dem Arbeitsblatt zuerst aufgelistete Einzelarbeit (Aufgabe 1) führt daraufhin zum ersten Nachdenken über die gröbsten Veränderungen im Laufe der letzten vier Jahre. Eine Besprechung mit einem Mitschüler erscheint im Anschluss besonders dann hilfreich, wenn man bedenkt, dass die Veränderungen in der Pubertät bei den Gleichaltrigen im Prinzip ähnlich verlaufen (Aufgabe 2). Die Befragung der Eltern in Aufgabe 3 muss zu Hause erfolgen. Es ist Ihnen als Lehrkraft überlassen, ob Sie diese Hausaufgabe stellen oder nicht. Falls Sie aber zu Beginn des Schuljahres deutlich gemacht haben, dass auch solche Aufgabenformen auf die Familie zukommen können, sind Diskussionen mit den Eltern nicht zu erwarten. Vielmehr bringt es Eltern und Kinder dazu, sich in ihrem Gespräch zu vergleichen und anzunähern. Das ist etwas, was die meisten Eltern zu schätzen wissen. Die darauffolgende gemeinsame Mindmap (Aufgabe 4) fordert Disziplin ein und fördert zugleich das nonverbale Kommunizieren. Sie können Ihre Schüler auch durchaus dazu auffordern, Bilder dazu zu malen, falls der schriftliche Ausdruck eher schwierig ist. Die in Einzelarbeit zu erstellende Prioritätenliste von Aufgabe 5 ist häufig selbst unter Erwachsenen sehr schwierig. Es gibt hier keine Musterlösung und dies sollte jedem vorab klargemacht werden. Die einzelnen Begriffe, die dem Pfeil zugeordnet werden müssen, können bei Bedarf von der Lehrkraft vorher entlastet werden. Die schwierigste Form der Auseinandersetzung mit den eigenen Veränderungen ist ein reflektierter Brief an sich selbst (Aufgabe 6). Dies kann auch als Hausaufgabe gestellt werden. Erfolgt die Aufgabe im Unterricht, ist auf jeden Fall eine angemessene Arbeitszeit einzuräumen. Entlastend wirkt hier eine Vorbereitung durch verschiedene Adjektivsammlungen oder der Verweis auf Kleidungsstiländerungen, wechselnden Musikgeschmack, veränderte Sichtweisen auf die Schule sowie den Medienkonsum.

Verwendete Sozialformen und Methoden

- Lehrervortrag (Einstieg durch eine alltagsnahe Geschichte)
- Partnerarbeit (Besprechung der Veränderungen)
- Einzelarbeit (Reflexion über Veränderungen an sich selbst, Elterninterview, Prioritätenliste, Brief an sich selbst)
- Gruppenarbeit (rotierende Mindmap)

VORSCHAU

chael Richling: Ethik für Fachfremde und Berufseinsteiger 7/8
Auer Verlag

netzwerk lernen

zur Vollversion

A. Materialien und Vorbereitung

- Tabletten für den Einstieg
- Arbeitsblätter in Klassenstärke kopieren
- Computer mit Internetzugang in ausreichender Anzahl bereitstellen, nach Möglichkeit für jeden Schüler (alternativ: ausnahmsweise die Benutzung von Smartphones gestatten)

B. Fächerverbindende Anknüpfungspunkte

- Geschichte/Sozialkunde: Gesellschaften früher und heute, das Sabbatical und seine Gründe, der Aufbau eines Klosters, das Klosterleben
- Erdkunde: das Leben der Nomaden und das Leben in modernen Städten
- Biologie: das Burnout-Syndrom, das Boreout-Syndrom

C. Didaktisch-methodische Hinweise

Gruppenkonstellationen innerhalb der Pubertät sind niemals fest. Sie verändern sich genauso wie die Jugendlichen auch. Dennoch ist es für den Orientierungssuchenden immer wichtig, den Anschluss nicht zu verlieren. Dass er dabei gelegentlich sich selbst verbiegt und damit negativen Einflüssen unterliegt, ist jeder Lehrkraft klar. Allerdings weiß das nicht jeder Schüler und manchmal auch nicht seine Erziehungsberechtigten. Leider ist immer wieder – auch in ländlichen Regionen – ein gewisser Hang zum Exzess zu beobachten. Zwar nimmt die Zahl der zigarettenrauchenden Jugendlichen ab, doch in gleichem Maße verstärkt sich die Vorliebe zur Wasserpfeife und E-Zigarette. Der Hang zum Alkohol ist seit Jahren in gewissen Gruppierungen ungebrochen. Und die ein oder andere Lehrkraft zeigt sich zumindest zu Beginn ihrer Dienstzeit noch heute durchaus beeindruckt von den unverhohlen dargelegten Trinkeskapaden einiger Siebt- oder Sechstklässler. Die Möglichkeit, über diese Entwicklungen und Einflüsse in Gruppen zu reden, bietet sich im elterlichen Haus selten. Ihr widmet sich diese Einheit.

