

5.7.3 Neid hat viele Gesichter

Lernziele:

Die Schüler sollen

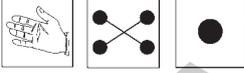
- sich darüber bewusst werden, dass Neid ein negativ bewertetes, aber ein natürliches, menschliches und elementares Gefühl ist, das jeder von uns kennt: sowohl als Neider als auch als Neiderreger,
- nachvollziehen, dass dieses Gefühl – in der schlechteren Position zu sein – oft zur Leugnung und damit zu Abwehrstrategien (Entwertung, Ignoranz, Aggression, ...) führt,
- dazu ermutigt werden, Neidgefühle selbstkritisch wahrnehmen zu lernen und in konstruktiver Weise damit umzugehen (realistischere Selbsteinschätzung und konstruktives Rivalisieren),
- anhand von Fallbeispielen Möglichkeiten für einen positiven (ehrgeizig-stimulierenden, empört-rechtenden) Umgang mit Neid entwickeln.

| Didaktisch-methodischer Ablauf | Inhalte und Materialien (M) |
|--|--|
| <p>1. und 2. Stunde: Neid – ein ganz natürliches Gefühl</p> <p>Das Bild – vergrößert oder auf Folie über den Overheadprojektor präsentiert – lädt zum Einfühlen in die Personen ein. Das Stichwort „Neid“ wird aufgegriffen und es werden damit zusammenhängende Gefühle und Gedanken ausgetauscht.</p> <p>Nach dem Lesen der Texte/Definitionen wird das Neidgefühl anhand verschiedener handlungs- und produktionsorientierter Aufgaben von verschiedenen Seiten her beleuchtet.</p> <p>Das Arbeiten in Zweierteams oder Gruppen bietet sich für die verschiedenen Darstellungsformen (Neid tanzen, zeichnen, singen, ...) sowie für die Recherche bei den Aufgaben zur Wahl an (Neid in der Kunst, in Filmen und Serien, ...).</p> | <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p>Neid: Wenn wir neidisch sind, begehren wir etwas, das andere haben, können, sind oder bekommen, was uns nicht zu eigen ist, wohl aber einen Wert für uns hat und in unserer Gesellschaft meist Anerkennung verspricht.</p> <p>In der christlichen Religion zählt Neid zu den sieben Hauptlaster bzw. -sünden (neben Hochmut, Zorn, Trägheit, Geiz, Völlerei und Wollust). In der Bibel wird Neid an mehreren Stellen verurteilt, z.B. Röm 1,29; 1 Tim 6,4; 1 Petr 2,1; Jak 3,14+16.</p> <p>Im Islam wird Neid im Koran erwähnt. Er soll als eine schlechte Eigenschaft (bei sich selbst angefangen) besiegt werden. Schutzverse und Bittgebete sollen vor Neidern schützen.</p> <p>→ Arbeitsblätter 5.7.3/M1a bis c*/**</p> |
| <p>3. Stunde: Auf der Suche nach dem eigenen Neid</p> <p>Aufbauend auf den vorangegangenen Stunden geht es nun darum, Neid nicht nur bei anderen, sondern auch bei sich zu erkennen – das Zitat bietet sich somit als stummer Impuls (an der Tafel notiert) an.</p> <p>In Einzelarbeit kreuzen die Schüler dann an (und/oder ergänzen), in welchen Situationen sie bereits Neid empfunden haben. Über die Ergebnisse und näheren Details können sich die Schüler – wenn gewünscht – mit Schülern ihres Vertrauens austauschen.</p> <p>Abschließend sollen die Schüler in Diskussionen herausfinden, ob es Faktoren gibt, die unsere Neidgefühle auslösen/verstärken/mindern, ... Anhand der Texte werden die Ergebnisse verglichen.</p> | <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p>Ob und wie stark Neid empfunden wird, hängt von vielen Faktoren ab: Wir beneiden vor allem diejenigen, mit denen der Vergleich naheliegt (soziale Stellung, Herkunft, Alter, ...). Auch wirkt es verstärkend, wenn das, was wir neiden, nicht durch eigene Leistung erbracht wurde (Geschenk, Erbe, ...), wenn damit verbunden allgemeine Anerkennung lockt (ein neues schickes Auto) – und nicht zuletzt: wenn wir ein schlechtes Selbstwertgefühl haben und durch unsere Minderwertigkeitsgefühle andere Menschen erhöht wahrnehmen.</p> <p>→ Arbeitsblätter 5.7.3/M2a bis c*/**</p> |

