

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
Übersichtstabelle zu allen schnellen Stunden	5
Abc der Menschlichkeit	6
Achtsamkeitstraining	8
Beziehungskiste	11
Bildung kann die Welt verändern	13
Chill mal dein Leben!	15
Damals war alles besser!	17
Der Kompass meines Lebens	19
Entscheide dich – eine Dilemmageschichte	22
Ethikquiz	24
Ethisch korrektes Konsumverhalten	27
Familiengeschichten	29
Fragensteller	31
Gefühlstheater	33
Generation Gummistiefel – Gutes tun und darüber reden	36
Glückssucher – ein kleines Videoprojekt	39
Go Future – Unternehmen Zukunft	41
Identität 2.0	43
Leben im Gleichgewicht	45
Lebensthemen	47
Lebenstipps vom Dalai Lama	50
Auf den Punkt gebracht – Lebensweisheiten	52
Nachdenkliches	55
Ohne Liebe geht nichts	58
Rechte und Pflichten	60
Religion – etwas zum Festhalten?!	62
Satzfetzen	65
Sinnscout	67
Stopp!	69
Virtuelle Freundschaften	71
Was wirklich wichtig ist im Leben	74