

<b>I. Einleitung</b> .....	4
<b>II. Konzept und Aufbau des Materials</b> .....	5
Welche Inhalte werden behandelt? .....	5
Welche Materialien werden angeboten? .....	5
Welche Bearbeitungs- und Einsatzmöglichkeiten bieten sich an? .....	6
<b>III. Informationen zu den Personen der Geschichten</b> .....	7
1. Kurzbeschreibung der Schüler .....	7
2. Klassenbild .....	8
<b>IV. Geschichten und Unterrichtsmaterialien</b> .....	9
 <b>Anna: Schlecht beraten</b> .....	9
Text 1–2 .....	9
Fragen zum Text 1–2 .....	16
Lückentext 1–2 .....	20
Domino 1–3 .....	23
 <b>Verena: Ausgegrenzt</b> .....	36
Text 1–2 .....	36
Fragen zum Text 1–2 .....	45
Lückentext 1–2 .....	49
Domino 1–3 .....	53
 <b>Ben: Mühe lohnt sich</b> .....	68
Text 1–2 .....	68
Fragen zum Text 1–2 .....	74
Lückentext 1–2 .....	78
Domino 1–3 .....	81
 <b>Kai: Zu viel gezockt</b> .....	94
Text 1–2 .....	94
Fragen zum Text 1–2 .....	101
Lückentext 1–2 .....	105
Domino 1–3 .....	108
 <b>Tim: Falsche Freunde</b> .....	121
Text 1–2 .....	121
Fragen zum Text 1–2 .....	126
Lückentext 1–2 .....	130
Domino 1–3 .....	134

1. Kurzbeschreibung der Personen – Klasse 9 der Regenbogenschule

**Herr Albrecht**  
 cooler Lehrer,  
 der eigentlich  
 immer die Ruhe  
 bewahrt  
 - besorgt um  
 seine Schüler,  
 wenn es ihnen  
 nicht gut geht

**Dirk**  
 - bester Freund  
 von Kai  
 - meistens ruhig  
 und vernünftig  
 - in seiner  
 Freizeit macht  
 er gern Sport

**Kai**  
 - bester Freund  
 von Dirk  
 - netter Typ<sup>1</sup>,  
 aber  
 manchmal  
 etwas  
 unvernünftig

**Andi**  
 - cooler Typ  
 - verliebt in seine  
 Freundin Lena  
 - guter Freund  
 von Tim

**Tim**  
 - mit Andi  
 befreundet  
 - bewundert ihn,  
 weil er auch  
 gern so cool  
 wäre  
 - in letzter Zeit  
 oft traurig, weil  
 Andi nur wenig  
 Zeit für ihn hat

**Uli**  
 - guter Freund  
 von Ben und  
 Alex  
 - ist sportlich  
 - hat auch mal  
 ein Auge auf die  
 Sorgen anderer

**Ben**  
 - guter Freund  
 von Uli und  
 Alex  
 - etwas  
 rundlicher  
 und nicht so  
 sportlich wie  
 seine Freunde  
 - pflegt sich nicht  
 gut  
 - mag Anna

**Alex**  
 - guter Freund  
 von Uli und Ben  
 - ist sportlich  
 - redet viel,  
 überlegt sich  
 aber vorher  
 nicht immer,  
 was er sagt

**Anna**  
 - beste Freundin  
 von Lena  
 - oft schlecht  
 drauf, weil sie  
 gern hübscher  
 aussehen  
 möchte  
 - hätte gern einen  
 Freund wie  
 Lena

