

Diane Tillman

Gelebte Werte

Handbuch für die
werteorientierte Bildungsarbeit
mit jungen Erwachsenen



Living Values - Ein pädagogisches Trainingsprogramm

Mit Übungsbeispielen von Pädagogen aus aller Welt

LIVING VALUES

Gelebte Werte

**Handbuch für die
werteorientierte Bildungsarbeit
mit junge Erwachsenen**

LIVING VALUES FÜR JUNGE ERWACHSENE

Entwickelt und geschrieben von

Diane Tillman

Mit Beiträgen von

Myrna Belgrave

Linda Heppenstall

Sabine Levy

Ruth Liddle

Marcia Maria Lins de Medeiros

Kristan Mouat

Natalie Ncube

Pilar Quera Colomina

Trish Summerfield

Eleanor Viegas

und weiteren Pädagogen aus aller Welt

Das Living Values Bildungsprogramm ist Ende der neunziger Jahre durch eine Partnerschaft von Pädagogen aus aller Welt entstanden. Es wird durch die UNESCO unterstützt, durch das spanische UNICEF Komitee sowie durch Brahma Kumaris gefördert und wurde in Zusammenarbeit mit dem UNICEF Bildungsreferat in New York weiter entwickelt. LV ist Teil einer globalen Bewegung für eine Friedenskultur im Rahmen der von den Vereinten Nationen erklärten „Internationalen Dekade für eine Kultur des Friedens und der Gewaltlosigkeit für die Kinder der Welt“.

Wenn Sie mehr Informationen über Living Values erhalten oder Einzelheiten zu den Trainingsprogrammen erfahren möchten, dann besuchen Sie die Homepage: <http://www.livingvalues.net>

Gelebte Werte

für junge Erwachsene

Diane Tillman

Copyright: © 2000 Living Values: An Educational Program, Inc.

– ursprünglich veröffentlicht durch HCI, USA 2000

Deutsche Ausgabe:

ISBN 978-3-939493-40-2

Verlag: BKmedia e.V.

Aus dem Englischen von Nicoline Brodehl

Satz: Andrea Weimer / Davida Kola

Das Werk mitsamt seiner Einzelteile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist nur mit Zustimmung des Herausgebers Living Values – Werte Leben in Erziehung und Bildung Deutschland e. V. (germany@livingvalues.net) möglich. Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen benötigen die schriftlichen Zustimmung des Verlages (BKmedia e.V.)

INHALTSVERZEICHNIS

Einführung

Warum eine Werte-Bildung notwendig ist	7
Der Ansatz von Living Values	9
Werte untersuchen und entwickeln	28
Einbeziehung der Werte in den bestehenden Lehrplan	57
Schüler und Lehrer – Teilen Sie Ihre Übungen mit der ganzen Welt!	63

Ziele und Schritte

Werte in Bezug auf das Selbst	65
Werte in Bezug auf die anderen	77
Werte, Gesellschaft und die Welt	83

Werteeinheiten

Frieden	91
Respekt	133
Liebe	161
Toleranz	195
Ehrlichkeit	227
Demut	251
Kooperation	277
Glück	309
Verantwortung	341
Einfachheit	369
Freiheit	395
Einheit	421

Anhang

Punkt 1. Alle Werte	Mind Maps	441
Punkt 2. Frieden	Schritte der Konfliktlösung	443
Punkt 3. Respekt	Ein neues Leben.....	444
Punkt 4 Respekt	Zwei Vögel	453
Punkt 5. Respekt	Feuer im Dschungel	454
Punkt 6. Frieden und Respekt	Situationskarten	455
Punkt 7. Respekt	Auszug aus der Stellungnahme von James O. C. Jonah.....	459
Punkt 8. Toleranz	Ein Teller Suppe	460
Punkt 9. Ehrlichkeit	Der Kaiser und die Blumensamen...	462
Punkt 10 Ehrlichkeit	Situationskarten	465
Punkt 11. Glück	Juwelenkarten	466
Punkt 12. Verantwortung	Ein stilles Gefühl für soziale Gerechtigkeit.....	469
Punkt 13. Alle Werte	Entspannungsübungen - Phantasiereisen.....	472
Zitierte Bücher & Lieder		478
Über die Autorin		480

Einführung

Warum eine Werte-Bildung notwendig ist

Junge Menschen sind zunehmend mit Gewalt, sozialen Problemen und fehlender Achtung füreinander und für die Welt, in der sie leben, konfrontiert. Eltern und Lehrer müssen immer neue Herausforderungen bewältigen und stehen zunehmend unter Druck. Die Lehrer, die sich weltweit am Living Values Programm beteiligen, laden Sie ein, mit vereinten Kräften Kinder und Jugendliche dabei zu unterstützen, positive Werte zu entwickeln und ihr Potential zu verwirklichen. Wir sorgen für ein einfühlsames und respektvolles Umfeld, in dem sich die Schüler sicher fühlen und gerne lernen. Durch das Living Values Programm werden erfolgreich Gewalt und Mobbing reduziert und ein sicheres und soziales Schulklima für qualitativ hochwertiges Lernen geschaffen.

Wir Lehrer wenden das Living Values Programm aber nicht nur an, um das Verhalten der Schüler zu verbessern und ein mitmenschliches Schulklima für qualitatives Lernen zu ermöglichen. Wir gehen davon aus, dass mit Hilfe dieses Programms sowohl die kognitiven als auch die sozialen und emotionalen Fähigkeiten der Schüler angesprochen werden und sie so besser in der Lage sein werden, positive und soziale Entscheidungen zu treffen, ihr Potenzial zu entfalten und sich mit Achtung, Vertrauen und Entschlossenheit am gesellschaftlichen Leben zu beteiligen. Was Kinder und Jugendliche jetzt lernen wird später Teil der Gesellschaftsstruktur. Bildung braucht als Kernstück positive Werte und deren Ausdruck als Ziel, als Bausteine für eine bessere Welt für alle.

Kindern und Jugendlichen Werte zu vermitteln, ist nicht mehr so einfach wie früher, als Vorbilder und Moralgeschichten noch ausreichten. Heutzutage jedoch üben Gewalt verherrlichende Filme und Videospiele eine große Anziehungskraft aus und stumpfen Jugendliche hinsichtlich der Folgen von Gewalttaten ab. Jugendliche sehen oft, wie Gier, Überheblichkeit und negatives Verhalten von Menschen mit Bewunderung und gesellschaftlicher Position belohnt werden. Mit jedem gebrochenen Versprechen und jeder Schlagzeile über Gewalt und Ungerechtigkeit bröckelt ihr Idealismus und wachsen ihre Apathie und Feindseligkeit. „Gute“ Schüler nehmen vielleicht werteorientiertes Verhalten an, wenn sie sich mit den Werteaktivitäten beschäftigen, aber beruhen ihre späteren Entscheidungen als Erwachsene in ihrem Privat- oder Berufsleben auch auf Werten? „Gute“ Schüler profitieren davon, wenn sie Werte und ihre Implikationen für das Selbst, andere und die Gesellschaft untersuchen, manche möchten dann damit nach außen gehen und etwas Positives bewirken. „Resistente“ Schüler oder ausgegrenzte Jugendliche, die einen moralisierenden Ansatz ablehnen und sich dann abwenden, profitieren ebenfalls, wenn sie im Prozess der Erforschung von Werten die Erfahrung machen, dass sie gehört werden und sich erleichtert fühlen. Es ist deshalb wichtig, Werte so zu vermitteln, dass jeder junge Mensch damit erreicht werden kann. Jeder Einzelne zählt, wenn es darum geht sichere und positive Gemeinschaften zu bilden.

In seinem UNESCO-Bericht zur Bildung für das 21. Jahrhundert *Learning: the treasure within* (Lernfähigkeit: Unser verborgener Reichtum, Luchterhand 1997) von 1996 bemerkte Jaques Delors dass wir unsere Kinder nicht nur zum „Wissen“ und „Tun“ erziehen dürfen, sondern wir ihnen auch beibringen müssen „zu sein“ und „zusammen zu leben“ Qualitative Erziehung sieht den Menschen als Ganzes und fördert sowohl den emotionalen als

auch den kognitiven Bereich in der Erziehung. Werte wie Frieden, Liebe, Respekt, Toleranz, Kooperation und Freiheit werden in der ganzen Welt hoch gehalten. Sie sind die erhaltende Kraft der menschlichen Gesellschaft und des Fortschritts.

Von zentraler Bedeutung sind hier die Lehrer und auch die Übungen, welche den Schülern Möglichkeiten eröffnen, aktiv ihre eigenen Qualitäten zu entdecken und zu erfahren. Die Schüler profitieren von ihnen, indem sie Fähigkeiten entwickeln, Werte kognitiv zu erfassen und zu erforschen. Grundlegend wichtig ist auch eine werteorientierte Atmosphäre, in der die Schüler ermutigt, angehört und geschätzt werden, denn dadurch erhöht sich die Lernmotivation und verbessern sich ihre positiven und kooperativen sozialen Fähigkeiten. In diesem Zusammenhang wurde das Living Values-Programm ins Leben gerufen, als Antwort auf den Ruf nach Werten als Herzstück des ganzen Lernprozesses.

Der Ansatz von Living Values

Über die Vision

Living Values ist ein Erziehungskonzept zur Förderung werteorientierter Lerngemeinschaften, das die Suche nach Sinn und Zweck in den Mittelpunkt der Erziehung rückt. Living Values betont den Wert und die Integrität jedes Einzelnen am Bildungsprozess Beteiligten, ob zu Hause, in der Schule oder innerhalb der Gemeinschaft. Durch Förderung qualitativer Erziehung unterstützt das LV-Programm sowohl die umfassende Entwicklung des Einzelnen als auch eine Kultur positiver Werte in jeder Gesellschaft auf der ganzen Welt, im Glauben, dass

Erziehung das erklärte Ziel verfolgt, der Menschheit zur Blüte zu verhelfen.

Grundlegende Prinzipien

Die LV-Erziehung beruht auf folgenden Grundsätzen:

Zur Lehr- und Lernumgebung

Wenn positive Werte und die Suche nach Sinn und Zweck in den Mittelpunkt des Lehrens und Lernens gerückt werden, gewinnt Erziehung an sich an Wert.

Lernen verbessert sich insbesondere in einer werteorientierten Lerngemeinschaft, in der Werte durch qualitativen Unterricht vermittelt werden und die Schüler die Konsequenzen von Handlungen, die bzw. die nicht auf Werten beruhen, unterscheiden lernen, in Bezug auf sich selbst, auf andere und auf die Welt als Ganzes.

Für ein werteorientiertes Umfeld brauchen Erzieher und Lehrer nicht nur eine entsprechende qualitative Lehrerausbildung und ständige berufliche Weiterentwicklung, sondern sie müssen auch innerhalb der Lerngemeinschaft Wertschätzung, Pflege und Fürsorge erfahren.

Innerhalb der werteorientierten Lerngemeinschaft entwickeln sich positive Beziehungen aus der Fürsorge aller Beteiligten füreinander.

Zur Vermittlung von Werten

Die Entwicklung eines werteorientierten Lernumfeldes ist ein integraler Bestandteil der Werte-Erziehung – kein Extra!

Werte-Erziehung ist nicht nur ein Fach im Lehrplan. Zu allererst ist es eine Erziehungsphilosophie und -praxis, bei der sich

positive Werte im Klassenraum entwickeln. Werteorientiertes Lehren und geführte Reflexion unterstützen den Lernprozess, Vorstellungskraft, Verständnis, Selbsterkenntnis und Rücksichtnahme auf andere, d. h. intra- und interpersonelle Fähigkeiten.

Kompetente Werte-Lehrer sind sich ihrer eigenen Gedanken, Gefühle, Einstellungen und Verhaltensweisen bewusst und spüren, welche Auswirkungen diese auf andere haben.

Der erste Schritt für Lehrer in der Werte-Erziehung besteht darin, ihre eigenen Einstellungen, Verhaltensweisen und Gefühle klar und genau wahrzunehmen, um ihre eigenen Werte leben zu können. Die Lehrer können sich so auch selbst helfen und andere dazu ermutigen, das Beste aus ihren persönlichen, kulturellen und sozialen Qualitäten, ihrem kulturellen Erbe und ihrer Tradition herauszufiltern.