5.7 Vom Miteinander

5.7.3 Neid hat viele Gesichter

| | |
|---|--|
| <p>4. Stunde: Neid hat viele Gesichter</p> <p>Das Foto dient als Impuls für erste Äußerungen, die vielleicht schon in Richtung „Neidabwehr“ gehen. Sechs Äußerungen werden dann an sechs Gruppen verteilt mit der Aufgabe, die Äußerungen zu beschreiben, zu bewerten und den anderen vorzustellen. Gemeinsam erfolgt die Zuordnung zu den Abwehrstrategien. Mit Berichten über eigene Beobachtungen und Erfahrungen bezüglich „Abwehr von Neid“ endet die Stunde, wobei ein Ausblick in Richtung „offener und ehrlicher Umgang mit eigenen Neidgefühlen“ an dieser Stelle angedacht werden könnte.</p> |  <p>Neid gilt als ein negatives Gefühl. Das Gefühl, in der schlechteren Position zu sein, wirkt kränkend. Infolgedessen werden wir ärgerlich, wütend, destruktiv; aber nicht offen, sondern heimlich: Neid wird oft verleugnet und verdrängt. Der Psychoanalytiker Rolf Haubl unterscheidet zwischen dem <i>negativen</i> feindselig-schädigenden, depressiv-lähmenden und dem <i>positiven</i> ehrgeizig-stimulierenden und empört-rechtenden Neid. Bei den Äußerungen handelt es sich um typische Abwehrstrategien, um den Neid vor anderen (und vor sich selbst) zu verleugnen: Empörung, bewundernde Idealisierung, Aggression, Entwertung, ambivalente Kommentare, bewusste Ignoranz (wobei Empörung als positiver Neid gilt). → Arbeitsblätter 5.7.3/M3a bis c*</p> |
| <p>5. Stunde: Der Neid der anderen</p> <p>Nun liegt der Blickwinkel auf dem Neiderreger. Wie geht es demjenigen, der Neid bei anderen auslöst? Welche typischen (menschlichen) Reaktionen sind häufig zu beobachten? Die Schüler äußern sich dazu, bilden fünf Gruppen und erhalten je einen Text mit einer Situation, in der ein Neiderreger beschrieben wird. Aufgabe ist es, sich in diese Person hineinzuversetzen, die Reaktion auf den Neid der anderen zu beschreiben und zu beurteilen. Die Ergebnisse werden den anderen vorgestellt und gemeinsam kritisch reflektiert. Als freiwillige (Zusatz-)Aufgaben bieten sich die Aufgaben zur Wahl an – hier geht es um eine Stellungnahme zur Neidvermeidung bei den alten Griechen (Scherbengericht) sowie beim !Kung-Stamm in Südafrika.</p> |  <p>Belastend ist der Neid nicht nur für den, der den Neid verleugnet und durch Abwehrmechanismen seine Kränkung kaschiert, sondern auch für den Neiderreger, wenn ihm die Freude und Zufriedenheit nicht gegönnt wird. Typische Reaktionen auf den Neid der anderen sind Tiefstapelei und Understatement (Ramon), Hilfsbereitschaft (Melissa), Opfergefühle (Cynthia), aber auch Trotz (Jim) und Bestätigung (Hendrik). Interessant ist der Blick zu anderen Kulturen: So versuchten z.B. Erntehelfer in einem Entwicklungsland, Neid zu verhindern, indem sie trotz Angebot keinen Dünger verwendeten. Die Angst, durch große Ernteerträge Neid auf sich zu ziehen, war zu groß. → Arbeitsblätter 5.7.3/M4a und b**</p> |
| <p>6. Stunde: Neidbewältigung</p> <p>Neid ist natürlich, menschlich, ein elementares Gefühl. Doch Neid entsteht durch Unterlegenheitsgefühle und deshalb wird oft versucht, ihn zu leugnen, vor sich selbst und vor anderen. Abwertung und Aggression sind die Folge, die wiederum den Neiderreger belasten und das Verhältnis zwischen Neider und Neiderreger beeinträchtigen.</p> |  <p>Das elementare Gefühl „Neid“ wird es immer geben, doch es gibt viele Möglichkeiten und Ansätze der Auseinandersetzung damit: Vermeidungsstrategien (z.B. durch mehr Gleichheit = Schuluniform), Beschwichtigungsstrategien (Orientierung und Halt durch Werte wie Bescheidenheit und Demut; Glaube an Schicksal/Karma) sowie Bewältigung (aktive Auseinandersetzung mit dem eigenen belastenden Neidgefühl – in Richtung konstruktives Rivalisieren oder klarere Selbsteinschätzung = Situation oder Einstellung ändern). In den beiden psychologischen Texten wird Neid als Impuls/Herausforderung verstanden, vernachlässigte Potenziale zu entwickeln und Grenzen realistischer wahrzunehmen. → Arbeitsblätter 5.7.3/M5a** und b***</p> |