**Lena**  
 - mit Anna  
 befreundet  
 - total verliebt in  
 ihren Freund  
 Andi  
 - sehr verträumt

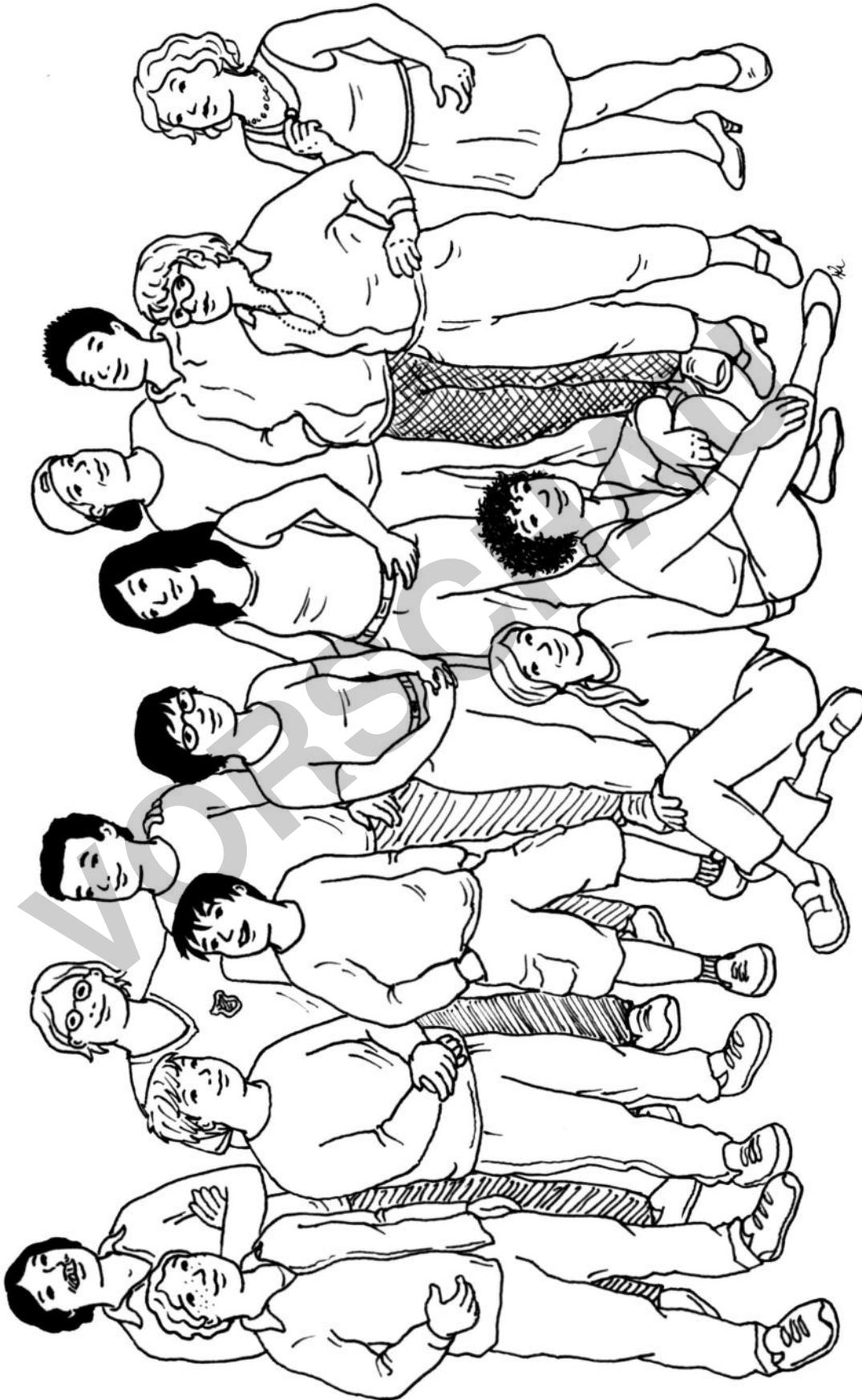
**Verena**  
 - hat keine  
 Freunde in der  
 Klasse  
 - ihr Aussehen ist  
 ihr sehr wichtig  
 - ist trotzdem  
 ganz nett und  
 hilfsbereit

**Frau Mendel**  
 - nette  
 Klassenlehrerin  
 - kann aber auch  
 mal richtig  
 sauer werden  
 - eine gute  
 Stimmung in  
 der Klasse ist  
 ihr wichtig

**Katrin**  
 - beste Freundin  
 von Simone  
 - mag die gleiche  
 Musik wie ihre  
 Freundin

**Simone**  
 - beste Freundin  
 von Katrin  
 - eine gute  
 Sportlerin  
 - steht auf coole<sup>2</sup>  
 Musik

## 2. Klassenbild





## Anna: Schlecht beraten

Heute muss ich nach der Schule allein zum Bus. Lena geht mit zu Andi. Die hat es gut. Sie hat einen tollen Freund. Sie muss sich keine Gedanken um ihr Aussehen machen. Lena sieht gut aus.