Zum Wesen des Menschen in der Welt und im Erziehungsdiskurs

Ein zentraler Punkt des LV-Erziehungskonzepts besteht darin, Menschen als denkende, fühlende und wertschätzende Wesen zu sehen, die, obwohl kulturell verschieden, doch zu einer Weltfamilie gehören. Erziehung muss von daher für das intellektuelle, emotionale, spirituelle und körperliche Wohl der Einzelnen Sorge tragen.

Es handelt sich hier sowohl um einen analytischen als auch dichterischen Diskurs über Erziehung, über das Denken, Fühlen und Wertschätzen. Einen Dialog über Werte im Rahmen einer werteorientierten Lerngemeinschaft in Gang zu setzen, erleichtert den zwischenmenschlichen und kulturübergreifenden Austausch über Bedeutung und Möglichkeiten der Wertevermittlung in Erziehung.

Struktur

Die Umsetzung des LV-Programms koordiniert der Verband ALIVE (Association for Living Values Education International), eine NGO, zu der sich weltweit Organisationen, die sich mit der Werte-Erziehung beschäftigen, zusammengeschlossen haben.

Gestützt auf ehrenamtliche Arbeit fördern neben der UNESCO noch viele andere Organisationen, Gesellschaften, Regierungsbehörden, Stiftungen, Gruppen auf Kommunalebene und Einzelpersonen das Vorankommen und die Umsetzung des LV-Programms. Es ist ein Teil der weltweiten Bewegung für eine Friedenskultur im Rahmen der „Internationalen Dekade der Vereinten Nationen für eine Kultur des Friedens und der Gewaltlosigkeit für die Kinder der Welt“. ALIVE ist der Dachverband nationaler Verbände, die sich für LV einsetzen, und eine unabhängige Organisation ohne spezielle oder ausschließlich religiöse, politische oder nationale Zugehörigkeit oder Interessen.

ALIVE ist ein eingetragener Verein mit Sitz in der Schweiz. In einigen Ländern wurden LV-Vereine auf Landesebene gegründet, die überwiegend aus Lehrern, Mitarbeitern aus dem Bildungswesen und Vertretern von Organisationen und Gesellschaften, die sich mit der Erziehung von Schülern und Weiterbildung von Eltern beschäftigen, bestehen.

Aktivitäten

Zur Verfolgung der Vereinsaufgaben und Umsetzung der Kernpunkte, stellen der internationale LV-Verein und seine regionalen Stützpunkte Folgendes zur Verfügung: Kurse, Seminare und Workshops zur beruflichen Weiterbildung für Lehrer und andere Personen, die im Bereich Erziehung tätig sind.

Unterrichts- sowie weitere Lehrmaterialien, insbesondere fünf preisgekrönte Lehrbücher, die praktische Werte- Übungen und eine Reihe von Methoden für Lehrkräfte, Mediatoren, Eltern und Kinderbetreuer enthalten und Kinder und Jugendliche dabei unterstützen, zwölf Werte im Menschen, die allgemein für mit am wichtigsten erachtet werden, zu entdecken und zu entwickeln (Living Values für Kinder im Alter von 3 – 7, Living Values für Kinder im Alter von 8 – 14, Living Values für junge Erwachsene, Living Values für Elterngruppen: Ein Handbuch für Mediatoren sowie LVEP – Trainingsbuch für Lehrer und Erzieher). Darüber hinaus gibt es Quellenmaterial für Lehrer und Erzieher zum Thema Kinder in schwierigen Verhältnissen / Straßenkinder, Jugendliche mit Bedarf an Drogentherapien, Kinder, die Krieg erlebt haben und jugendliche Straftäter. Dieser Ansatz und die Unterrichtsinhalte sind experimentell, interaktiv, flexibel und erlauben bzw. ermutigen sogar dazu, die Materialien den unterschiedlichen kulturellen, sozialen oder anderen Umständen entsprechend anzupassen und zu ergänzen. Der Ansatz und die Materialien können auch systematisch in Übereinstimmung mit den o. g. Grundsätzen und entsprechend des LV-Erziehungsprogramms (Living Values Education Programm - LVEP) angewandt werden.

Beratung für Regierungsbehörden, Organisationen, Schulen, Lehrer und Eltern zur Erschaffung einer werteorientierten Lernumgebung und der Vermittlung von Werten.

Eine ausführliche mehrsprachige Website www.livingvalues.net mit Materialien, die kostenlos herunter geladen werden können.

Anwendungsbereiche

Der LV-Ansatz und die entsprechenden Materialien werden derzeit in mehr als 80 Ländern und rund 8.000 pädagogischen Einrichtungen mit Erfolg angewandt. Am meisten wird das LV-Programm an Schulen, ansonsten in Drogentherapie-Zentren, Kindergärten, Jugendklubs und Zentren für Kinder in schwierigen Lebenslagen eingesetzt. Auch in einigen Jugendhaftanstalten, Flüchtlingslagern und Krankenhäusern wird mit dem Living Values-Programm gearbeitet. Die Anzahl der Schüler, die in der jeweiligen Einrichtung daran beteiligt sind, schwankt erheblich. Es gibt Einrichtungen mit 10 Schülern und einem Lehrer und andere Einrichtungen mit etwa 3.000 Schülern. Die große Mehrheit der Einrichtungen verfügt über einige wenige Lehrer, die das LV-Programm umsetzen, es gibt relativ wenig Orte, an denen eine gesamte Schule das Programm umsetzt. Zumindest einige der LV-Materialien sind in über 30 Sprachen erhältlich. Dieser Ansatz macht keine bestimmten Vorschriften und ermöglicht die Integration von Materialien und Strategien, die den Umständen, den Interessenslagen der Anwender und den Bedürfnissen der Schüler entgegenkommen.

LV-Quellenmaterial

Das Living Values Education Programm ist ein umfassendes Programm zur Werte-Erziehung. Dieses innovative Konzept wird weltweit eingesetzt und bietet neben der Ausbildung und praktischen Methodologie eine große Vielfalt an experimentellen Übungen zur Werte-Vermittlung für Lehrer, Mediatoren, Eltern und Kindergärtner an. Diese bieten Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, universelle Werte zu erforschen und zu entwickeln. Lehrer werden dazu aufgefordert, über ihre eigenen Werte nachzudenken, ihre Kreativität dafür zu nutzen,

Werte praktisch in den Lehrplan zu integrieren und eine werteorientierte Atmosphäre zu schaffen. Der Materialfundus beinhaltet LV-Übungen zu den Themen Frieden, Respekt, Liebe, Kooperation, Glück, Ehrlichkeit, Demut, Verantwortung, Einfachheit, Toleranz, Freiheit und Einheit. Darüber hinaus bietet das LV-Programm auch spezielle Materialien für Kinder in Risikosituationen, die sowohl im Rahmen öffentlicher als auch privater Einrichtungen eingesetzt werden können.

Durch den ganzheitlichen Ansatz bauen die LV-Übungen intra- und interpersonelle soziale und emotionale Fähigkeiten und werteorientierte Perspektiven und Verhaltensweisen auf. Die Schüler werden zu Reflexion, Visualisation und künstlerischem Ausdruck angeleitet; kognitive und emotionale Fähigkeiten wachsen, wenn sie Situationen analysieren und selbst nach Lösungen suchen. Der Ansatz ist kindzentriert, flexibel und interaktiv, Erwachsene haben die Funktion des Begleiters. Beim LV-Training werden die Lehrer dazu angehalten, eine werteorientierte Atmosphäre zu schaffen, in der sich alle Schüler respektiert, geschätzt, verstanden, geliebt und sicher fühlen. Eine Qualität des LV-Lehrers ist die Fähigkeit, die Werte selbst vorzuleben, die Meinungen der Schüler zu respektieren und ihnen Freude am Lernen und an der Umsetzung von Werte-Projekten zu vermitteln.

Zweck und Ziele

Der Zweck von Living Values liegt darin, Leitlinien und Methoden für eine ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung auf physischer, intellektueller, emotionaler und geistiger Ebene anzubieten. Die Ziele sind:

den Einzelnen dabei zu unterstützen, sich verschiedener Werte bewusst zu werden, über sie nachzudenken und sie im Umgang

mit sich selbst, mit anderen, der Gemeinschaft und der Welt insgesamt auszudrücken.

Verständnis, Motivation und Verantwortung zu entwickeln, um sich in persönlichen und sozialen Angelegenheiten positiv entscheiden zu können.

den Einzelnen zur bewussten Wahl seiner persönlichen, sozialen, moralischen und geistigen Werte anzuregen und sich praktischer Methoden bewusst zu werden, diese zu entwickeln und zu vertiefen.

Erziehungsberechtigte zur Vermittlung einer alternativen Lebensphilosophie zu ermutigen, die den Kindern ganzheitliches Wachstum, entsprechende Entwicklung und Wahlfreiheit ermöglicht, so dass sie sich mit Respekt, Vertrauen und Entschlossenheit in die Gemeinschaft integrieren können.

Quellenmaterial

Die einzelnen Bücher zur Living Values-Reihe

Die ersten Materialien, die für Living Values entwickelt wurden, kamen im März 1997 unter dem Titel Educators' Kit (Erzieherhandbuch) auf den Markt. Lehrer aus Brasilien, die mit Living Values arbeiteten, entwickelten zusätzliche Materialien, und das Manual para Educadores II (Das Erzieherhandbuch II), welches Werte-Übungen in spanischer Sprache enthielt, wurde im Jahr 1998 in Zusammenarbeit mit dem Nationalen Komitee für UNICEF in Spanien gedruckt.

Immer mehr Materialien wurden nachgefragt, und Lehrer weltweit trugen ihre Ideen und Übungen zusammen, und somit entstand eine ganze Living Values Reihe. Diese Reihe aus fünf Bänden wurde im April 2001 durch die Health Communications Inc. veröffentlicht und erhielt im Jahr 2002 den Teachers's Choice Award, eine Auszeichnung der Zeitschrift Learning, einer

landesweit erscheinenden Zeitschrift für Lehrer und Erzieher in den USA.

Die LV-Serie enthält die folgenden Bücher.

Living Values für Kinder im Alter von 3 - 7

Living Values für Kinder im Alter von 8 - 14

Living Values für Junge Erwachsene

LVEP Living Values Lehrertraining

Living Values für Elterngruppen: Ein Handbuch für Mediatoren

Es wird empfohlen, zur Einführung und Arbeit mit LV selbst an LV-Seminaren für PädagogInnen teilzunehmen, die überall auf der Welt angeboten werden. Bei LV sieht man in den PädagogInnen, AusbilderInnen, Eltern und Erziehungsberechtigten wichtige Vorbilder. Sie können den ersten Schritt zu einer Werte-Erziehung tun, indem sie eine werteorientierte Atmosphäre erschaffen.

Die Living Values-Reihe wurde zuerst in englischer Sprache veröffentlicht. Derzeit erscheint sie in folgenden Sprachen: Arabisch, Chinesisch, Deutsch, Hindi, Holländisch, Indonesisch Bahasa, Japanisch, Polnisch, Portugiesisch und Spanisch. Mindestens eines der Living Values-Bücher wurde bereits auf bengalisch, farsi, isländisch und serbisch veröffentlicht. Das Kursleiter-Handbuch für Elterngruppen ist auch auf Kiswahili erhältlich. Die Übersetzung in weitere 16 Sprachen wird derzeit vorgenommen, manche Kapitel oder unveröffentlichte Ausführungen der Bücher (nur für die Teilnehmer der Living Values-Ausbildung erhältlich) gibt es in Bahasa malaiisch, französisch, griechisch, hebräisch, ungarisch, italienisch, Karen, Khmer, koreanisch, Papiamentu, rumänisch, russisch, Thai, türkisch, Urdu und vietnamesisch.