Stundenverlauf

Der Einstieg erfolgt, indem Tabletten auf den OHP gelegt werden. Es wird normalerweise sogleich erkannt, worum es sich handelt. Welche Wirkung diese Tabletten haben, kann aber zu unterschiedlichen Vermutungen führen. Lenken Sie das Thema langsam auf die Tatsache, dass Tabletten auch rein berauschende Wirkung haben können und zu negativen Zuständen führen. Im Anschluss daran teilen Sie entweder das Arbeitsblatt 1 direkt an die Schüler aus oder kopieren nur den Text ohne Überschrift auf Folie, sodass das Thema nicht gleich antizipiert werden kann (Aufgabe 1). Das Gitterrätsel von Aufgabe 2 dürfte keine großen Probleme bereiten. Die anschließende Diskussionsrunde (Aufgabe 3) ist manchmal dann heikel, wenn die Lehrkraft sich zu sehr präsentiert. Bei Besuchen von Suchtexperten werden üblicherweise die Lehrkräfte aus dem Raum geschickt, damit frei gesprochen werden kann. Nehmen Sie sich hier am besten also möglichst zurück. In der Partnerarbeitsphase der Aufgabe 4 sollten Computer zur Verfügung stehen. Bei der darauffolgenden Aufgabe 5 können Sie den ersten Buchstaben bei Bedarf auch zur Erleichterung vorgeben. Im Anschluss an diese Einheit wären die Behandlung der Außenseiter- bzw. Einzelgängerthematik sowie Strategien des „Nein-Sagens“ möglich.

Verwendete Sozialformen und Methoden

- Stummer Impuls (Tabletten auf OHP)
- Unterrichtsgespräch (Sprechbedarf nach Einstiegsimpuls)
- Gruppenarbeit (gemeinsamer Erfahrungsaustausch)
- Partnerarbeit (passende Bilder finden)
- Einzelarbeit (Einstiegsaufgabe, Informationstext zum Schluss)
- Aufgabentypen: Gitterrätsel, Diskussion, Lückentext mit Wortspeicher, Internetrecherche