Als ich an der Bushaltestelle warte, kommen die drei frechen Knirpse aus der fünften Klasse vorbei. „Guck nicht so blöde, du hässliche Ziege!“, sagt der Junge mit den dunklen Haaren zu mir. Mist! Lena würde jetzt bestimmt eine passende Antwort dazu einfallen. Ich weiß aber nie, was ich sagen soll. Also drehe ich mich nur um und versuche, cool<sup>1</sup> auszusehen.

Zu Hause in meinem Zimmer merke ich, wie sehr ich mich ärgere. Vor dem Spiegel schaue ich mich lange an. Was ich da sehe, gefällt mir schon lange nicht mehr. Meine Brille ist doof und meine blöde Frisur ist wirklich hässlich. Und meine Klamotten sind auch nicht cool. So werde ich sicher nie einen Freund bekommen.

Am liebsten würde ich jetzt mit Lena darüber reden. Aber sie hat für meine Probleme sicher keine Zeit. Sie ist so verliebt!

Da kommt mir plötzlich eine Idee: Verena aus unserer Klasse könnte mich vielleicht beraten. Schließlich beschäftigt sie sich ja den ganzen Tag nur mit Mode und solchen Sachen.



Am nächsten Morgen kommt Verena in die Klasse. Ich nehme meinen Mut zusammen und spreche sie an: „Sag mal Verena, du weißt doch immer, was gerade angesagt ist – bei Klamotten und so!“ Sie schaut mich skeptisch an und fragt: „Ja, und?“ „Ich bin total unzufrieden mit meinem Aussehen. Ich dachte, du könntest mich vielleicht beraten.“ „Warum sprichst



du nicht mit Lena darüber?“, fragt sie. „Die hat gerade wenig Zeit für mich“, antworte ich und zeige zu Andi und Lena hinüber. Sie sitzen eng umschlungen und haben sich offenbar viel zu erzählen. „Verstehe!“, sagt Verena und wir verabreden uns für den Nachmittag in der Stadt.

Als wir uns dann in der Eisdiele treffen, fragt Verena: „Sag mal Anna, wie viel Geld hast du eigentlich? Nur damit ich weiß, womit ich planen kann.“ Ich sage ihr, wie viel ich gespart habe und sie meint: „Das ist ganz schön viel! Aber für eine neue Brille reicht es nicht. Schade, aber ich kriege dich schon hin!“ Verena ist ganz begeistert. Sie erzählt mir, welche Pläne sie schon für mich gemacht hat. „Ob mir das alles gefallen wird?“, denke ich. Aber schließlich ist Verena die Expertin. Ich verlasse mich auf sie.

Unsere erste Station ist ein Drogerie-Markt. Dort probieren wir Schminke aus. Verena meint, dass

ich meine Augen betonen soll – wegen der Brille. Also kaufen wir Lidschatten und Wimperntusche. „Und ein Lippenstift muss sein“, meint Verena.

Unser nächstes Ziel ist ein großer Klamottenladen. Verena kennt sich hier gut aus. Sie weiß sofort, wo wir die richtigen Sachen finden. Ich stehe in der Umkleidekabine und Verena schleppt viele Klamotten an. Am Ende bin ich ganz erschöpft vom Anprobieren. Ich kann mich nicht entscheiden. Ich bin einfach nicht daran gewöhnt.



Zum Glück weiß Verena, was ich kaufen soll: einen kurzen Rock und ein tief ausgeschnittenes T-Shirt<sup>2</sup> mit Glitzermuster. Außerdem über-



redet sie mich noch zu hohen Schuhen, in denen ich nicht gut laufen kann. Aber Verena meint, dass ich mich bald daran gewöhne.