In den Büchern Living Values für Kinder im Alter 3-7, 8-14 und für Junge Erwachsene regen Reflexionsübungen und Gedankenreisen die Kinder und Jugendlichen an, einen Zugang zu ihrer Kreativität und ihren inneren Gaben zu entwickeln. Gezielte Kommunikationsübungen helfen ihnen bei der Ausbildung sozialer Umgangsweisen. Künstlerische Aktivitäten wie Lieder, Tanz und Theater etc. ermutigen sie, einen Wert auszudrücken und ihn dabei zu erfahren. Spiele inspirieren zum Nachdenken und machen Spaß. Austausch, Diskussion und Reflexion tragen dazu bei, verschiedene Einstellungs- und Verhaltensweisen zu erforschen. Weitere Übungen sensibilisieren für individuelle und soziale Verantwortung und soziale Gerechtigkeit.

Die Entwicklung des Selbstwertgefühls und der Toleranz zieht sich durch alle Kapitel. Lehrer werden dazu ermutigt, ihr eigenes reiches Kulturerbe bei der Integration von Werten in den schulischen Alltag und den Lehrplan zu nutzen.

Living Values Lehrertraining – Dieses Buch enthält Grundeinheiten für ein LV-Seminar für Pädagogen zu den Themen: Wertebewusstsein, die Schaffung einer werteorientierten Atmosphäre und dafür erforderlicher Fähigkeiten, sowie das theoretische Modell von Living Values und verschiedene Möglichkeiten zum Aufbau und Ablauf von LV-Seminaren.

Living Values für Elterngruppen: Ein Handbuch für Mediatoren – Dieses Buch bietet Kursleitern, die gern mit Eltern und Erziehungsberechtigten im Rahmen einer Living Values-Elterngruppe arbeiten möchten, Möglichkeiten für den Aufbau und Inhalt ihrer Arbeit. Dabei geht es darum, Eltern Verständnis und Fähigkeiten zu vermitteln, Kinder in einer positiven Wertentwicklung zu unterstützen. Der erste Abschnitt beschreibt den Inhalt einer Einführungseinheit und sechs Schritte für die Untersuchung jedes einzelnen Wertes. Eltern und Kinderbetreuer

reflektieren dabei ihre eigenen Werte, wie sie sie „leben“ und lehren. Im zweiten Abschnitt werden verschiedene Werte-Übungen vorgeschlagen, die für die Elterngruppe oder für zu Hause gedacht sind.

Material für gefährdete Kinder und Jugendliche

Es gibt noch spezielle Living Values Materialien für Kinder in schwierigen Lebenslagen, Straßenkinder, drogenabhängige Jugendliche, Kinder in Kriegsgebieten und jugendliche Straftäter. Diese Materialien sind nicht frei erhältlich, sie stehen nur nach einer Ausbildung in diesen bestimmten Modulen zur Verfügung. Für gefährdete Kinder gibt es derzeit folgende Living Values Materialien:

- Living Values für Straßenkinder im Alter von 3 -6
- Living Values für Straßenkinder im Alter von 7-10
- Living Values für Straßenkinder im Alter von 11-14
- Living Values zur Anwendung in der Drogentherapie
- Living Values für Flüchtlinge und vom Krieg betroffene Kinder im Alter von 3 - 7
- Living Values für Flüchtlinge und vom Krieg betroffene Kinder im Alter von 8-14
- Living Values für junge Straftäter

Für Jugendliche mit Drogenproblemen gibt es detaillierte Informationen im Buch Living Values zur Anwendung in der Drogentherapie. Dieses Curriculum von 102 Unterrichtseinheiten beschäftigt sich mit Übungen zu Frieden, Respekt, Liebe, Kooperation, Ehrlichkeit, Demut und Glück aus dem Buch Living Values für junge Erwachsene, mit Unterrichtsstunden zu Drogenkonsum, emotionalen Themen in Bezug auf Sucht und

ihre Begleiterscheinungen sowie dem Aufbau sozialer Fähigkeiten und der Rückfall-Prävention. Der Ansatz folgt dem allgemeinen methodischen Aufbau des Living Values-Programms. Dabei werden die Gruppenteilnehmer – in diesem Fall 14-26jährige – dazu angeregt, sich mit ihren Werten zu beschäftigen, indem sie zunächst ihre Träume für eine bessere Welt wach rufen. Einheiten zum Thema Frieden und Respekt bauen Selbstvertrauen auf und schaffen eine unterstützende, werteorientierte Atmosphäre in der Gruppe. Erst dann folgen Einheiten zum Thema Drogenkonsum, in denen die Teilnehmer ihren Weg in die Abhängigkeit und die Folgen für ihr Leben untersuchen und besprechen. Die Einheiten beinhalten Erfahrungen, die den Teilnehmern dabei helfen, mit ihrer Scham und ihrem Schmerz umzugehen und die wertvollen Lektionen des Lebens zu lernen, die der Schmerz lehrt. Es werden positive zwischenmenschliche soziale Fähigkeiten vermittelt, verstärkt und geübt.

Durch Diskussionen, künstlerischen Ausdruck, Rollenspiele und Theater entdecken die Teilnehmer viele Aspekte ihrer eigenen Erfahrungen und erwerben Fähigkeiten, um Rückfälle zu vermeiden.

Der Anfang

LVE wurde zunächst von Pädagogen für Pädagogen in enger Zusammenarbeit mit Cyril Dalais und der Erziehungsabteilung von UNICEF in New York sowie mit Brahma Kumaris, einer nichtstaatlichen Organisation mit Beraterstatus bei den Vereinten Nationen, entwickelt. Im August 1996 trafen sich im Hauptsitz der UNICEF in New York zwanzig Lehrer aus fünf Kontinenten und tauschten über die Bedürfnisse der Kinder weltweit ihre Erfahrungen bei der Arbeit mit Werten aus und erörterten die Frage, wie Lehrer die Werte besser in ihren Unterrichtsplan

integrieren können, um die Schüler für ein lebenslanges Lernen vorzubereiten. Auf der Grundlage von Living Values: Ein Handbuch und der UN-Kinderrechtskonvention verständigten sie sich auf Ziele und Zwecke einer werteorientierten Erziehung – sowohl in Industrie- als auch in Entwicklungsländern.

Ergebnisse

Die Berichte der Lehrer und Pädagogen, die in verschiedenen Ländern der Welt mit diesem Programm gearbeitet haben, werden gesammelt und ausgewertet. Am häufigsten wurde und wird in den Berichten der positive Wandel in der Lehrer-Schüler-Beziehung und in der Schüler-Schüler-Beziehung, innerhalb und außerhalb der Schule, erwähnt. Lehrer beobachten eine Zunahme an Respekt, Fürsorge, Kooperation, Motivation sowie die wachsende Fähigkeit der selbstständigen Konfliktlösung unter Gleichaltrigen. Aggressive Verhaltensweisen gehen in dem Maße zurück, wie positive soziale Fähigkeiten und Respekt zunehmen. Das LV-Programm hilft Lehrern eine sichere, fürsorgliche, werteorientierte und qualitative Lernatmosphäre zu schaffen.

Jacqueline Stein, Lehrerin am Alia Secondary College in Melbourne, Australien, berichtete: „Living Values ist anders, denn es funktioniert! Ich habe erlebt, wie sich in sechs Wochen die Beziehungen zwischen Schülern und Lehrern verändert haben. Schüler, die sich anfangs sehr ablehnend verhielten, unterbreiteten immer mehr Vorschläge, wie man die Atmosphäre im Klassenraum verbessern könnte, sie haben sogar Mediationen vorgeschlagen, welche sie zu Hause angewandt hatten. Schüler erhielten Einblick in ihre innere Gefühlswelt und konnten reine Emotionen von Gefühlen unterscheiden und erhielten dann Mittel, mit Problemen umzugehen. Gerade die Gruppe der 14 – 18-jährigen profitierte besonders von den Techniken zur

Konfliktlösung. Aus Lehrersicht sind die Living Values-Bücher leicht zugänglich und einfach anzuwenden, ohne dabei eine besondere Vorgehensweise vorzuschreiben. Es können sowohl nur einzelne Teile aus den Büchern verwendet werden, der Lehrer kann einen eigenständigen Kurs daraus machen oder die Inhalte in den normalen Lehrplan einbinden. Ein weiterer Pluspunkt ist die Unterstützung durch die Materialien und durch das Lehrer-Netzwerk. Was mich persönlich angeht, so habe ich den größten Durchbruch in mir selbst erfahren! Ich war eine viel bessere Lehrerin, viel begeisterter, viel liebevoller!“

Schüler-Statements

„Die Beschäftigung mit Werten macht mich glücklich. Mein Tag ändert sich durch die ruhige Atmosphäre. Ich fühle mich gut, auch wenn meine Klassenkameraden schlecht gelaunt sind, denn die Atmosphäre ist liebevoll und der Lehrer strahlt Glück und Liebe aus.“ (Schüler der 8. Klasse)

„Als ich Ende letzten Halbjahres die Werte-Stunde besuchte, war ich anfangs wütend, aber zum Schluss friedvoll.“ (Schüler der 8. Klasse)

„Ich war überrascht, als ich entdeckt habe, dass Weisheit einer meiner Werte war.“ (Schüler der 7. Klasse)

„Ich mag diese Werte-Klassen nicht nur, ich genieße sie richtig. Am Anfang war ich absolut dagegen, ich dachte, dieser Unterricht bringt mir rein gar nichts. Ich habe meine Mitschüler abgelenkt und habe mich überhaupt nicht angestrengt. Dann habe ich mir vorgenommen, mich nur eine Stunde lang wirklich zu beteiligen. Und nach dieser Stunde war ich völlig anderer Meinung. Ich hatte zu allem, worüber wir sprachen, einen Bezug. Ich fand plötzlich Dinge über mich selbst heraus, die ich nicht wusste. Werte-Unterricht lohnt sich wirklich.“ (Schüler der 9. Klasse)

„Ich kam als Praktikant an das Alia-College zurück, und die Einführung des Werte-Unterrichts hatte nach meiner Beobachtung bereits einige interessante Ergebnisse erzielt. Ich war ca. sechs Wochen nicht an dieser Schule, und der Wandel im Verhalten und Aussehen einiger Schüler war offensichtlich. Es wäre wahrscheinlich eine allzu idealisierende Sichtweise, all diese Veränderungen auf das Werte-Programm zurück zu führen, doch hat das Wesentliche dieses Programms ganz klar positive Auswirkungen. Wenn ein Schüler, oder auch jeder andere, über sich selbst, seine Umgebung, Handlungen und Motivationen nachdenkt, erlangt er ein tieferes Verständnis über das Selbst und andere. Der Nutzen von Werten erstaunt mich immer mehr.“

Eine Living Values-Lehrerin aus Südafrika erzählt erstaunliche Geschichten über Veränderungen. Gewalttätige Mittelstufen-Schüler, die zwei Jahre lang an den Living Values-Übungen teilnahmen, leiteten zum Schluss sogar Living Values-Workshops für ihre Mitschüler und wurden Friedensstifter. Auf der internationalen Living Values-Webseite erzählen Teenager aus Kenia ganz persönliche Geschichten, die einen großen Wandel aufzeigen. Sie beschreiben die Verwandlung ihres gewalttätigen zu einem respektvollen Verhalten, bis hin zu besseren Leistungen im Unterricht.

Lehrer aus Paraguay werteten Ergebnisse von 3.243 Schülern im Alter von 4 bis 22 aus, die sich an dem Living Values-Programm beteiligt hatten. Obwohl es sich hier um Berichte von sehr vielen verschiedenen Schulen, die jeweils in unterschiedlichem Maße Living Values in ihrem Unterricht einsetzten, handelte, so kamen die Lehrer doch zu folgendem Ergebnis: 86 % der Schüler erwarben in der Konfliktlösung bessere Fähigkeiten und konnten sich besser konzentrieren, 87 % verbesserten sich im Bereich Verantwortung, 89 % zeigten einen respektvolleren Umgang mit

ihren Mitschülern und waren ehrlicher, 92 % verbesserten ihre Fähigkeit, sich positiv in die Gemeinschaft einzubringen, 94 % zeigten mehr Motivation und mehr Interesse an Schule, 95 % verhielten sich respektvoller Erwachsenen gegenüber und 100 % erwarben mehr Selbstvertrauen und kooperierten besser mit anderen.

