

# Inhaltsverzeichnis

## Lernfeld-Parcours

9

## A Sich und andere kennen und verstehen

### A 1 Wer bin ich? Wer bist du?

- Vor dem Spiegel
- Wer bin ich?
- Texte:
- Vier Personen sehen sich selber
- Überlagerter Satz
- my own song

### A 2 Ich habe eine eigene Meinung

- Aus einem Gespräch
- Ballspiel
- Korrekt ist . . .
- Der hat's gut!
- Texte:
- «Wir wollten nur sein Bestes»
- «Die fallen mir auf den Wecker»

### A 3 Ich habe keine Vorurteile!?

- Was hältet ihr von folgenden Personen?
- Frau Hofstetter macht sich Sorgen
- Redensarten
- Ihr Jungen
- Ihr Alten
- Typisch!
- Aussage gegen Aussage
- Texte:
- Was man so sagt von jemandem, je nach Alter . . .
- Hilfsarbeiter
- Rede vor SS-Gruppenführern in Posen

### A 4 Verwurzelt und vernetzt

- Ärger mit dem Poster
- Text:
- Im Schatten des Bruders

### A 5 Menschen, die mir fremd sind

- Behinderte sind anders
- Gehörlos
- Claudia
- Sehen ohne Augen
- Spieltag
- Tot aufgefunden
- Ein Ferienlager als Modell
- Texte:
- Die Massnahmen
- Lasst mich
- Das ist nicht so leicht, das mit dem Altersheim
- Im Sommerlager mit Behinderten
- Ich habe ein völlig anderes Bild
- Der Fremde

## B Eigenverantwortung übernehmen

### B 1 Mein Lebensstil

- 12 Gesundheit und Lebensweise hängen zusammen
- 14 Gesundheitstest
- 14 Was beeinflusst meine Gesundheit?
- 15 Meine persönliche Körperpflege
- 15 Texte:
- Lebenslust
- Klettertour
- 16 Ich sitze an der Sonne
- 16 Die Lust, die Leiden schafft

### B 2 Stressig ist Essig

- 17 Stresssymptome
- 18 Rezept gegen Stress
- 18 Das macht mir momentan zu schaffen

### B 3 Stolpersteine

- 19 Der Löwe
- 20 Teufelskreis – Ein Rollenspiel
- 20 Deodoral und Vital
- 20 Das grosse Geschäft mit dem Ich
- 21 Klassenfest
- 21 Klassengemeinschaft?
- 22 Kollege bietet Zigarette an
- 23 In oder out?
- 23 Auftritt im Stadion
- 23 Mein Horoskop sagt mir . . .
- 23 Und das alles wegen einem Horoskop
- 24 Gläserrücken

### B 4 Und leise kommt die Sucht

- 25 Song «Süchtlis»
- 25 Bist du suchtgefährdet?
- 25 Suchtformen
- 25 Aktion «Bewusster leben»
- 27 Suchtmittel – Eine Übersicht
- 27 Neige ich zum Rauchertyp?
- 28 Trinkst du Alkohol?
- 28 Alkoholgehalt von Getränken
- 28 Softtails (Fruchtige Drinks)
- 29 «Mit meinem Körper bin ich nicht zufrieden»
- 30 Texte:
- 30 Ich bin okay
- 31 alkohol
- 31 «Mit sechs wollte ich ein grosser Goalie werden»
- 31 Wer Drogen nimmt . . .