Zum Schluss gehen wir noch zum Frisör. Verena hat eine Freundin, die Frisörin ist.

Sie heißt Monika und ist sehr nett. Sie rät mir zu kurzen Haaren. Ich bin einverstanden. Ich verlasse mich auf sie, denn sie ist ja die Expertin. Als ich fertig bin, gefällt mir die Frisur richtig gut.

Dann zeigt Verena mir, wie ich mich schminken kann. Ich bin ihr so dankbar. Sie gibt sich so viel Mühe mit mir. Wir machen ab, dass ich morgen in der Schule meine neuen Sachen anziehe. „Die werden Augen machen!“, meint Verena.

Aber am nächsten Morgen ist alles doch schwieriger als ich dachte. Das Schminken fällt mir schwer. Und auch die Frisur bekomme ich nicht so hin. Bei Verena hatte es so leicht ausgesehen. Bevor ich losmuss, übe ich in unserem Flur

noch, in den hohen Schuhen zu gehen.

Die neuen Schuhe sind ziemlich laut im Schulflur. Alle schauen mir hinterher. Ich bin nur nicht sicher, ob das so gut ist. Die meisten Blicke sehen nicht begeistert aus und einige Mitschüler kichern sogar.



In unserer Klasse kommt Verena gleich auf mich zu und sagt: „Hallo Anna, du siehst gut aus!“ Dann kommt Lena auf mich zu und fragt ärgerlich: „He, wo ist Anna? Was hast du mit meiner Freundin gemacht?“ Das Herz rutscht mir in die Hose. „Magst du meine neuen Sachen nicht?“, frage ich. „Verena und ich waren gestern in der Stadt.



**Beantworte die Fragen in ganzen Sätzen.**

1. Wohin geht Anna nach der Schule ohne Lena?

---

---

2. Worin schaut Anna sich lange an?

---

---

3. Wen fragt Anna um Hilfe?

---

---

4. Wo treffen sich Anna und Verena?

---

---

5. Was kaufen Anna und Verena zuerst?

---

---

6. Was kauft Anna im Klamottenladen?

---

---

VORSCHAU



**7. Wohin gehen Anna und Verena zum Schluss noch?**

- Zum Bäcker
- Zum Frisör
- Zum Supermarkt

**8. Wie heißt die Frisörin?**

- Beate
- Simone
- Monika

**9. Was übt Anna, bevor sie am nächsten Tag zur Schule geht?**

- Rechnen
- In hohen Schuhen gehen
- Tanzen

**10. Was fragt Lena, als Anna in die Klasse kommt?**

- Wie viel Uhr ist es?
- Wo ist Anna?
- Was hast du mit meiner Freundin gemacht?

**11. Was tut Anna, als Lena die neuen Sachen nicht mag?**

- Sie lacht.
- Sie weint.
- Sie läuft weg.

**12. Was tun Anna und Lena am Nachmittag?**

- Sie tauschen die Sachen um.
- Sie probieren Schminke aus.
- Sie probieren Frisuren aus.





## Anna: Schlecht beraten

# Anfang



Ich stehe allein an der Bushaltestelle. Meine Freundin Lena ist nicht da. Drei freche Jungen kommen und sagen: „Du hässliche Ziege!“



Zu Hause schaue ich mich lange im Spiegel an. Ich mag nicht, was ich sehe. Ich könnte Verena aus unserer Klasse fragen, ob sie mich berät.





Am Nachmittag gehe ich mit Lena in die Stadt. Wir tauschen die Klamotten um. Danach gehen wir zu mir und ich übe, mich zu schminken. Meine neue Frisur gefällt Lena aber doch sehr gut.



# Ende

VORSCHAU





- Im Schulflur sind die Schuhe sehr laut.
- Alle schauen mich an.



- Lena ist wütend.
- Sie mag meine neuen Sachen nicht.



- Ich weine.
- Lena tröstet mich.
- Ich soll besser sie um Rat fragen.