| | |
|---|--|
| <p>7. Stunde: Neidsituationen</p> <p>Zu zweit oder in Gruppen bereiten sich die Schüler auf einen Fall vor (die Kärtchen werden verteilt): Aufgabe ist es, sich in die beschriebene Situation des Neidenden hineinzuversetzen und Möglichkeiten zu entwickeln, produktiv und fair mit Neidgefühlen umzugehen. Diese sollen dann in Form von Rollenspielen, Fotostorys, Dialogen etc. vorgestellt und gemeinsam reflektiert werden. Ergänzend können auch weitere Fälle (von Schülern notiert) besprochen werden.</p> |  <p>Lina ist neidisch auf Samira, da sie es geschafft hat, abzunehmen; Felix beneidet Mark um seine Wirkung auf andere; Mareike ist neidisch auf alle, die eine „richtige“ Familie haben; Jim ist neidisch auf seinen älteren Bruder Johannes, weil dieser viel mehr darf als er. – Dies sind nur einige der Fälle, die zur Auswahl stehen. → Arbeitsblätter 5.7.3/M6a und b*</p> |
| <p>8. Stunde: Dichter und Denker über Neid</p> <p>Zum Abschluss des Themas bietet sich die Auseinandersetzung mit philosophischen Texten/Sentenzen an. Diese können – vergrößert kopiert – auf Gruppentischen bereitgestellt und zunächst im Rundgang gesichtet werden. Als Aufgaben sind denkbar: Satz auswählen und</p> <ul style="list-style-type: none"> • mit dem Nachbarn darüber diskutieren; • einen fiktiven Brief an den Autor schreiben; • passende Geschichten erfinden; • auf eine Karte notieren und illustrieren; • eine Szene dazu schreiben und spielen; • Fotos dazu anfertigen. |  <p>Die Sentenzen zeigen Gefühle und Gedanken rund um das Thema „Neid“ aus den Federn von Kant, Kierkegaard, Seneca, Schopenhauer, Nietzsche u.a. Verschiedene Aspekte werden beleuchtet: Neid kann motivierend sein, um Gerechtigkeit zu schaffen; der Neid der anderen ist ein Zeichen für den eigenen hohen Stand, für Erfolg und Status; Neid gilt es zu überwinden, denn er ist ein Symbol für Undankbarkeit, ... → Texte 5.7.3/M7*/**/***</p> |

Tipp:

- Haubl, Rolf: Neidisch sind immer nur die anderen: Über die Unfähigkeit, zufrieden zu sein, Beck, München 2004
- Decher, Friedhelm: Das gelbe Monster. Neid als philosophisches Problem, zu Klampen Verlag, Springe 2005
- Lippke, Olaf: Anatomie des Neides, WiKU-Verlag, Duisburg 2006
- Schoeck, Helmut: Der Neid und die Gesellschaft, Herder, Freiburg, Basel, Wien 1977

Neid – ein ganz natürliches Gefühl



Arbeitsaufträge:

1. Welche Gedanken könnten das Kind links beschäftigen?
2. Welche Gefühle könnten dazu passen?
3. Wie fühlt sich Neid an? Versucht, dieses Gefühl näher zu beschreiben. Einige der Adjektive helfen euch dabei vielleicht:

verärgert – launisch – missgünstig – gierig – schwach – gekränkt – unterlegen – falsch – ungerecht – wenig – viel – besser – schlechter – überlegen – freundlich – feindlich

4. Lest folgende Artikel über Neid und vergleicht sie anschließend mit euren Beschreibungen.

Das Gefühl des Neides

Das Gefühl des Neides ist ein sehr unangenehmes Gefühl. Wenn wir den Stich des Neides in uns spüren oder wenn wir ganz und gar von Gefühlen des Neides überschwemmt werden, dann fühlen wir uns nicht gut, wir fühlen uns dann auf jeden Fall in der „schlechteren Position“, haben die Überzeugung, im Vergleich mit anderen ganz ungerechtfertigterweise schlechter wegzukommen, ohne eine Möglichkeit zu haben, dies in irgendeiner Weise zu ändern. Wir fühlen uns verletzt in unserem Selbstwertgefühl. (...)