KOPIERSCHUTZ

chael Richling: Ethik für Fachfremde und Berufseinsteiger 7/8
Auer Verlag

netzwerk lernen

zur Vollversion

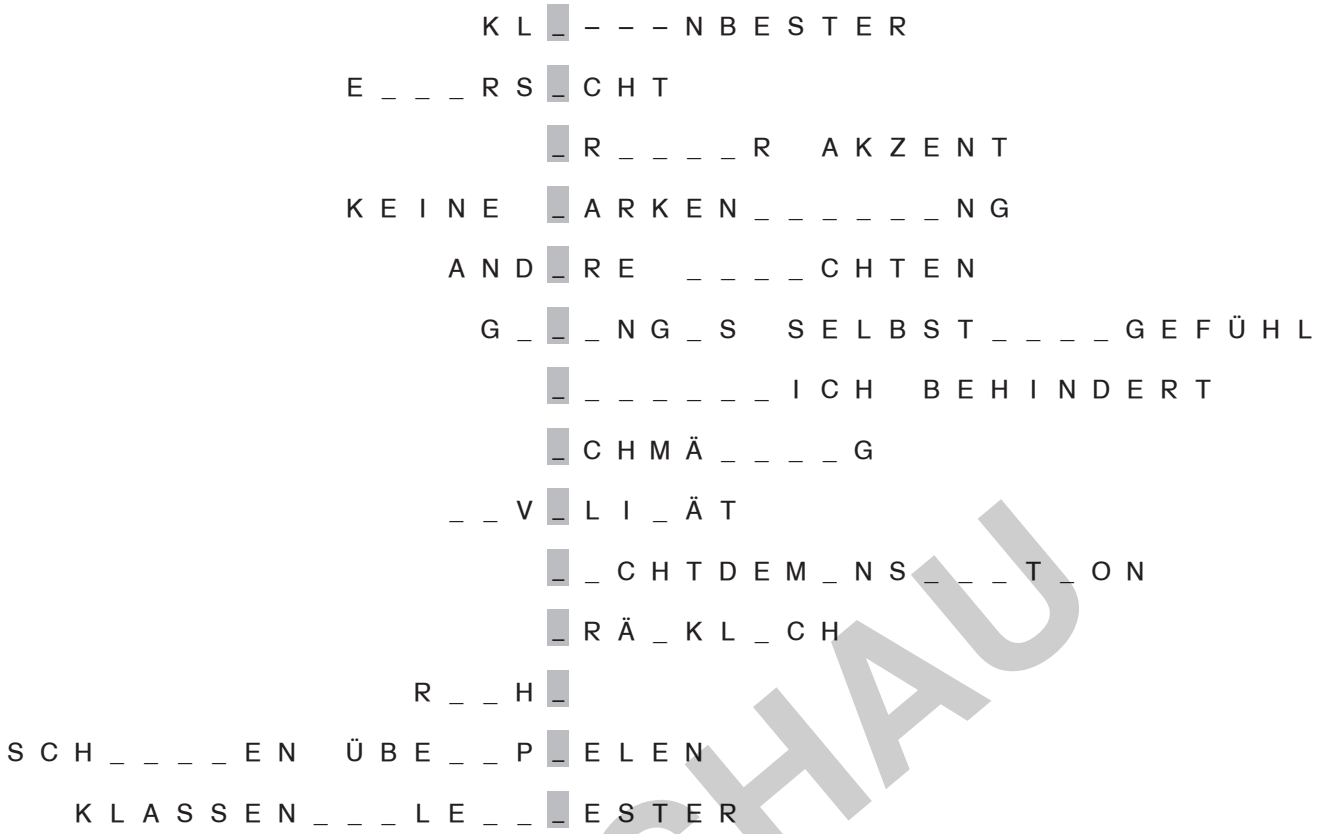
„Ich trau' mich schon gar nicht mehr wirklich in die Klasse …" – Mobbing und seine Facetten

VORSCHAU

© Michael Richling: Ethik für Fachfremde und Berufseinsteiger 7/8
Auer Verlag

netzwerk lernen

zur Vollversion



Das Lösungswort zeigt an, was jeder Mobber eigentlich will: nämlich _____!
Und solange der Täter diese bekommt, hat er, was er will. Das heißt: Es gilt, zusammenzuhalten und immer dann, wenn so etwas geschieht, den Täter ab sofort zu ignorieren und gar nicht mehr wahrzunehmen. Und wenn du selbst einmal gemobbt wirst, dann erzähle das den Erwachsenen. Denn mal ehrlich: Still vor sich hin zu leiden ändert nichts und manchmal bekommen das sonst die Erwachsenen auch nicht mit.

5. Macht gemeinsam eine Lernkette zum Thema Mobbing, die ihr dann in der Klasse aufhängt. Jeder erstellt dazu mindestens drei lange und etwa 7–9 cm breite Papierstreifen. Sie werden anschließend mit etwas Wissenswertem aus den vorangegangenen Übungen oder hilfreichen Tipps beschriftet. Stellt eure Ergebnisse in der Klasse vor. Verbindet dann die Enden des ersten Streifens mithilfe von Kleber oder Heftklammer. Achtet aber darauf, dass der Text noch zu lesen ist. Das ist euer erstes Glied der Kette. Der nächste Streifen wird dann dort durchgefädelt und wiederum – gut lesbar – an beiden Streifenenden verbunden. Diese Kette, ein Zeichen eures Zusammenhaltes, wird dann gut sichtbar in euer Klassenzimmer gehängt.

6. Bildet eine Gruppe aus vier bis sechs Schülern. Spielt dann eine Szene, in der ihr zusammenhaltet, einen Mobber ignoriert und das Opfer zu euch holt. Zwei Personen spielen jeweils den Mobber und den Gemobbten, der Rest der Gruppe die Klassenkameraden. Macht euch unbedingt Gedanken über den Charakter, den ihr spielt. Hier findet ihr ein paar Tipps:

- Was sagt die Person, die ich spiele?
- Welche Kleidung trägt sie und was kann ich von zu Hause mitnehmen?
- Wie antwortet sie auf die Aussagen des Gesprächspartners?
- Wie fühlt sie sich?
- Welche Gesten nutzt sie dabei und welchen Gesichtsausdruck hat sie?
- Wie stellt ihr die beiden Hauptdarsteller dar?

VORSCHAU

© Michael Richling: Ethik für Fachfremde und Berufseinsteiger 7/8
Auer Verlag
netzwerk lernen
zur Vollversion