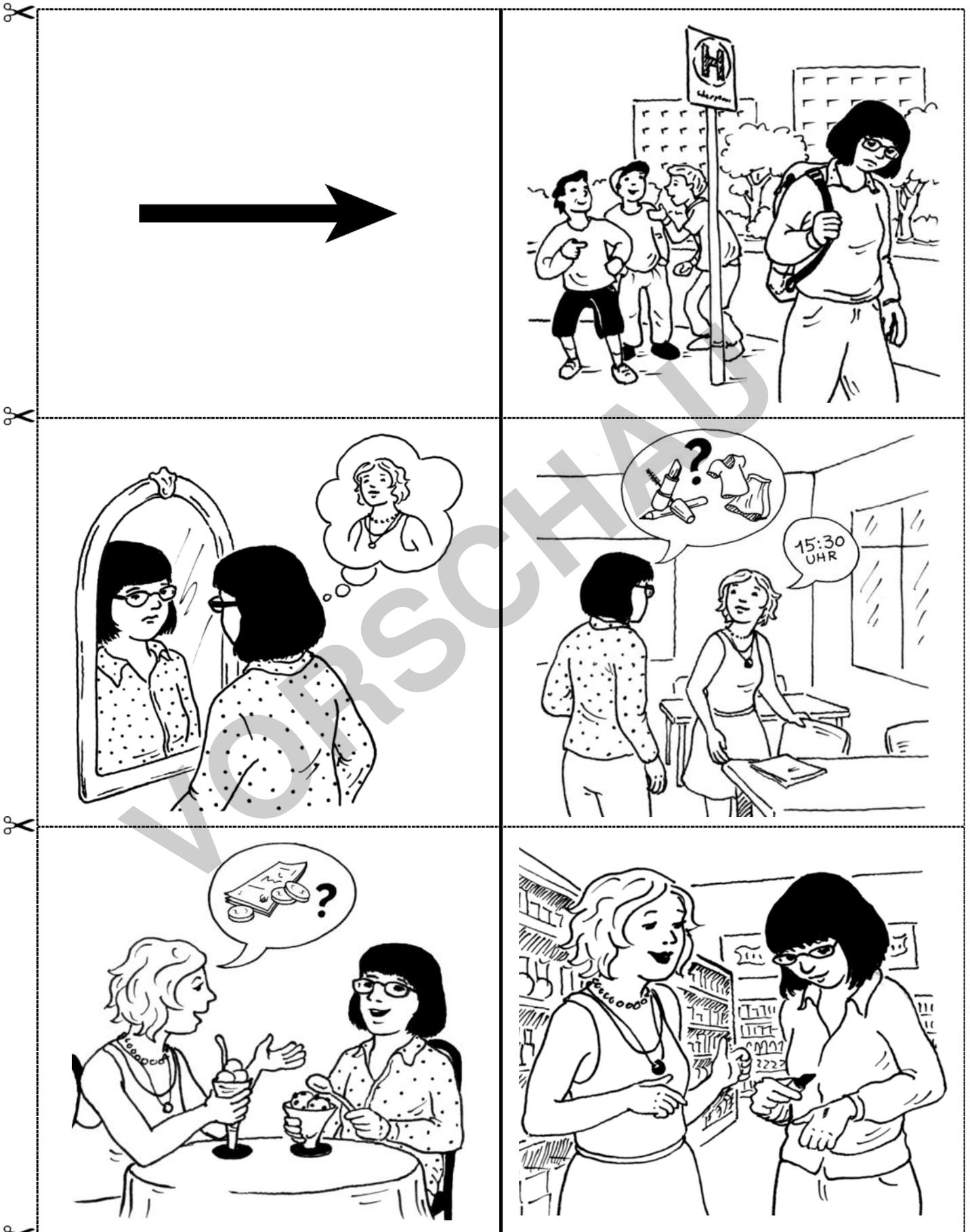
- Am Nachmittag tauschen wir die Klamotten um.
- Wir probieren Schminke aus.
- Meine neue Frisur gefällt Lena.