(aus: Verena Kast: *Neid und Eifersucht. Die Herausforderung unangenehmer Gefühle*, dtv – Deutscher Taschenbuch Verlag, München 2009, S. 13)

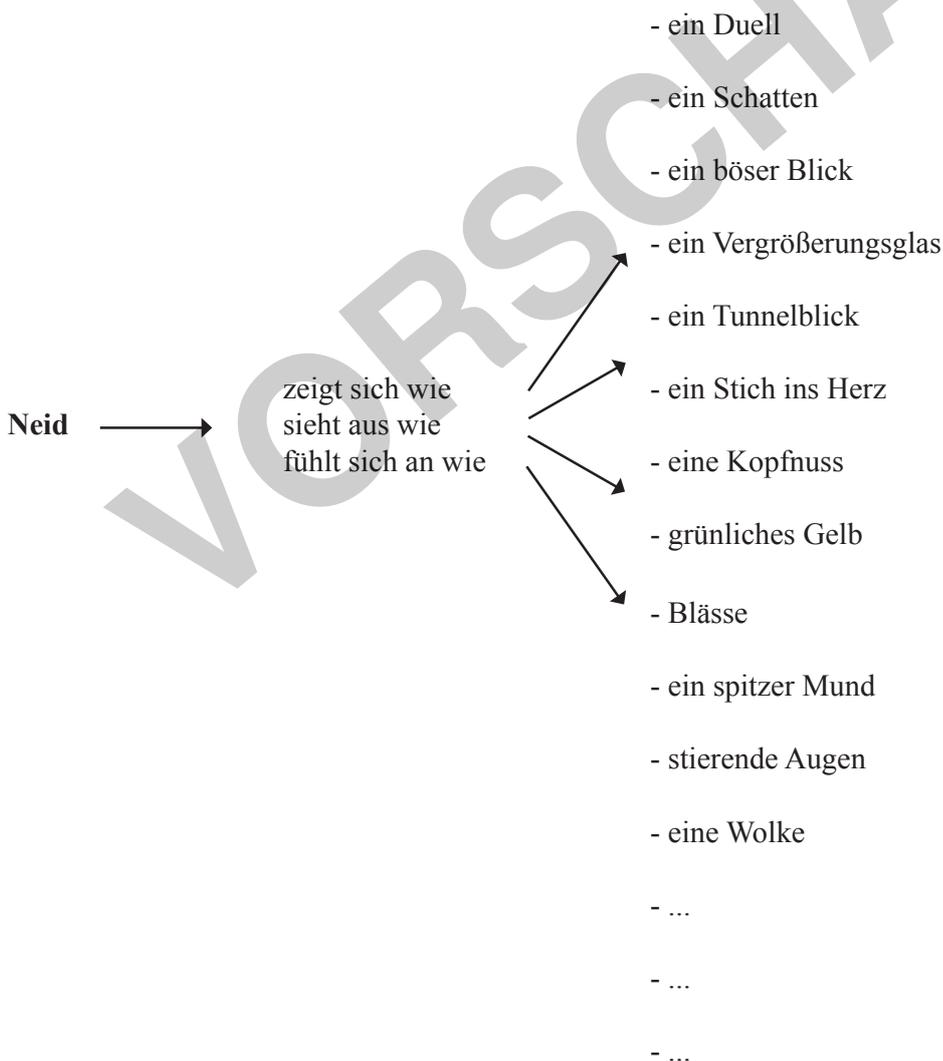
Neid

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Unter Neid versteht man das ethisch vorwerfbare, gefühlsmäßige (emotionale) Verübeln der Besserstellung konkreter anderer. (...) Das Gegenteil des Neides ist die Gunst. Neidisch ist mithin jemand (der „Neider“), den ein Besitztum oder Vorzug anderer – auch unbewusst – kränkt (ein Minderwertigkeitsgefühl auslöst). Das Ziel des Neides ist dementsprechend, den beneideten Vorzug aus der Welt zu schaffen (nicht primär, ihn an sich zu bringen; das wäre dann zum Beispiel Habsucht). Neid kann sich nicht nur auf Besitztümer beziehen, sondern ebenso auf beispielsweise biologisch (Gesundheit) oder kulturell (Schönheit) geprägte Merkmale wie auch auf den sozialen Status.