Es gibt auch so wunderbare Geschichten von Lehrern in besonderen Situationen. Ein Jahr nach dem in Thailand das Living Values-Programm eingeführt wurde, berichteten Lehrer aus neun von 24 Flüchtlingslagern, die mit Kindern und Jugendlichen bis zum Alter von 20 Jahren arbeiteten, von einer 100%igen Verbesserung gewalttätigen Verhaltens. Lehrer aus den anderen Flüchtlingslagern berichten von einer 80%igen Abnahme der Aggressivität. Innerhalb von zwei Jahren nach Einführung des Programms hörten die häufigen Kämpfe zwischen Jugendlichen verschiedener Bereiche des Lagers völlig auf.

Im März 2008 berichtete der Arbeitsminister in Vietnam, dass das Living Values-Programm zur Drogentherapie das erfolgreichste Programm in den staatlichen Drogenkliniken sei. 25 % der staatlichen Einrichtungen für Drogentherapie verwenden nun seit vielen Jahren die entsprechenden Living Values-Materialien.

Das Living Values-Programm für Straßenkinder zeigt auch sehr positive Ergebnisse. Inhaftierte Jugendliche in Brasilien, die wegen ihrer Gewalttätigkeit separat untergebracht werden mussten, konnten nach dreimonatiger Arbeit mit dem LV-Materialien Living Values für Straßenkinder zu den anderen Inhaftierten zurückkehren. Sie waren viel friedvoller und hörten mehr auf die Aufseher. Weitere Straßenkinder, die eine staatliche Erziehungseinrichtung besuchten, konnten wieder eine reguläre Arbeit aufzunehmen, wieder andere lernten, sich fürsorglich um

ihre Kinder zu kümmern. Lehrer aus Vietnam berichteten von einer beträchtlichen Abnahme bei aggressiven und gefährlichen Verhaltensweisen. Sie berichteten über die Jugendlichen: „Jetzt sind sie Erwachsenen und Mitschülern gegenüber vertrauensvoll und freundlich. Es kommt mittlerweile kaum noch zu Konflikten in der Klasse, und auch nach der Schule geraten sie nicht mehr so leicht in Streitigkeiten. Die Schüler haben auch viele Sketche entwickelt, wie sie sich vor gefährlichen Erwachsenen schützen können, und führen sie mit großer Freude auf. Wenn sie jetzt auf der Straße sind und Kinder sehen, die neu sind, unterstützen und beraten sie diese neuen Kinder und laden sie zu einem Treffen mit ihrem Lehrer in den Unterricht ein.“

Im Jahr 2003 gab es die ersten externen offiziellen Evaluationen zum Living Values-Programm. Zwei Schulen in Australien, die das Programm umgesetzt haben, wurden Teil einer von der Bildungs-, Wissenschafts- und Ausbildungsabteilung der Regierung durchgeführten Studie zur Werte-Erziehung. Die eine war eine Grund- die zweite eine weiterführende Schule. Die Ergebnisse der weiterführenden Schule, des Alia College in Hawthorn East im Bundesstaat Victoria, waren überwältigend: „Wir haben das Living Values-Programm ausgewählt, weil es u. a. einen einzigartigen Fokus auf Intelligenz legt, international ist, über ein unterstützendes Netzwerk für Lehrer verfügt, leicht umsetzbar und sehr lehrerfreundlich ist, mit sehr viel unterstützendem Material, es bei der Umsetzung flexibel handhabbar und unterrichtsübergreifend anwendbar ist ... und sein Netzwerk kostenfrei eine laufende, berufliche Weiterentwicklung ermöglicht.“ Das Alia-College weist darauf hin, „wie wichtig es ist, dass Werteerziehung die Art der Kommunikationsstruktur und Interaktion am College prägt“ ... und die Werte-Erziehung wurde als einstündiges Pflichtfach ins Schul-Curriculum eingeführt. Dieser Schritt entstand aus einem wachsenden

Bewusstsein heraus ..., dass die Schüler sich mit einer mehr nach innen gerichteten und selbstreflektierenden Weise auseinandersetzen müssen ... unter Beibehaltung eines wissenschaftlichen Ansatzes innerhalb des angewandten Prozesses. Und seitdem Werte als ein extra Fachgebiet eingeführt wurde, ist die Schule davon überzeugt, dass „ein Paradigmenwechsel in dem Sinne stattgefunden hat, dass die Notwendigkeit zur ausdrücklichen Werteerziehung an Schulen, die selbstreflexiv und ganzheitlich ist, zunehmend anerkannt und verstanden wird.“

Vier Schüler der High-School Monsenor Chacon in La Azulita in Venezuela arbeiteten an einer Studie zur Wirksamkeit der Living Values-Arbeit an High-Schools im Bundesstaat Merida: Living Values: Ein Tool für die Entwicklung von Jugendlichen (Julio Arias M., Daniela Gomez F., Silvina Lobo M. und Anna Maggiolo R. unter der technischen Leitung von Maria Carolina D’Enjoy und Eduardo Gaviria, 2007). Es handelte sich hierbei um ein Quasi-Experiment, eine Skizzenstudie der Charakterentwicklung von Jugendlichen an zwei Schulen in Venezuela. Nach einem geschichteten Stichprobenverfahren wurden aus 500 (eingeschriebenen) Schülern zweier Schulen in Venezuela 30 SchülerInnen im Alter von 15 – 18 Jahren ausgewählt. Die Forscher verwendeten eine Rollenspielsituation (zur Verhaltensbeobachtung), in der die SchülerInnen am Anfang und Ende der Studie ein Rollenspiel aufführen sollten. Die Experimentalgruppe erhielt, im Gegensatz zur Kontrollgruppe, zehn Wochen lang je eine Stunde Living Values-Werteunterricht. Beim Rollenspiel am Ende der Studie zeigten alle SchülerInnen der LV-Gruppe in allen Fällen ein neues Verhalten. In einer Abschlussbefragung wurden die SchülerInnen der LV-Gruppe nach ihren Lieblingswerten gefragt, was sie von dem Kurs gelernt hätten und wie sie Statements wie z. B. „Ich habe das Gefühl, dass ich etwas zu einer besseren Welt beitragen kann“ einschätzten. Die

Verfasser der Studie gelangten zu dem Schluss, dass die Living Values-Werteerziehung die Entwicklung von Konfliktlösungsfähigkeiten positiv beeinflusst und die Identifikation mit Werten sowie ihre Fähigkeit, sie im täglichen Leben anzuwenden, sich verstärkt habe.

Weitere Berichte und Kommentare von beteiligten Lehrern und Schülern finden Sie auf der Webseite: www.livingvalues.net

Werte untersuchen und entwickeln

Werte vermitteln

Die Wahlmöglichkeiten, die Jugendlichen angeboten werden, sind oft von entscheidender Bedeutung - nicht nur für ihr eigenes Glück und Wohlergehen in dieser gefährdeten und stürmischen Zeit ihres Lebens, sondern auch für ihre Zukunft. Junge Erwachsene profitieren heutzutage davon, bewusst den Einfluss von Werten und Anti-Werten auf ihr Leben, die Gemeinschaft und die Welt wahrnehmen zu können, wenn es darum geht, der mächtigen Kraft der Negativität zu widerstehen und sich der Liebe für Werte zuzuwenden. Die Werte-Übungen des Living Values- Programms sollen Schüler dazu motivieren, über sich selbst, andere, die Welt sowie die Werte an sich nachhaltig zu reflektieren. Sie sind so konzipiert, dass Werte innerlich erfahren und innere Ressourcen aktiviert werden. Sie zielen darauf ab, zu stärken und das Potential, die Kreativität und inneren Geschenke ans Licht zu bringen. Dabei sollen Schüler reflektieren, sich Dinge vorstellen, in den Dialog mit anderen treten, kommunizieren, kreativ werden, über Sachverhalte schreiben, sich künstlerisch ausdrücken und mit Werten spielen. In diesem Prozess entwickeln sich sowohl persönliche soziale und emotionale als auch positive, konstruktive soziale Fähigkeiten.

Zwar präsentieren die LV-Materialbände eine aufeinander aufbauende Abfolge von Fähigkeiten, aber Werte können im Prinzip überall in den Lehrplan integriert werden, da jedes Fach einen anderen Blickwinkel zur Betrachtung des Selbst und der Werte in Bezug auf die Welt eröffnet.

Drei wesentliche Annahmen

Die Living Values Materialien beruhen auf drei Grundannahmen. Die erste Annahme bezieht sich auf die Aussage in der Präambel der Charta der Vereinten Nationen, „den Glauben an die Grundrechte des Menschen, an Wert und Würde des Menschen... erneut zu bekräftigen.“

Universelle Werte lehren Respekt und Würde für jeden einzelnen Menschen. Sich an diesen Werten zu erfreuen, fördert das Wohlbefinden des Einzelnen und das Allgemeinwohl.

Jedem Schüler sind Werte wichtig, und jeder verfügt über die Fähigkeit, auf positive Weise Dinge zu erschaffen und zu lernen, wenn er die Möglichkeiten dazu erhält.

Schüler blühen in einer werteorientierten Atmosphäre, in einer positiven und sicheren Umgebung des gegenseitigen Respekts und gemeinsamer Fürsorge auf, in der man sie gesellschaftsbewusster Entscheidungen für fähig erachtet.

Schema zur Entwicklung von Werten – die Living Values-Methode

Wie ermutigen wir junge Menschen, Werte und entsprechende soziale Fähigkeiten und Einstellungen zu entdecken und zu entwickeln, die sie befähigen, ihr volles Potenzial zu entfalten? Wir alle hätten es gern, dass unsere Kinder und unsere Schüler friedvoll, respektvoll und ehrlich sind. Wie können wir ihnen vermitteln, dass sie in dieser Welt etwas bewirken können und fähig sind, etwas zu erschaffen und einen Beitrag zu leisten?

Das LVE-Programm ist ein umfassendes Programm zur Vermittlung von Werten. Schüler brauchen viele verschiedene Fertigkeiten, wenn sie Liebe für Werte entwickeln und sich ihnen verpflichtet fühlen sollen, wenn sie die sozialen Fähigkeiten,