# Ende

VORSCHAU



### Anna: Schlecht beraten





 **Kreuze die richtigen Antworten an.**

**Achtung:** Manchmal kannst du auch mehrere Antworten ankreuzen!

**1. Auf wen ist Lena sauer?**

- Auf ihre Mutter
- Auf Verena
- Auf Andi

**2. Mit wem tuschelt Lena am Montag?**

- Mit Andi
- Mit Kai
- Mit Verena

**3. Wer hat Verenas Cola-Flasche umgeworfen?**

- Lena
- Andi
- Verena

**4. Wer sagt, dass Verena jetzt Geld für eine Mode-Beratung nimmt?**

- Simone
- Katrin
- Tim

**5. Wo sitzt Verena ganz allein auf einer Seite des Raumes?**

- In der Klasse
- Auf dem Schulhof
- Im Umkleideraum

**6. Was tut Verena, als sie ihre Sachen im Mülleimer findet?**

- Sie weint.
- Sie spricht mit Frau Mendel.
- Sie schreit die anderen an.

**7. Wer schimpft mit der Klasse?**

- Herr Albrecht
- Frau Mendel
- Verena



## Verena: Ausgegrenzt

# Anfang

Anna und Lena waren zusammen in der Stadt. Sie haben Klamotten umgetauscht. Verena hatte die Sachen für Anna ausgesucht. Die passten aber gar nicht zu Anna.

Anna sieht jetzt sehr gut aus. Die neuen Sachen gefallen ihr. Aber Lena ist noch sauer auf Verena. Sie sagt zu Andi: „Verena wollte sich lustig über Anna machen!“





Am nächsten Morgen hat Andi Verenas Cola-Flasche umgeworfen. Er grinst und sagt: „Aus Versehen!“



Auf dem Schulhof stehen alle zusammen. Tim erzählt: „Ich habe gehört, dass Verena jetzt Geld für ihre Beratung nimmt.“ Aber Anna denkt: „Das glaube ich nicht.“



Im Umkleieraum sitzt Verena plötzlich ganz allein. Alle anderen Mädchen sitzen auf der anderen Seite. Niemand will bei Verena sitzen.





## Ben: Mühe lohnt sich

„Hallo, Anna!“, begrüßt Ben seine Mitschülerin. „Ich mag deine neue Frisur.“ „Oh, danke!“, freut sich Anna. Sie wundert sich, dass Ben das sagt. „Er ist ja ganz nett, aber er sieht immer so ungepflegt aus“, denkt Anna. Dann geht sie zu ihrer Freundin Lena. Ben hätte gern noch mehr mit Anna geredet. Er mag sie sehr.

In der Pause geht Ben zu Anna und fragt: „Hallo! Willst du Chips<sup>1</sup>?“ „Nein, danke!“, antwortet Anna. Ben bleibt neben ihr stehen und isst seine Chips. Er fühlt sich so wohl in Annas Nähe.

Am nächsten Tag ist wieder Pause. Anna steht bei Simone und Katrin. Ben denkt: „Jetzt oder nie“ und geht zu Anna. Sein Herz klopft, als er seinen Arm um Annas Schultern legt. Die Mädchen lachen los. Ben weiß nicht, was so lustig ist. Lachen sie über ihn? Er sieht, wie Anna sich die Nase zuhält. Sie denkt, dass er stinkt.

Ben ist sehr traurig. Er dachte, dass Anna ihn auch mag. Zu Hause legt er sich auf sein Bett. Er tröstet sich mit Schokolade und denkt nach. Vielleicht können ihm seine Freunde Alex und Uli ja helfen.

Am nächsten Morgen erzählt er ihnen von Anna. Alex und Uli hören gut zu. Sie meinen: „Du solltest mehr auf dich achten. Manchmal riechst du ganz schön nach Schweiß. Und deine Haare könntest du auch öfter waschen.“ Da ist Ben sauer. Er spricht kein Wort mehr mit ihnen.



Zu Hause nimmt Ben sich eine Tüte Chips und legt sich auf sein Bett. Er denkt noch mal daran, was Alex und Uli gesagt haben. Vor dem Spiegel schaut er sich an. „Alex und



Uli haben recht!“, denkt Ben. „Ich sehe ganz ungepflegt aus. So mag Anna mich nicht.“

Er ruft seine Freunde an und bittet sie, zu ihm zu kommen. Gemeinsam stellen sie einen Fitness-Plan auf.