(aus: www.wikipedia.org/)

5. Welches „Bild“ verdeutlicht das Gefühl des Neides besonders gut?
Wählt aus (oder ergänzt) und begründet eure Wahl:



Neid hat viele Gesichter: Typische Abwehrstrategien



1. **Empörung:** Der Neider empfindet es als ungerecht, dass er in der schlechteren Position ist, das stimmt ihn wütend. Er bäumt sich innerlich auf und muss seinem Frust über diese Ungleichheit zumindest innerlich Luft machen.
2. **Bewunderung und idealisierte Übertreibung:** Der Neider geht relativ offen mit seinem Gefühl um. Er sucht Teilhabe und Zugehörigkeit, um die Distanz zu vermindern, um dem, was er neidet, näher zu kommen. Durch die übertriebene Bewunderung wird aber deutlich, dass er neidisch ist.
3. **Ambivalente Kommentare:** Der Neider macht häufig verwirrende Komplimente. Er nimmt Anteil, kann das Gute aber nicht so stehen lassen, sondern versieht es mit einer „Spitze“. Hier zeigt sich stark kontrollierter Neid, der auf jeden Fall verborgen bleiben soll, auch vor sich selbst.
4. **Aggression:** Der Neider ist rachsüchtig, muss kaputt machen, was ihn neidisch stimmt und kann es dem anderen nicht gönnen. Schadenfreude und Zerstörungswut sind das Ventil für das eigene unguete Gefühl.
5. **Aggressionshemmungen:** Der Neider verleugnet seine Gefühle komplett. Er schweigt, redet über Belangloses oder Alltägliches und tut so, als ob es nichts zu bewundern gäbe. Er übergeht die Situation komplett und „straf“ so durch Ignoranz.
6. **Entwertung:** Der Neider macht das, was er eigentlich neidet, madig. Er schwächt die Bedeutung durch entwertende Kommentare. Typisch ist: „... ja, aber ...“

5. Sind euch Abwehrstrategien aus eigenen Beobachtungen oder Erfahrungen vertraut? Erzählt.

6. Wie könnte Neid „aussehen“, der nicht gelehrt und verborgen wird und dadurch auch nicht abgewehrt werden muss?

Der Neid der anderen

So unterschiedlich Neid gezeigt wird – offen, verborgen, aggressiv, entwertend, bewundernd ... –, so verschieden reagieren auch Menschen darauf, wenn ihnen Neid entgegengebracht wird. Zu wissen und zu spüren, dass man eine besondere Gabe hat oder dass man etwas Begehrtes besitzt, könnte sich gut anfühlen und einen froh stimmen, wäre da nicht der Neid der anderen, der die Freude trüben kann.

Arbeitsaufträge:

1. Was fällt euch zum obigen Text ein?
2. Bildet Gruppen und lest jeweils eine Situation.
 - a) Wie wird mit dem Neid der anderen umgegangen? Welche Gedanken/Gefühle werden ausgelöst? Welche Belastungen/Konflikte könnten sich dadurch vielleicht weiter ergeben?

Der bessere Gitarrenspieler

Jim und Sören sind beide begeisterte Gitarrenspieler und Mitglieder der Schulband. Bei den Proben für die Aufführung zum Schulfest soll nun entschieden werden, wer von beiden den Soloteil übernehmen darf. Sören spürt voller Neid, dass Jim talentierter ist als er und so befürchtet er, dass nicht er, sondern Jim ausgewählt wird und er nörgelt mehr und mehr an Jims Spielweise herum. Doch Jim stachelt genau dies an, nicht aufzugeben, sondern noch mehr zu üben, denn er möchte unbedingt das Solo spielen.

Die schöne Cynthia

Cynthia ist schön, auffallend sogar, und zwar von Kopf bis Fuß. Dafür muss sie noch nicht einmal was tun, denn sie braucht kein aufwendiges Make-up oder Fitnesstraining. Sie hat eine makellose Haut, große Augen, gesundes volles Haar und eine tolle Figur. Dass die Jungen auf sie fliegen, wundert keinen. Doch einige andere, vor allem die Mädchen, sind neidisch und versuchen, ihr in irgendeiner Weise zu schaden. Cynthia ist traurig darüber und fühlt sich total ungerecht behandelt, da sie ja nichts dafür kann, dass sie so gut aussieht.