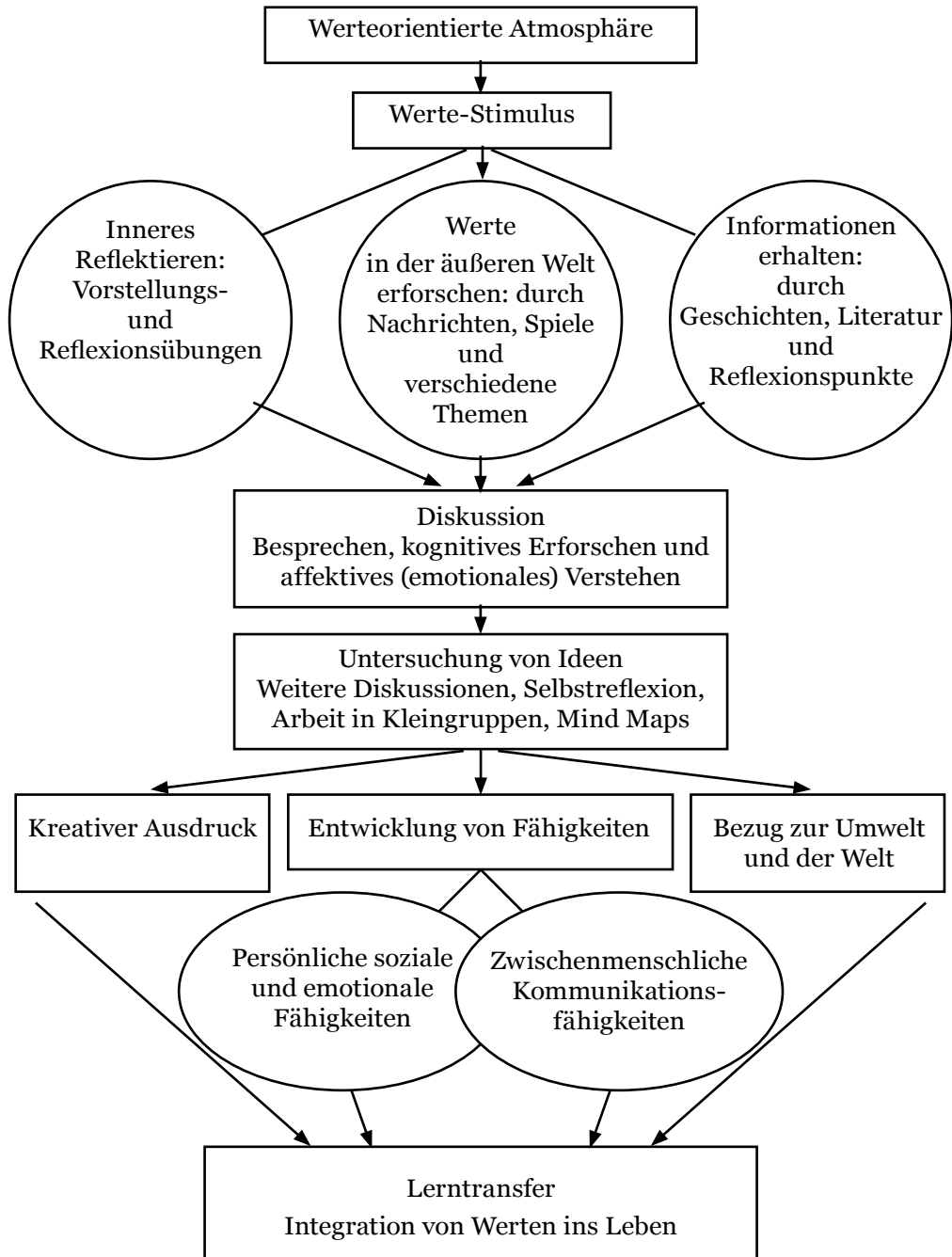
die bewusste Unterscheidungskraft und das Verständnis entwickeln sollen, diese Werte in ihr Leben zu integrieren. Genau aus dieser Intention heraus wurden das theoretische Modell von LV und die Living Values-Übungen konzipiert. Das Living Values-Programm gibt Pädagogen Methoden und Übungen an die Hand, die Schüler aktiv einbeziehen und bietet ihnen die Möglichkeit, zwölf universelle Werte zu untersuchen, zu erfahren und auszudrücken. Die Schüler profitieren davon, Werte kognitiv zu untersuchen, zu verstehen und anzuwenden.

Schon wenige Monate nach Einführung des LV- Programms beobachteten engagierte Lehrer, dass der Umgang an der Schule kommunikativer, respektvoller und fürsorglicher geworden ist. Oft ändern sich sogar Schüler mit sehr negativen Verhaltensweisen dramatisch. Um zu verstehen, warum dieser Ansatz funktioniert, wollten Lehrer mehr über den theoretischen Hintergrund von LV wissen.

Welche Methoden werden in diesem LV-Programm verwendet? Das folgende Schema zeigt den Untersuchungs- und Entwicklungsprozess von Werten im LV-Programm, der auf zwei sich gegenseitig ergänzenden Prozessen beruht. Der erste bezieht sich auf die Grundlage des Erschaffens einer werteorientierten Atmosphäre, der zweite auf den Werte-Vermittlungsprozess mit Hilfe der LV-Übungen.

Entwicklung von Werten – die LVE-Methode

Untersuchen ... Erfahren ... Ausdrücken



Werteorientierte Atmosphäre

Sich geliebt, geschätzt, respektiert, verstanden und sicher fühlen

Werte müssen sowohl „eingefangen“ als auch „gelehrt“ werden, und deshalb kommt den Erwachsenen für das Gelingen dieses Programms eine sehr wichtige Rolle zu, denn junge Menschen lernen am besten anhand von Beispielen und sind am ehesten aufnahmebereit, wenn das, worüber gesprochen wird, auch erfahren wird. Die Erschaffung einer wertorientierten Atmosphäre im Bildungsrahmen ist für die optimale Erfahrung und Entwicklung von Werten entscheidend. Solch eine schülerzentrierte Umgebung fördert natürlicherweise das Lernen, denn Beziehungen, die auf Vertrauen, Fürsorge und Respekt beruhen, wirken sich positiv auf die Motivation und Kreativität sowie die emotionale und kognitive Entwicklung aus.

Der erste Schritt im Living Values-Programm besteht in der Erschaffung einer „wertorientierten Atmosphäre“ Während eines LV-Workshops für Lehrer wurde die Aufgabe gestellt, über Lehrmethoden zu sprechen, die Schülern das Gefühl vermitteln, sich geliebt, respektiert, wertgeschätzt, verstanden und sicher zu fühlen. Und während Lehrer über diese Methoden für Schüler im Schulumfeld sprechen, erschaffen sie gleichzeitig diese Atmosphäre während des Workshops.

Das Theorie-Modell von LV geht davon aus, dass Schüler in einer fürsorglichen und kreativen Lernumgebung ihr Potential entfalten. Wenn Motivation und Leistung durch Angst, Beschämung und Strafe stimuliert werden soll, erzeugt es bei Jugendlichen eher Gefühle von Angst, Verletzung, Beschämung, Unsicherheit und Inkompetenz. Wiederholte Interaktionen dieser Art drängen Schüler ins Abseits und vermindern ihr Interesse an Schule und Lernen. Schüler, die eine Reihe negativer Schulerfahrungen

hinter sich haben, schalten meist ab, werden depressiv oder geraten in einen Teufelskreis von Schuld, Ärger und Rache – bis hin zu Gewalt.

Warum wurden diese fünf Gefühle – Liebe, Wertschätzung, Respekt, Verständnis und Sicherheit – für das LV-Theorie-Modell ausgewählt? In der Ausbildung wird nur sehr selten über Liebe gesprochen. Aber wollen wir Menschen nicht alle Liebe und Respekt erfahren? Wer möchte sich nicht wertgeschätzt, verstanden und sicher fühlen? Viele Resilienzstudien haben die Bedeutung qualitativer Beziehungen von Jugendlichen zu wichtigen Erwachsenen – oft Lehrer - in ihrem Leben bestätigt.

Was passiert mit dem Lernprozess, wenn wir uns geliebt, geschätzt und respektiert fühlen? Was geschieht mit unseren Beziehungen zu Lehrern, die ein sicheres und unterstützendes Lernklima erschaffen? Viele Menschen haben als Kind die Erfahrung mit einem Lehrer gemacht, der positiv, ermutigend und motivierend war. Wie fühlen wir uns hingegen, wenn Lehrer oder Eltern stets kritisieren, bestrafen und gestresst sind, oder wenn sich die Mitschüler abfällig oder grob verhalten? Während interessante Stimuli die Kreativität fördern, führen Angst, Kritik, Druck und Strafe zur Verlangsamung des Lernprozesses. Neurophysiologen wiesen nach, dass sich die Förderung des Kindes positiv und traumatische Erfahrungen schädigend auf die Gehirnentwicklung auswirken. Lumsden (1994) bemerkt, dass eine fürsorgliche Atmosphäre in der Schule die Motivation der Schüler, ihre Beteiligung am Lernprozess und ihr schulisches Leistungsvermögen steigert, gewalttätiges Verhalten reduziert und eine positive Lernhaltung fördert (Riley, Zitat in Cooper, 2000).

Weltweit herrscht heutzutage ein enormer Druck für Lehrer, das Leistungsniveau der Schüler anzuheben. Der

konstante Druck und der Schwerpunkt auf Auswendiglernen und Testergebnisse gehen oft zu Lasten „wirklichen“ Unterrichts und geben den Lehrern nicht genügend Raum, eine förderliche Beziehung zu ihren Schülern aufzubauen. Damit geht viel von der Freude am Unterrichten verloren. Das wirkt sich auch auf alle Motivationsebenen und die Atmosphäre in der Klasse negativ aus. Alfie Kohn schreibt, welche verheerenden Schäden auf dem Weg zu immer schärferen Leistungsanforderungen entstehen, wenn Leistung höher bewertet wird als Lernen. Grundsätzlich führt Kohn als Argument an, dass das meiste von dem, was Experten sagen, die ganze Vorstellung von Lernen und Motivation in ein falsches Licht rückt. Je stärker Menschen zum Lernen gezwungen werden, desto mehr wird ihre Möglichkeit dazu beschränkt.“ (Janis, Zitat aus Senge, 2000).

Wirkliches Lernen steigert automatisch die Leistung. Wirkliches Lernen und Motivation entstehen in einem werteorientierten Umfeld, in dem Lehrer im Einklang mit ihren eigenen Werten sein können, in dem sie ihre Liebe zum Lernen vorleben und mit Werten die Schüler – auch in ihrer kognitiven Entwicklung unterstützen können. Das heißt jedoch nicht, dass eine werteorientierte Atmosphäre eine Garantie für exzellenten Unterricht ist; der Lehrer für Werteerziehung muss auch an sich ein engagierter Lehrer sein. Terry Lovat und Ron Toomey folgerten jedoch aus ihrer Untersuchung: „Werte-Erziehung scheint dazu zu befähigen, enge moralische und staatsbürgerliche Vorstellungen zu überschreiten. Wertebildung scheint im Mittelpunkt von all dem zu stehen, was ein engagierter Lehrer und eine engagierte Schule erreichen möchten. Von daher könnte sie gut als fehlendes Puzzleteilchen zwischen einem guten Lehrer und gutem Unterricht beschrieben werden.“ (2006)

Werteentwicklung von innen nach außen

Bei den Themen „Unsere Werte, Werte-Entwicklung bei Kindern“ und „Den Traum wachrufen“ in den Living Values-Workshops sollen die Pädagogen über die Werte ihres eigenen Lebens nachdenken, genau benennen, welche Werte für sie am wichtigsten sind und effektive Lehrmethoden besprechen, mit denen sie die gewünschte Atmosphäre in der Klasse erzeugen. Viele entdecken die Schönheit und die Wichtigkeit des Zuhörens, Raumgebens, Wertschätzens und Seins. Ein wesentliches Element in der Werteerziehung ist das Vorleben von Werten durch Erwachsene. Jugendliche sind an Lehrern interessiert, deren große Leidenschaft es ist, Gutes in der Welt zu bewirken und für die Werte, die sie leben, einzutreten. Sie werden wahrscheinlich Werteerziehung ablehnen, wenn sie merken, dass die Lehrer ihren Worten keine Taten folgen lassen. LV-Lehrer haben von erstaunlichen Veränderungen selbst bei den zynischsten Schülern berichtet, wenn sie sich bei Herausforderungen an ihre Werte halten konnten. Werte zu vermitteln erfordert von den Lehrern die Bereitschaft, eine Vorbildfunktion einzunehmen und den Glauben an Wert und Würde aller Menschen. Das bedeutet nicht, dass wir perfekt sein müssen, um Living Values zu unterrichten. Man braucht jedoch das persönliche Engagement, die Werte, die wir gern bei anderen sehen würden, auch zu „leben“ und die Bereitschaft, fürsorglich, respektvoll und gewaltfrei mit Schülern umzugehen.

Fähigkeiten für die Erschaffung einer werteorientierten Atmosphäre

Das theoretische Modell und der Themenbereich „Anerkennung, Ermutigung und Ausbilden positiver Verhaltensweisen“ innerhalb der LV-Workshops verbinden den lerntherapeutischen mit

dem humanistischen Ansatz, auf der Grundlage des Verständnisses, dass das, was wir Menschen wirklich wollen, Liebe und Respekt sind. Den Schülern Interesse und Respekt entgegenzubringen, indem man dabei gute Charaktermerkmale betont, kann im Laufe der Zeit die Fähigkeit der Schüler verbessern, ihr eigenes Verhalten und ihre schulischen Fähigkeiten zu analysieren, sich selbst positiver zu beurteilen und die eigene intrinsische Motivation zu erhöhen. Bei diesem Ansatz geht es sowohl um menschliche Beziehungen als auch um die Fähigkeit, den Grad der Aufnahmefähigkeit und die Bedürfnisse der Schüler richtig einzuschätzen.