### Fitness-Plan

- morgens und abends Zähne gründlich putzen
- jeden Tag frische Klamotten anziehen
- regelmäßig duschen und Haare waschen
- zum Frisör gehen
- Fingernägel schneiden und sauber machen
- keine Chips und keine Süßigkeiten mehr essen
- Deo benutzen
- Sport treiben und abnehmen

Am nächsten Tag duscht Ben. Er schneidet seine Fingernägel und putzt seine Zähne. Mit sauberen Klamotten fühlt er sich nun sehr gut. „Du siehst klasse aus!“, sagen Alex und Uli. Ben freut sich. Aber bemerkt Anna wohl, dass er sich solche Mühe gibt?

Ben kauft sich ein Deo und geht zum Frisör.

Als er in die Schule kommt, sagt Anna: „Deine Haare finde ich richtig gut!“ Ben wird ganz rot im Gesicht.

Am nächsten Montag fehlt Anna in der Schule. Ben ist traurig. Er hat keine Lust mehr, sich zu pflegen. Alex und Uli fragen: „Was ist los mit dir?“ „Anna ist nicht da. Warum soll ich mich dann anstrengen?“, antwortet Ben. „Du tust das doch auch für dich“, sagen seine Freunde.

„Sie haben recht“, denkt Ben. „Ich probiere es einfach weiter.“ Er macht nun Sport mit Alex und Uli.

Als Anna wieder zur Schule kommt, ist sie sehr freundlich zu Ben. Mutig fragt er sie: „Hast du Lust, heute mit mir ins Kino zu gehen?“ Anna sagt: „Ja, gern!“

Am nächsten Tag halten sich Ben und Anna an den Händen. Uli schenkt Ben ein Buch. Es heißt: „Ben liebt Anna“.



**Beantworte die Fragen in ganzen Sätzen.**

1. Was denkt Anna über Ben?

---

---

2. Was bietet Ben Anna in der Pause an?

---

---

3. Was tun die Mädchen, als Ben den Arm um Annas Schultern legt?

---

---

4. Womit tröstet sich Ben zu Hause?

---

---

5. Was tut Ben, als Alex und Uli ihm sagen „Du riechst manchmal nach Schweiß.“?

---

---

6. Wohin legt sich Ben, als er zu Hause ist?

---

---



## Ben: Mühe lohnt sich

# Anfang



- Ben mag Anna sehr.
- Sie mag ihn auch. Aber sie findet ihn sehr ungepflegt.



- In der Pause geht Ben zu Anna.
- Er fühlt sich so wohl in Annas Nähe.





- Zu Hause überlegt Ben noch einmal.
- Er denkt: „So ungepflegt mag Anna mich nicht.“



- Mit Alex und Uli macht Ben einen Fitness-Plan.



- Am nächsten Tag duscht Ben.
- Er schneidet seine Fingernägel.
- Er putzt seine Zähne.





## Kai: Zu viel gezockt

Kai sitzt vor seinem Computer<sup>1</sup> und ist sauer. Er hat wieder das nächste Level bei seinem Spiel nicht geschafft. Er beginnt gleich ein neues Spiel.

Dann hört er seine Mutter rufen: „Kai, ich muss jetzt arbeiten! Mach nicht mehr so lang!“ „Ja, ja!“, antwortet Kai und spielt weiter.



Kai spielt noch sehr lange. Erst mitten in der Nacht geht er ins Bett. Die Sonne im Gesicht weckt ihn auf. Er hat verschlafen. Schnell springt er auf. Er rennt kurz ins Bad, dann in die Küche und ist auch schon aus dem Haus.

Der Schulbus ist schon weg. Kai muss zu Fuß gehen. In der Schule

trifft er Herrn Albrecht auf dem Flur. „Wo kommst du denn jetzt her?“, fragt der Lehrer. „Verschlafen!“, murmelt Kai. „Das geht so nicht, Kai!“, sagt Herr Albrecht. „Ich muss mit deiner Mutter sprechen.“ „Ach, bitte nicht! Ich komme auch nicht mehr zu spät!“, verspricht Kai. Der Lehrer ist noch einmal einverstanden.

