

# 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 haltet 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

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

### B 2 Stressig ist Essig

Stresssymptome  
Rezept gegen Stress  
Das macht mir momentan zu schaffen

### B 3 Stolpersteine

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

### B 4 Und leise kommt die Sucht

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

## C Miteinander reden und arbeiten

### C 1 Mehr als Blabla

Gesprächsverhalten im Test  
 Tips und Tricks  
 Ideale Gesprächsvoraussetzungen  
 Checkliste für die Diskussionsleitung  
 Drei Gespräche – drei Standpunkte  
 Der Mann mit dem Standpunkt  
 16mal Roland  
 Texte:  
 Eine Aussprache mit der Klasse  
 Sprachgebrauch der Erwachsenen  
 Was ein Kind gesagt bekommt  
 Entlassung

### C 2 Typisch!?

Rollenklischees  
 Fragebogen zur Idealfrau  
 Fragebogen zum Idealmann  
 Doch nicht mit Mädchen  
 Der perfekte Hausmann  
 Texte:  
 gross  
 männer  
 Wenn die Männer Frauen wären . . .  
 Miteinander  
 Was ich alles bin

### C 3 Immer diese Vorschriften

Schulordnung  
 Der Sauhaufen  
 Texte:  
 Eine Klasse stellt Schulhausregeln auf  
 Über Gebote

### C 4 Mitbestimmung gefragt

Unser Jugendtreff  
 Wochenende am See  
 Texte:  
 Das Stenogramm  
 Der Familienrat

## D Konfliktfähig werden

### D 1 Das macht mich wütend

Zwei Schüler äussern ihre Probleme  
 Der Lehrer hat gesagt . . .  
 Ein Tatbestand  
 Wie gehe ich mit Aggressionen um?  
 Zwei Berichte  
 Pointierte Erklärungsversuche,  
 warum Menschen aggressiv sein können  
 Texte:  
 Gib acht, auf wen du schiesst!  
 Die sechs  
 Kämpfende Wölfe

### D 2 Konflikte fair austragen

Am Familientisch  
 Fünf Regeln für jeden Konfliktpartner  
 Konfliktlösemethode  
 Dreimal das gleiche und doch nicht dasselbe  
 Schauspiel in sechs Szenen  
 Offenes Fenster  
 Texte:  
 Aus einer Rede Jesu  
 Aus dem Evangelium nach Matthäus  
 Der Pressluftbohrer und das Ei

### D 3 Scheinlösungen

Falsche Verhaltensmuster  
 Sechs Fallbeispiele  
 Den letzten beißen die Hunde  
 Der Schwarze Peter  
 Texte:  
 Streiten muss sein!

### D 4 Ich habe Angst vor . . .

Lieber Herr Lehmann  
 Wie steht es mit Bubi?  
 Keine Angst im Unterricht  
 Texte:  
 Ich fühle in meinem Bauch immer  
 schreckliche Schmerzen  
 Angst

### D 5 Strafe muss sein!?

Jemand mischt sich ein  
 Entschuldigung  
 Verzeihen  
 Kunterbuntes Strafregister  
 Am Schluss der Stunde . . .  
 Texte:  
 Von Vater und Mutter

99

100

100

101

101

102

102

102

104

104

105

106

107

107

108

109

110

111

112

113

113

113

113

114

114

116

118

119

119

119

120

120

121

121

121

121

121

122

122

123

123

124

124

124

124

125

126

126

<b>E</b>	<b>Gemeinschaftssinn entwickeln</b>	127	<b>F</b>	<b>Freundschaft und Liebe</b>	147
<b>E 1</b>	<b>Ich will dazugehören</b>	128	<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	<b>F 2</b>	<b>Sich mögen und was dann . . . ?</b>	154
	Wartezimmer	133		Wenn zwei sich lieben, dann . . .	154
	Der Milchmann	133		Meint es der andere ernst?	155
<b>E 2</b>	<b>Streicheleinheiten</b>	135		Er liebt mich, er liebt mich nicht . . .	156
	Ein Würfelspiel	135		Texte:	158
	Eine Lehrerin erzählt	136		Versuche mit Liebe	158
	Danke!	137		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	
	Gut miteinander auskommen	140		Sexualität	161
	Text:	141		Brief an Dich	162
	Das Mittagessen im Hof	141		Eine Liebesbeziehung	162
	Die Botschaft (Cartoon)	142		Homosexuelle Freundschaft	163
<b>E 4</b>	<b>Ehrlich</b>	143		Ich wurde von meinem Vater sexuell	
	Warum lügen diese Leute?	143		missbraucht	164
	Schwindeln verboten!	143		Sieben Merksätze	166
	Was geht das mich an?	144		Kennst du die sieben wichtigsten	
	Faule Ausreden?	145		Aids-Tatsachen?	166
	Texte:	145	<b>F 4</b>	<b>Was bringt die Zukunft?</b>	167
	Sag die Wahrheit!	145		Mit oder ohne Trauschein zusammen	168
	Höflichkeit	145		Zusammenleben in der Familie	169
	Die Ohrfeige	146		Wie werde ich einmal mein Kind erziehen?	169
				Vom Sinn des Lebens	170
				<b>Quellen- und Autorenverzeichnis</b>	172
				<b>Bildnachweis</b>	174
				<b>Nottelefone</b>	176