Fähigkeiten zur Erschaffung eines werteorientierten Umfelds umfassen auch: Aktives Zuhören; gemeinsame Festlegung von Regeln; stille Signale, die für Ruhe, Konzentration, friedliche und respektvolle Gefühle sorgen; Konfliktlösung, sowie eine werteorientierte Disziplin. Das Aktive Zuhören ist eine gute Methode, ablehnenden, zynischen und/oder „negativeingestellten“ Schülern das Gefühl von Anerkennung zu vermitteln. Thomas Gordon hat das Aktive Zuhören, das lange als Basis-Instrument von Beratern und Therapeuten galt, auch für Lehrer erschlossen. Sein Verständnis von Ärger als sekundäre Emotion ist eine Hilfe für Pädagogen im Umgang mit schwierigen Schülern.

Das gemeinsame Erarbeiten von Regeln ist eine Methode, die Beteiligung und Eigenverantwortung der Schüler zu stärken. Viele Lehrer finden, dass Schüler, die in diesen Entwicklungsprozess einbezogen werden, aufmerksamer, engagierter und bereiter sind, ihr eigenes Verhalten zu kontrollieren und positives Verhalten in ihren Mitschülern zu verstärken.

Das LV-Training zu werteorientierter Disziplin verbindet lerntheoretische Elemente mit dem humanistischen Verständnis der Schüler und dem Glauben daran, dass gesunde Beziehungen und

sich Wohlfühlen von entscheidender Bedeutung sind. Manche verwenden jedoch die erlernten Methoden so, als ob es sich bei Jugendlichen um Maschinen handelte; das Bedürfnis, als Mensch – von Lehrer und/ oder Mitschülern – akzeptiert und wertgeschätzt zu werden, wird nicht in das Verhaltenstraining einbezogen. Wenn man aber die Bedürfnisse im sozialen und zwischenmenschlichen Bereich als Teil des Interventionsplans ansieht, sind die Ergebnisse sehr viel zufriedener stellender.

Mit dem LV-Theoriemodell können Lehrer zunächst positive und negative Faktoren in Bezug auf den einzelnen Schüler, die Klasse oder die ganze Schule einschätzen und dann dem Ziel anpassen, die Erfahrung von Liebe, Wertschätzung, Respekt, Verständnis und Sicherheit zu stärken und Gefühle von Scham, Unzulänglichkeit, Schmerz, Angst und Unsicherheit zu minimieren. Bei der Konfliktlösung oder dem Aufbau einer werteorientierten Disziplin geht es um die Erstellung eines Plans zum Aufbau positiver Verhaltensweisen bei Schülern. Die Lehrer konzentrieren sich darauf, Schüler so zu behandeln, dass sie sich für die eigene Verhaltenskontrolle verantwortlich fühlen. Doch gibt es auch Momente, in denen Schüler an ihrer negativen Einstellung festhalten und logische Konsequenzen notwendig sind. Während sie die Konsequenzen tragen, ist es wichtig, Schüler nicht als „schlechte Menschen“ zu behandeln. Während der Lehrer es manchmal für richtig hält, entschieden, ernst oder sogar streng zu sein, wird auch bei den Konsequenzen nach Möglichkeiten gesucht, die Fähigkeit des Jugendlichen zur Selbstkontrolle und zum Aufbau von Beziehungen zu unterstützen. Das spiegelt sich auch in der Arbeit von Virginia Satir wieder: Menschen, die voller Liebe sind und sich wohl fühlen, sind auch in ihren Interaktionen und Verhaltensweisen positiver.

Living Values Übungseinheiten

In Living Values für junge Erwachsene gibt es zwölf Werte-Einheiten, die gerade im Hinblick auf ausgegrenzte oder schwierige Schüler konzipiert wurden. Die Übungsabfolge geht den Weg des geringsten Widerstands – und macht Schülern Bedeutung und Nutzen des Wertes für ihr Leben erfahrbar. So ist beispielsweise die Belehrung von Schülern über die Unsinnigkeit des Kämpfens eine denkbar ungeeignete Methode, sie vom Gegenteil zu überzeugen und führt vielmehr oft dazu, Apathie oder Verbitterung bereits entrechteter Schüler noch zu verstärken. Wenn man stattdessen eine Unterrichtsstunde zu Frieden mit einer Phantasiereise beginnt, weckt man die natürliche Kreativität aller Schüler. Wenn Schüler erst einmal dem Frieden Ausdruck verliehen haben, sind sie auch besser in der Lage, die Auswirkungen von Frieden und Gewalt zu diskutieren. Jedes Kapitel beginnt mit einem Werte-Stimulus, um ein Höchstmaß an Relevanz oder Bedeutung zu erzielen.

Viel zu oft werden Werte nur auf der Erscheinungsebene behandelt, ohne kognitives Verständnis und die für die Umsetzung dieser Werte erforderlichen sozialen und emotionalen Fähigkeiten zu vermitteln. Deshalb wird Lehrern empfohlen, den Stundenaufbau in den Werte-Einheiten, die sie mit den Schülern durchnehmen möchten, möglichst vollständig zu folgen. Die Schüler werden wahrscheinlich mehr Liebe für Werte entwickeln und eher bereit sein, diese umzusetzen, wenn sie die Werte in vielen verschiedenen Zusammenhängen auf vielen Ebenen erforschen und persönliche und soziale Fähigkeiten entwickeln, durch die sie den praktischen Nutzen, diese Werte zu leben, erfahren können. Fühlen Sie sich aber frei, die Übungen Ihrem Unterrichtsstil und den Bedürfnissen der Schüler unterschiedlicher Herkunft anzupassen.

Eine Stunde zu Werten kann in vielen Lernsettings eingeführt werden. Lehrer von weiterführenden Schulen oder Universitäten können dazu ermuntert werden, Werte mit den Themengebieten zu verknüpfen, die sie gerade unterrichten oder auch mit wichtigen Ereignissen. So kann beispielsweise eine Werteeinheit mit Wirtschaft, Geschichte o. Ä. in Verbindung gebracht werden oder als Antwort auf aktuelle lokale oder internationale Nachrichten dienen, die Besorgnis bei den Schülern oder Studenten hervorrufen.

Wertestimulus

Jede Werte-Übung beginnt mit einem Wertestimulus. Es gibt drei Arten von Wertstimuli: die Informationsaufnahme, das innere Reflektieren und die tatsächliche Erfahrung von Werten.

Die Informationsaufnahme - Hierbei handelt es sich um die traditionellste Form der Wertevermittlung. Literatur, Geschichten und kulturelle Informationen bieten eine reichhaltige Quelle zur Erforschung von Werten. Bei den LV-Übungen wird Wert darauf gelegt, dass es sich um Geschichten handelt, in denen positive Werte aufrechterhalten oder entwickelt werden. Geschichten über Fehlschläge auf Grund von Anti-Werten können in diesem Alter dann sinnvoll sein, wenn sie für Schüler gesellschaftliche Relevanz besitzen. Es ist jedoch wichtig, Schüler auch durch positive Beispiele von Menschen, die durch Werte erfolgreich waren, zu motivieren. Lehrer von weiterführenden Schulen sollten Literatur oder Medien wählen, die die Schüler interessieren und die ihnen dabei helfen, Folgen und Bedeutung von Werten für ihr eigenes Handeln zu verstehen.

In jeder Werte-Einheit sind Reflexionspunkte aufgeführt, die Informationen über die Bedeutung der zu untersuchenden Werte liefern. Die Reflexionspunkte stehen am Anfang jeder Einheit und

werden in die einzelnen Stunden einbezogen. „Das Verständnis von Grundwerten ist bei der Wertevermittlung wesentlich, wenn Schüler ihr ganzes Leben lang hohen Grundsätzen folgen sollen.“ (Thomas Lickona, 1993). Die Reflexionspunkte haben den Anspruch universeller Gültigkeit und einer interdependenten Sicht auf die Bedeutung von Wert und Würde jedes einzelnen Menschen. So lautet beispielsweise ein Reflexionspunkt in der Einheit Respekt: Jeder Mensch in der Welt hat ein Recht darauf, mit Achtung und Würde zu leben – auch ich. Und in der Einheit Toleranz: Toleranz bedeutet, offen und empfänglich für die Schönheit der Unterschiede zu sein. Diese universelle Perspektive ist wichtig, wenn wir eine bessere Welt für alle erschaffen wollen.

Lehrer können natürlich auch eigene Reflexionspunkte oder bekannte Zitate aus dem eigenen Kulturkreis oder von Persönlichkeiten der Geschichte hinzufügen. Auch die Schüler können sich selbst Reflexionspunkte ausdenken oder nach bekannten Zitaten suchen.

Das innere Reflektieren - Traumreisen und Reflexionsübungen laden Schüler dazu ein, eigene Ideen zu entwickeln, wie beispielsweise das Visualisieren einer friedvollen Welt. Sich Werte in Handlungen vorzustellen erhöht ihre Relevanz für Schüler, da sie in sich einen Raum finden, in dem sie Schöpfer dieser Erfahrung und eigener Ideen sind. Der Schöpfungsprozess, die Urheberschaft eigener Ideen sowie ein Gefühl von Hoffnung sind wesentliche Schritte, um Motivation für Werte zu entwickeln.

Der Visualisierungsprozess wird derzeit sehr erfolgreich in großen Unternehmen angewandt. Die Verwendung in Schule und Unterricht nimmt ständig zu. Peter Senge (2000) schreibt: „Gemeinsame Übung fokussiert die Beteiligten auf ein gemeinsames Ziel. Menschen mit demselben gemeinsamen Ziel können

durch eine gemeinsame Zukunftsvision und dafür notwendige Regeln und Verhaltensweisen das Engagement in einer Gruppe oder Organisation verstärken.“ Einen bestimmten Wert zu leben kann ein kraftvolles gemeinsames Ziel für Schüler einer Klasse, Schule oder Einrichtung sein. Schüler sind animiert, erfreut und stolz zugleich, wenn sie etwas bewirken können. Sie als Lehrer sind der Schlüssel dazu, den Jugendlichen dabei zu helfen, ein gemeinsames Ziel zu entwickeln und darauf hin zu arbeiten.

Die Reflexionsübungen fordern Schüler dazu auf, über ihre eigenen Erfahrungen in Bezug auf einen Wert nachzudenken. Im weiteren Verlauf der Einheit sollen sie auch über verschiedene Aspekte reflektieren. Für Schüler ist reflektives Lernen notwendig, wenn sie in der Lage sein sollen, Werte der Situation entsprechend auszumachen und anzuwenden.

Die tatsächliche Erfahrung von Werten - Viele LV-Übungen nutzen Spiele, wirkliche Situationen, Nachrichten oder den Inhalt eines relevanten Themas als Einstieg. Die heutige Welt liefert ständig neue Geschichten, über die sich Jugendliche Gedanken machen. Am besten, Sie finden Interessensgebiete der Schüler heraus, z. B. AIDS, Armut, Gewalt, Drogen, Korruption, der Tod eines Klassenkameraden oder lokale Umweltverschmutzung. Diese Themen bieten eine Grundlage für wirkliche Diskussionen über die Auswirkungen von Werten bzw. Anti-Werten und was unsere Handlungen wirklich positiv bewirken.

Diskussion. Für Diskussion und Austausch einen offenen, respektvollen Raum zu schaffen, ist wesentlicher Bestandteil dieses Prozesses. Austausch dient dann der Überprüfung und Bestätigung. Das Gespräch über Gefühle in Bezug auf Werte kann Standpunkte klären und Empathie fördern. Diskussionen in einem verständnisvollen Umfeld können heilend sein. Schüler, die oft still sind, können erfahren, dass andere dieselbe Ansicht

haben. Wenn Jugendliche merken, dass andere genau so empfinden, können sich Schamgefühle vermindern oder auflösen. Jugendliche, die denken, dass alle der gleichen Meinung sind, lernen unterschiedliche Ansichten kennen. Diejenigen, die andere schikanieren, können herausfinden, was andere über ihr Verhalten denken. Schüler, die als weniger intelligent gelten, können oft eine achtsame Perspektive oder eine weise Einsicht beisteuern, die der Gruppe sehr weiterhelfen kann.