Auf dem Schulhof trifft Kai seinen Freund Dirk. „Ich habe verschlafen“, erklärt Kai. „Schon wieder?“, fragt Dirk. „Was machst du denn immer?“ Kai erzählt von seinen Computerspielen. Er ist ganz begeistert. „Hast du Lust, am Wochenende mal zu mir zu kommen?“, fragt er Dirk.

Am Samstag geht Dirk zu Kai. Die Mutter freut sich, dass Dirk mal wieder da ist. Sie fragt ihn: „Bist du auch so verrückt nach den Spielen wie Kai?“ „Geht so“, meint Dirk. „Manchmal spiele ich auch am Computer.“

Kai und Dirk spielen den ganzen Tag. Um zehn Uhr will Dirk nach Hause gehen. Kai fragt: „Kommst



du morgen wieder?“ „Komm du doch zu uns“, schlägt Dirk vor. „Wir wollen morgen eine Radtour machen!“ „Nee, keine Lust“, antwortet Kai. Er merkt gar nicht, als Dirk geht. Kai schaut die ganze Zeit nur auf den Bildschirm.

In der nächsten Woche kommt Kai nicht zur Schule. Dirk ruft ihn an und fragt: „Bist du krank?“ „Nein, es ist alles in Ordnung“, sagt Kai und lacht. „Meine Mutter ist zu meiner Oma gefahren. Ich habe die ganze Woche am Computer gespielt. Verpetz mich nicht!“

Dirk macht sich Sorgen. Er will seinen Freund nicht verpetzen. Aber er denkt sich: „Da stimmt doch was nicht! Das ist doch nicht normal, wenn man immer nur am Computer sitzt.“ Dirk ist ratlos.

In der nächsten Woche kommt Kai wieder zur Schule. Er sieht ganz krank aus und schläft im Unterricht ein.



Herr Albrecht fragt Dirk: „Weißt du, was mit Kai los ist? Ich mache mir große Sorgen um ihn.“ Da erzählt Dirk dem Lehrer, was er weiß. Herr Albrecht sagt: „Wir müssen Kai helfen!“ Dirk ist erleichtert, weil er nicht mehr allein ist mit seinen Sorgen um Kai.

Herr Albrecht telefoniert lange mit Kais Mutter. Für den nächsten Tag verabreden sie ein Gespräch mit Kai in der Schule. Dirk soll dabei sein, das hat sich Kai gewünscht.

„Wir meinen, dass du zu viel Computer spielst!“, erklärt Herr Albrecht. „Deine Gesundheit, die Schule und deine Freunde leiden



darunter!“ „Nur, weil ich verschlafen habe?“, fragt Kai. „Nein!“, sagt seine Mutter. „Du warst eine ganze Woche nicht in der Schule. Der Computer wird verkauft, wenn du nicht vernünftig damit umgehst.“ Kai ist wütend. Dirk sagt: „Ich spiele auch manchmal am Computer. Aber du spielst ja nur noch. Du tust ja gar nichts Anderes mehr.“

Kai ist erschrocken. „Es gibt da eine Beratungsstelle“, erklärt Herr Albrecht. „Willst du das nicht mal versuchen?“ „Bitte, Kai! Lass dir doch helfen“, sagt seine Mutter. Dirk nickt auch. Kai denkt nach und meint dann: „Na gut! Ich versuche es.“





7. Warum kommt Kai eine ganze Woche nicht zur Schule?

---

---

8. Warum macht Dirk sich Sorgen um Kai?

---

---

9. Wie sieht Kai aus, als er wieder zur Schule kommt?

---

---

10. Mit wem spricht Dirk über Kai?

---

---

11. Mit wem telefoniert Herr Albrecht?

---

---

12. Wer ist bei dem Gespräch in der Schule alles dabei?

---

---

13. Was schlägt Herr Albrecht vor?

---