<b>C Miteinander reden und arbeiten</b>	<b>D Konfliktfähig werden</b>	99
<b>C 1 Mehr als Blabla</b>	<b>D 1 Das macht mich wütend</b>	100
Gesprächsverhalten im Test	Zwei Schüler äussern ihre Probleme	100
Tips und Tricks	Der Lehrer hat gesagt . . .	101
Ideale Gesprächsvoraussetzungen	Ein Tatbestand	101
Checkliste für die Diskussionsleitung	Wie gehe ich mit Aggressionen um?	102
Drei Gespräche – drei Standpunkte	Zwei Berichte	102
Der Mann mit dem Standpunkt	Pointierte Erklärungsversuche, warum Menschen aggressiv sein können	102
16mal Roland	Texte: Gib acht, auf wen du schiesst!	104
Texte:	Die sechs	105
Eine Aussprache mit der Klasse	Kämpfende Wölfe	106
Sprachgebrauch der Erwachsenen		
Was ein Kind gesagt bekommt		
Entlassung		
<b>C 2 Typisch!?</b>	<b>D 2 Konflikte fair austragen</b>	107
Rollenkischesse	Am Familientisch	107
Fragebogen zur Idealfrau	Fünf Regeln für jeden Konfliktpartner	108
Fragebogen zum Idealmann	Konfliktlösemethode	109
Doch nicht mit Mädchen	Dreimal das gleiche und doch nicht dasselbe	110
Der perfekte Hausmann	Schauspiel in sechs Szenen	111
Texte:	Offenes Fenster	112
gross	Texte: Aus einer Rede Jesu	113
männer	Aus dem Evangelium nach Matthäus	113
Wenn die Männer Frauen wären . . .	Der Pressluftbohrer und das Ei	113
Miteinander		
Was ich alles bin		
<b>C 3 Immer diese Vorschriften</b>	<b>D 3 Scheinlösungen</b>	114
Schulordnung	Falsche Verhaltensmuster	114
Der Sauhaufen	Sechs Fallbeispiele	116
Texte:	Den letzten beissen die Hunde	118
Eine Klasse stellt Schulhausregeln auf	Der Schwarze Peter	119
Über Gebote	Text: Streiten muss sein!	119
<b>C 4 Mitbestimmung gefragt</b>	<b>D 4 Ich habe Angst vor . . .</b>	120
Unser Jugendtreff	Lieber Herr Lehmann	120
Wochenende am See	Wie steht es mit Bubi?	121
Texte:	Keine Angst im Unterricht	121
Das Stenogramm	Text: Ich fühle in meinem Bauch immer	121
Der Familienrat	schreckliche Schmerzen	121
	Angst	122
	<b>D 5 Strafe muss sein!?</b>	123
	Jemand mischt sich ein	123
	Entschuldigung	124
	Verzeihen	124
	Kunterbuntes Strafregerister	124
	Am Schluss der Stunde . . .	125
	Text: Von Vater und Mutter	126
		126

<b>E</b>	<b>Gemeinschaftssinn entwickeln</b>		<b>F</b>	<b>Freundschaft und Liebe</b>	
		127			147
<b>E 1</b>	<b>Ich will dazugehören</b>		<b>F 1</b>	<b>Ich möchte eine Freundin/einen Freund</b>	148
Schulbarometer	128	Auf der Suche	148		
Sieben Regeln für die Gemeinschaft	130	Tief in meinem Herzen brennt ein Feuer	149		
Nicht halb so ernst	130	Aneinander vorbeireden	150		
Fünfmal Wackelkontakt	130	Annäherungssituationen	151		
Du bist kein Sonderfall	131	So bist du attraktiv	152		
Guter Rat ist teuer	131	Texte:	152		
Texte:	132	Schulgeschichte	152		
Gemeinschaft	132	Ich möchte diese Birke sein	153		
Jeder will dazugehören	132	Liebeslied	153		
Kein Fertighaus	133	es hat mich wieder erwischt	153		
Zwei Kameraden	133				
Wartezimmer	133				
Der Milchmann	133				
<b>E 2</b>	<b>Streicheleinheiten</b>		<b>F 2</b>	<b>Sich mögen und was dann . . . ?</b>	154
Ein Würfelspiel	135	Wenn zwei sich lieben, dann . . .	154		
Eine Lehrerin erzählt	135	Meint es der andere ernst?	155		
Danke!	136	Er liebt mich, er liebt mich nicht . . .	156		
	137	Texte:	158		
		Versuche mit Liebe	158		
		Liebe ist . . .	158		
		Ich möchte eine Fackel sein	158		
<b>E 3</b>	<b>Fairness</b>	138	<b>F 3</b>	<b>Was darf ich? Was darf ich nicht?</b>	159
Ein Erlebnis im Bus	138	Position beziehen	160		
Rücksichtslosigkeiten im täglichen Leben	138	Das erste Mal	161		
Tischmanieren – Ein Vergleich	139	Ungeschriebene Normen zu Liebe und Sexualität	161		
Gut miteinander auskommen	140	Brief an Dich	162		
Text:	141	Eine Liebesbeziehung	162		
Das Mittagessen im Hof	141	Homosexuelle Freundschaft	163		
Die Botschaft (Cartoon)	142	Ich wurde von meinem Vater sexuell missbraucht	164		
	143	Sieben Merksätze	166		
	143	Kennst du die sieben wichtigsten Aids-Tatsachen?	166		
<b>E 4</b>	<b>Ehrlich</b>	145	<b>F 4</b>	<b>Was bringt die Zukunft?</b>	167
Warum lügen diese Leute?	145	Mit oder ohne Trauschein zusammen	168		
Schwindeln verboten!	145	Zusammenleben in der Familie	169		
Was geht das mich an?	144	Wie werde ich einmal mein Kind erziehen?	169		
Faule Ausreden?	145	Vom Sinn des Lebens	170		
Texte:	145				
Sag die Wahrheit!	145				
Höflichkeit	145				
Die Ohrfeige	146				
		<b>Quellen- und Autorenverzeichnis</b>	172		
		<b>Bildnachweis</b>	174		
		<b>Nottelefone</b>	176		