Der Diskussionsprozess ist auch eine Möglichkeit, Negativität zu akzeptieren und zu hinterfragen. Wenn das mit wirklichem Respekt geschieht, können die Schüler allmählich ihre Verteidigungshaltung, die negatives Verhalten erfordert, aufgeben. Wenn die positiven Werte hinter der Negativität verstanden und anerkannt werden, kann sich der Schüler wertvoll fühlen. Ganz langsam erfährt er/ sie die Freiheit, sich auch anders verhalten zu können.

In vielen LV-Übungen dienen Fragen als Diskussionsgrundlage. Durch einige werden Gefühle hinterfragt, andere sollen dazu führen, kognitive Denkprozesse und die Suche nach Alternativen in Gang zu setzen. Die Lehrer können mit Fragen wichtige emotionale Themen oder alternative Auffassungen erforschen. Damit Werte- und Charaktererziehung wirksam ist, muss man der emotionalen Seite (Selbstachtung, Empathie, Selbstbeherrschung, Demut etc.) Aufmerksamkeit schenken, was Lickona 1993 als „Brücke zwischen Bewertung und Handlung“ beschrieben hat (Zitat von Shea, 2003). Passen Sie die Fragen ruhig Ihrem persönlichen Stil und der regionalen Verwendung der Sprache an.

Ein Grund, warum Living Values in vielen verschiedenen Kulturen verwendet werden kann, ist, dass die Fragen offen gestellt sind. So kann beispielsweise die Frage „Wie zeigst du deinen Eltern gegenüber Respekt?“ wahrscheinlich in verschiedenen

Kulturen auch unterschiedlich beantwortet werden, dennoch ist das gewünschte Ergebnis dasselbe. In den Übungen gibt es nur eine oder zwei Fragen, auf die es eine „richtige“ Antwort gibt. Die wichtigste ist: „Ist es in Ordnung, anderen weh zu tun?“ Die richtige Antwort lautet „nein“. Wenn Schüler diese Frage mit „ja“ beantworten, sollte der Lehrer erklären, warum das nicht stimmt. Die anderen Fragen sind wirklich offen und ermöglichen es den Schülern, die Werte und deren Anwendung entsprechend ihrer Kultur und ihrer Lebensweise zu diskutieren. Die Reflexionspunkte erschaffen ein Maß an Würde und Respekt, die als Grundlage für die Übungen dienen.

Untersuchung von Ideen

Auf einige Diskussionen folgen Selbstreflexionen oder Kleingruppenarbeit zur Planung eines Kunstprojekts, einer Schülerzeitung oder eines Schauspiels. Andere führen zu Mind Maps über Werte und Anti-Werte. Diese Methoden sind hilfreich, um die Auswirkungen von Werten und Anti-Werten auf sich selbst, auf Beziehungen und die verschiedenen Bereiche der Gesellschaft zu betrachten. Die unterschiedlichen Auswirkungen von Werten gegenüberzustellen ist ein wichtiger Schritt, um langfristige Folgen vorherzusehen. Mind Maps sind auch eine Einführung in systemisches Denken. Senge bemerkte im Jahr 2000 zu systemischem Denken: „In dieser Fachrichtung können Menschen ein besseres Verständnis für Interdependenz und Wandel entwickeln und dadurch effektiver mit den Kräften umgehen, die die Konsequenzen ihrer Handlungen bestimmen.“

Diskussionen dienen oft als Einstieg in Kleingruppenarbeit zur Untersuchung der Auswirkungen von Werten in verschiedenen Bereichen. So können beispielsweise bei der Übung „Probleme der Welt“ für junge Erwachsene die Lehrer den Grad an Interesse

und Leidenschaft für bestimmte Probleme einschätzen und die Bildung kleiner Studiengruppen oder Internetrecherche-Gruppen moderieren. Oft wecken gerade diese Werteübungen wirkliches Interesse bei den Schülern. Ihre Leidenschaft zu würdigen wissen und ihnen die Erforschung des Themas zu ermöglichen ist die Art des Lehrens, die wirkliches Lernen und intrinsische Motivation fördert. Schon ein paar Fragen des Lehrers können die Begeisterung der Schüler wecken: „Warum geschieht das deiner Meinung nach?“, „Was ist die Beziehung zwischen . . . ?“, „Was sollte deiner Meinung nach getan werden?“

Kreativer Ausdruck

Die Bildenden Künste sind für Schüler ein wunderbares kreatives Ausdrucksmittel ihrer Ideen und Gefühle – und helfen ihnen dabei, sich einen Wert zueigen zu machen. Zeichnen, Malen, Basteln, Spielen oder Wandmalerei kann man mit darstellender Kunst verbinden. Tanz, Bewegung und Musik ermöglichen Ausdruck und erschaffen ein Gemeinschaftsgefühl. Die Schüler können beispielsweise Slogans zum Thema Frieden erstellen und sie an den Wänden aufhängen, sie können das Thema Frieden in einer Skulptur darstellen, Einfachheit zeichnen und Kooperation tanzen. Wenn sie sich mit dem Medium beschäftigen, müssen sie sich oft auf den Wert besinnen und sich klar werden, was sie wirklich ausdrücken möchten. Der kreative Prozess kann auch neues Verständnis und Einsicht bringen. Je mehr sich die Schüler den Wert zueigen machen, desto bedeutungsvoller wird er für sie. Ein ähnlicher Prozess entsteht, wenn Schüler dazu aufgefordert werden, ein Journal zu führen oder Geschichten bzw. Gedichte zu schreiben. Sie können stolz auf ihr Produkt sein und die Schönheit des Geschriebenen kann eine Quelle zur Steigerung ihres Selbstwertgefühls sein. Eine Vielzahl

unterschiedlicher kreativer Kunstwerke dient dazu, dass unterschiedliche Schüler zu unterschiedlichen Zeiten im Mittelpunkt stehen. Eine Schumatmosphäre, in der jeder zu seiner Zeit hervortreten kann, gewährt allen den Raum, ihr eigenes Potential zu entfalten.

Musik ist ebenfalls ein wichtiges Medium. Sie führt nicht nur zu einem Gemeinschaftsgefühl, sondern besitzt auch enorme Heilkräfte. Schüler haben z. B. Rap-Songs über Werte entwickelt, Lehrer möchten vielleicht eher traditionelle Lieder aus der eigenen oder einer fremden Kultur in den Unterricht einbringen und diese mit den Schülern singen. Die Schüler können bekannte Lieder mitbringen, die Werte thematisieren.

Entwicklung von Fähigkeiten

Es reicht nicht, über Werte nachzudenken, sie zu diskutieren, künstlerisch darzustellen oder sogar die Auswirkungen von Werten zu verstehen. Um die Werte im Alltag anzuwenden, braucht man emotionale und soziale Fähigkeiten. Die heutige Jugend braucht in zunehmendem Maße die Erfahrung positiver Gefühle durch Werte, das Verständnis der Auswirkungen ihres eigenen Verhaltens und die Wahlmöglichkeiten hinsichtlich ihres eigenen Wohlbefindens. Auch müssen sie später in der Lage sein, Entscheidungen zu treffen, die dem Wohle der Gesellschaft dienen.

Persönliche soziale und emotionale Fähigkeiten – Es gibt eine Vielzahl von zwischenmenschlichen Fähigkeiten, die in den LV-Übungen vermittelt werden. In den Einheiten Frieden, Respekt und Liebe gibt es Entspannungs-/Konzentrationsübungen, die den Schülern helfen, den Wert zu „fühlen“. Viele Jugendliche mögen es nicht, in der Schule „still sein zu müssen“. Es wird nicht als etwas angesehen, das man genießen kann sondern eher als etwas, das man machen muss, um den Wünschen

Erwachsener zu entsprechen. Lehrer haben gemerkt, dass diese Übungen Schülern helfen, ruhiger und weniger gestresst zu sein und sich besser auf ihre Aufgaben konzentrieren zu können. Meistens verschwindet die anfängliche Abwehr gegen diese Übung nach einigen Malen. Und unserer Erfahrung nach fordern die Schüler auch bald diese Stillezeit ein. Wenn sie erst einmal mit dieser Methode vertraut sind, können sie sich auch ihre eigene Entspannungs-/ Konzentrationsübung ausdenken. Die Fähigkeit, die eigenen Gefühle selbst steuern und sich entspannen zu können, ist enorm wichtig, um sich erfolgreich auf Situationen und Menschen einstellen und kommunizieren zu können. Durch Selbststeuerung oder -anpassung kann man bei Gefahr seine Gelassenheit schneller wieder erlangen und im Alltag friedvoller bleiben.

Durch weitere LV-Übungen lernen Schüler die positiven Qualitäten von jedem kennen und verstehen, gewinnen die Überzeugung, etwas bewirken zu können, lernen Persönlichkeitsrechte kennen und die eigene Wahrnehmung ernst zu nehmen, positive Selbstgespräche zu führen, sich Ziele zu setzen und Verantwortung zu übernehmen. Die Anwendung dieser Fähigkeiten wird auf verschiedene Weise geübt, indem sie sich beispielsweise ein Ziel setzen und ein Journal zu entmutigenden und aufbauenden Gedanken führen.

Kommunikationsfähigkeiten für das Zwischenmenschliche - Die Fähigkeit, emotionale Intelligenz zu entwickeln, wurde bereits in den oben genannten Übungen erwähnt und wird in Übungen fortgesetzt, die das Verständnis für die Rolle von Schmerz, Angst und Ärger sowie ihre Auswirkungen auf unsere Beziehungen erhöhen. Die Fähigkeit zur Konfliktlösung, die positive Kommunikation, Kooperationsspiele und gemeinsame Projekte sind weitere Übungen, gute Kommunikationsfähigkeiten zu erlernen.

Die Konfliktlösung wird im Kapitel Frieden eingeführt und im Kapitel Respekt und Liebe weiter ausgeführt. Beim Thema Liebe sollen sich die Schüler an den Anfang eines Problems zurück erinnern und sich vorstellen, was geschehen wäre, wenn sie den Wert Liebe mit einbezogen hätten. Die Entwicklung kognitiver Fähigkeiten und das Erkennen möglicher Konsequenzen sollen helfen, in brenzligen Situationen schnell reagieren zu können. Die Lehrer werden ermutigt, Schüler als Streitschlichter einzusetzen.

Die Schüler spielen Situationen, die sie beschäftigen, in Rollenspielen nach, um Werte anzuwenden und die Auswirkungen verschiedener Handlungen auszuprobieren. Sie können sich auch ihre eigenen Situationskarten entwerfen. In dem Kapitel Kooperation sollen die Schüler ihre Vorschläge für gute Kommunikation nach Spielen anwenden. Eine Übung in dem Kapitel Toleranz schult die Fähigkeit, ausschließlich selbstbehauptende, wohlwollende Antworten zu geben, wenn andere Schüler abschätzige Bemerkungen machen. Kreativität mit Diskussion und Übung zu verbinden, macht es Schülern leichter, sich mit den neuen Fähigkeiten anzufreunden und erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass sie sie auch nutzen werden.

Gesellschaft, Umgebung und die Welt

Um Jugendliche in ihrem Wunsch und der Realisierung zu unterstützen, mit Respekt und Selbstvertrauen und einem Ziel die Gesellschaft mit zu gestalten, braucht es ihr Verständnis über praktische Folgen von Werten in Bezug auf die Gemeinschaft und die ganze Welt. Viele Übungen zielen genau auf dieses Verständnis ab, andere hingegen dienen dazu, das Bewusstsein und die Motivation für soziale Gerechtigkeit und Verantwortung zu erhöhen. So können die Schüler beispielsweise Stücke

inszenieren und dadurch die Auswirkungen von werteorientiertem Verhalten in der Wirtschaft (bzw. dessen Gegenteil) thematisieren. Sie stellen ein Unternehmen dar, in welchem die Eigentümer den Wert Liebe leben. Sie zeigen intolerante Handlungsweisen auf und sammeln aus den Zeitungen Geschichten über tolerantes Verhalten.