Melissas gute Noten

Melissa fällt das Lernen sehr leicht. Ohne groß zu üben, schreibt sie eine gute Arbeit nach der anderen. Viele sind neidisch, nennen sie eine Streberin und können sich überhaupt nicht vorstellen, dass man ohne große Mühe solch gute Leistungen erbringen kann. Melissa kennt diese Reaktionen schon. Statt sich zu verteidigen, zeigt sie sich hilfsbereit. Ohne zu zögern, gibt sie den anderen ihre Hausaufgaben zum Abschreiben, verleiht ihre Mappen, lässt andere abgucken.

Neidsituationen

Arbeitsaufträge:

1. Bildet Zweierteams oder Gruppen und lest euren Fall. Wie sollte die/der Betreffende mit ihren/seinen Neidgefühlen umgehen, damit die anderen möglichst nicht verletzt werden und sie/er sich selbst (auf längere Sicht) zufriedener fühlt?
2. Diskutiert darüber und entwickelt konstruktive Vorschläge. Die verschiedenen Möglichkeiten im Umgang mit Neid, die ihr kennengelernt habt, sind für euch dabei vielleicht hilfreich.
3. Stellt eure Situation und eure Ergebnisse in Form
 - eines Rollenspiels oder
 - einer Fotostory oder
 - eines kurzen Filmes oder
 - einer E-Mail, eines Tagebucheintrags, eines Briefes oder
 - eines Telefonates oder
 - ... vor.
4. Besprecht anschließend, wer/was euch besonders beeindruckt, überrascht, gefallen, nachdenklich oder ärgerlich gestimmt hat. Vielleicht habt ihr noch weitere Ideen.



✂ ✂ ✂ ✂

| Dünnner werden | Gut ankommen | Vater haben |
|--|---|--|
| <p>Samira hat es endlich geschafft, 10 Kilo loszuwerden – durch regelmäßige Bewegung und Verzicht auf Süßigkeiten. Samira ist froh und stolz, doch ihre übergewichtige Freundin Lina ist voller Neid. Nun steht sie allein da mit ihren Pfunden.</p> | <p>Felix kann Mark eigentlich gut leiden, doch neben ihm fühlt er sich einfach unsichtbar. Voller Neid beobachtet Felix täglich, wie Mark andere zum Lachen bringt, bei den Mädchen gut ankommt und es ihm leichtfällt, offen und cool auf andere zuzugehen. All das fällt Felix unheimlich schwer.</p> | <p>Mareike ist so ziemlich auf alle neidisch, die eine Familie haben, eine richtige, mit Vater und Mutter. Wenn vom Wochenende oder von den Ferien erzählt wird, möchte sie sich am liebsten die Ohren zuhalten. Mareike kennt ihren Vater nämlich gar nicht und lebt schon lange mit ihrer Mutter allein.</p> |

Dichter und Denker über Neid

Der Neid gehört zur abscheulichen Familie der Undankbarkeit und der Schadenfreude.
Immanuel Kant

Neid und Eifersucht sind die Schamteile der Seele.
Friedrich Nietzsche

Mitleid bekommt man geschenkt, Neid muss man sich verdienen.
Robert Lembke

Wer tugendhaft lebt, wird geehrt, aber er wird nicht beneidet.
Persisches Sprichwort

Wie groß die Schar der Bewunderer, so groß ist die Schar der Neider.
Seneca

Gerechtigkeit entspringt dem Neide, denn ihr oberster Satz ist: allen das Gleiche.
Walther Rathenau

Die Tochter des Neides ist die Verleumdung.
Casanova

Der Neid der Menschen zeigt an, wie unglücklich sie sich fühlen und ihre beständige Aufmerksamkeit auf fremdes Tun und Lassen, wie sehr sie sich langweilen.
Schopenhauer

Dem Neid wirst du entgehen, wenn du verstehst, dich im Stillen zu freuen.
Seneca

Bewunderung ist glückliche Selbstverlorenheit, Neid unglückliche Selbstbehauptung.
Kierkegaard

Die neidischen Menschen sind doppelt schlimm daran: Sie ärgern sich nicht nur über das eigene Unglück, sondern auch über das Glück anderer.
Hippias