Wenn die heutige Jugend diese Werte nicht nur in ihrem eigenen Leben als Erwachsene umsetzt, sondern auch innerhalb der Gesellschaft, ist es ebenso wichtig, das Thema soziale Gerechtigkeit zu untersuchen und erwachsene Vorbilder zu haben, die diese Werte vorleben. In dem Kapitel Einfachheit wird beispielsweise das Thema umweltbewussten Verhaltens und ökologischer Verantwortung aufgegriffen. Die Schüler werden ermutigt, ökologisch sinnvolle Methoden zu finden bzw. zu entwickeln, um die Umweltzerstörung aufzuhalten und sich für den Schutz des natürlichen Ökosystems in ihrer Region einzusetzen.

Um kognitives Verständnis und emotionales Bewusstsein für die Folgen sozialer Gerechtigkeit und Ungerechtigkeit zu entwickeln, werden die Schüler dazu angehalten, auf die Auswirkungen der Handlungen eines Einzelnen auf seine Mitmenschen zu achten und den Unterschied zu erkennen, was Einzelne bewirken können. So sollen beispielsweise in der Einheit Ehrlichkeit die Schüler einen Sketch oder ein kurzes Stück entwickeln, in dem Ehrlichkeit und Unehrllichkeit kontrastiert werden. Dabei sollen sie sich auf aktuelle Ereignisse oder auf die Geschichts- und Sozialkundeeinheiten beziehen. Im Anschluss schauen sie sich die Auswirkungen von Unehrllichkeit und Gier auf das Leben anderer Menschen an und fragen die Schauspieler, wie sie sich dabei gefühlt haben. Im Geschichtsunterricht der Oberstufe sollen die Schüler einen Zusammenhang zwischen Gier, Korruption und der Verletzung der Menschenrechte herstellen.

Das Ziel, sozialen Zusammenhalt zu entwickeln, zieht sich durch das ganze Material. In den Kapiteln Toleranz, Einfachheit und Einheit finden sich Elemente von sozialer Verantwortung, die interessant sind und gleichzeitig Spaß machen. Die Schüler entdecken die Vielfalt von Kulturen und benutzen dabei die Farben des Regenbogens als Analogie. Das Kapitel Einfachheit beinhaltet Vorschläge für den Erhalt der Natur und den Respekt der Erde gegenüber. Die Schüler untersuchen positive Beispiele für Einheit und arbeiten dann zusammen an einem Projekt ihrer Wahl.

Lerntransfer – Werte ins tägliche Leben einbeziehen

„Werte ins tägliche Leben zu integrieren bedeutet, Schüler zur Umsetzung werteorientierter Verhaltensweisen im Alltag anzuregen – im Umgang mit ihrer Familie, der Gesellschaft und der Umwelt. So steigern beispielsweise die LV-Hausaufgaben die Wahrscheinlichkeit, dass die Schüler neu gelerntes werteorientiertes Verhalten mit nach Hause nehmen. Schüler sollen Projekte entwickeln, die verschiedene Werte in ihrer Klasse, Schule und/ oder Gesellschaft veranschaulichen. Eltern und Unternehmen können als Ansprechpartner dienen, wenn beispielsweise Hilfe beim ökologischen Anbau oder bei der Reinigung eines Flusses gefragt ist. Schüler werden ermutigt, ihre selbst inszenierten Stücke und ihre Musik ihren Mitschülern und jüngeren Schülern vorzuspielen. Beteiligen Sie ihre Schüler auch an Service-Learning-Projekten. Durch die Fähigkeit, etwas bewirken zu können, wachsen Vertrauen und das Engagement für Werte.

LV-Workshops

Eine werteorientierte Atmosphäre zu erschaffen erleichtert den Erfolg dieses Programms, denn es macht dann mehr Spaß, ist wohltuender und effektiver sowohl für Schüler als auch für Lehrer. Das LV-Training wird zwar oft für Pädagogen verschiedener Schulen und Einrichtungen angeboten, ist aber gerade als schulinterne Maßnahme oder als Fortbildung für alle Mitarbeiter einer Bildungseinrichtung zu empfehlen. Abhängig von der Zusammensetzung der Schülerschaft könnten auch zusätzliche LV-Trainingseinheiten für gefährdete Kinder und Jugendliche in Betracht gezogen werden.

Werte der eigenen Kultur einbringen

Die Werteübungen in diesem Buch sind lediglich ein Anfang. Wir würden Sie gern auffordern, eigene Ideen aus Ihrem Erfahrungsschatz, Ihrer Kreativität, Ihrer Kultur- oder Bildungsressourcen hinzuzufügen, damit Schüler die Werte sinnvoll erforschen, erfahren und ausdrücken können.

Eine Gruppe Lehrer könnte sich auch vor jeder neuen Werteinheit treffen, um ihr eigenes Material und Ideen zu diesem Wert auszutauschen – z. B. überlieferte Geschichten, fiktive Essays oder Sachtexte, herausragende Geschichtsereignisse, Forschungsprojekte im Internet, Nachrichten oder passende Filme. Fügen Sie auch immer wieder kulturelle Geschichten in die einzelnen Kapitel ein. Die Schüler mögen es auch, Geschichten zu spielen. Lassen Sie die Schüler eigene Stücke oder Songs entwickeln. Vielleicht haben sie auch Spaß an einer Parodie mit improvisiertem Text, der das, was im Unterricht behandelt wurde, dramatisiert. Ältere Erwachsene können vielleicht Märchen erzählen und den Schülern Formen Alter Musik nahebringen. Service-Learning-Projekte (= Lernen durch Engagement)

stärken Schüler in ihrem Engagement für Werte und ihrer Überzeugung, dass sie etwas bewirken können. Wir würden uns freuen, wenn uns Lehrer ihre eigenen Übungen und Ideen über unsere internationale Homepage www.livingvalues.net zusenden.

Werte-Erziehung in die Praxis umsetzen

Schritt eins: Für die Umsetzung von LVE gilt es als erstes, mit interessierten Lehrern oder Verantwortlichen einer Organisation über die Ziele von Erziehung im Allgemeinen und Werte-Erziehung im Besonderen zu sprechen. Welche Werte braucht man Ihrer Meinung nach in der Gesellschaft und in der Welt? Welche Werte würden Sie gern Ihren Schülern vermitteln? Diskutieren Sie das Statement zur Vision von Living Values: Living Values ist ein Bildungskonzept, das die Entwicklung von werteorientierten Lerngemeinschaften fördert und die Suche nach Bedeutung und Sinn von Erziehung in den Mittelpunkt stellt. LV betont den Wert und die Integrität jedes einzelnen, der am Erziehungs- und Bildungsprozess beteiligt ist, zu Hause, in der Schule und in der Gesellschaft. Bei der Verankerung qualitativ hochwertiger Erziehung unterstützt LV die ganzheitliche Entwicklung des Einzelnen und die Kultur positiver Werte in jeder Gesellschaft auf der ganzen Welt, in der Überzeugung, dass Erziehung und Bildung das Wohl der Menschheit erhöht.

Erziehung und Bildung waren schon immer ein Hebel für gesellschaftliche Veränderungen. Welche Veränderung würden Sie in Ihrer Gemeinschaft und in der Welt begrüßen? Stimmen Sie der Aussage zu, dass der Weg zum Frieden der Friede ist? Dass eine Kultur von Frieden, Respekt, Liebe, Ehrlichkeit, Toleranz und Verantwortung selbiges erschafft? Wenn ja, dann könnte die Gesellschaft das Ethos definieren, dass sie in ihren Bildungseinrichtungen verwirklichen möchten.

„Die Werteerziehung basiert auf vereinbarten Prinzipien und tiefen Überzeugungen, die alle Aspekte schulischen Lebens und Arbeitens untermauern.“ (Hawkes).

Schritt zwei: Nehmen Sie, allein oder zusammen mit allen in ihrem Umfeld, die am Bildungsprozess beteiligt sind, einschließlich der Eltern, an einem LV-Workshop teil, um die wertorientierte Atmosphäre, die Sie gern erschaffen möchten, selbst zu erfahren, um die dafür erforderlichen Fertigkeiten zu erlernen und um darüber nachzudenken, wie man Werte zu einem wichtigen Bestandteil der Schulkultur und des Lehrplans machen kann. Sorgen Sie in Ihrer Einrichtung für einen ständigen Austausch über Werte, so dass sie ein Ort wird, an dem bei einer Entscheidungsfindung über, mit und für Schüler und Lehrer Werte die Grundlage bilden.

Schritt drei: Planen Sie sich etwas Zeit ein, in der Sie LV-Stunden integrieren.

Das Kernstück jeder Werte-Einheit bildet eine Unterrichtseinheit, die das grundlegende Verständnis und die emotionalen und sozialen Fähigkeiten erschafft, um diesen Wert zu untersuchen, zu erfahren und auszudrücken. Im Anschluss an die Unterrichtseinheit folgen Ideen für Werteübungen in verschiedenen Fächern. Diese sind als Anregung für weitere Ideen von Lehrern aller Fachrichtungen gedacht, da alle Lehrer der Schule etwas zur Untersuchung von Werten beitragen können. Werteerziehung ist am effektivsten, wenn sie die gesamte Schulgemeinschaft einbezieht und Werte zum festen Bestandteil des gesamten Curriculums werden.

Die Mitarbeiter jeder Bildungseinrichtung, in der Living Values unterrichtet werden soll, müssen nun entscheiden, wie, wann und von wem die Unterrichtseinheit durchgeführt werden soll. Das kann leicht in Schulen umgesetzt werden, die bereits

Klassenstunden oder Extrazeit für demokratiepolitische Bildung zum Erwerb sozialer, demokratischer, moralischer, ethischer und ziviler Führungskompetenzen im Lehrplan einräumen. Schulen ohne solche Zeiträume wird geraten, nach kreativen Lösungen zu suchen, um zumindest in den ersten Monaten zwei Unterrichtsstunden pro Woche ins Zeitraster einzuplanen. Da beispielsweise viele Unterrichtsstunden zu Frieden und Respekt Diskussions- und Schreibübungen enthalten, könnten sie in den Deutsch- oder Fremdsprachenunterricht integriert werden. Die Unterrichtseinheit zu Ehrlichkeit könnte im Geschichtsunterricht eingebaut werden. Die Kooperationsstunden könnten von Sportlehrern unterrichtet werden.

Um die Schüler dafür zu gewinnen, werden entsprechend ihres Alters und Hintergrunds zur Einführung der Werte Frieden und Respekt zwei Unterrichtsstunden pro Woche empfohlen. Das können vielleicht nicht alle Lehrer einrichten, vor allem, wenn nur ein oder wenige Lehrer LV an der Schule einführen. Es macht nichts, wenn sie der Einzige an der Schule sind. Die meisten LV-Lehrer befinden sich in einer ähnlichen Situation. Ihrer Erfahrung nach aber haben ihre Art und ihre Leidenschaft für Werte die erforderliche Zustimmung der Schüler gewonnen.

Wenn zwei Unterrichtsstunden pro Woche in Ihrer Situation möglich sind, bräuchten Sie zwei Monate, um die Einheit Frieden sowie zwei weitere Monate, um die Einheit Respekt durchzunehmen. Die Schule wird es danach wohl einfacher finden, lediglich eine Unterrichtsstunde pro Woche durchzuführen. Das klappt in der Regel auch recht gut, wenn sich die gesamte Lehrerschaft auf den gleichen Wert konzentriert und die Lehrer über die Relevanz dieses Wertes für ihren Teil des Lehrplans sprechen. Planen Sie, vier oder fünf Werte während des gesamten Schuljahrs durchzunehmen.

Wenn sich eine Schule dazu entschließt, Werteerziehung zunächst nur bei einer Altersstufe einzuführen, so fangen Sie am besten bei den Älteren an. Es ist sehr viel besser, wenn jüngere Schüler von den Älteren mitbekommen, was ihnen die Wertearbeit bringt als wenn umgekehrt jüngere Schüler, die an dem LV-Programm teilnehmen, von älteren Schülern, die nicht daran beteiligt sind, gehänselt werden.

Nach Einführung des Programms fängt man am besten jedes neue Schuljahr mit einigen Stunden zum Thema Frieden und Konfliktlösung an. Das stellt sicher, dass die notwendige Motivation und die erforderlichen emotionalen und sozialen Fähigkeiten für eine harmonische Schumatmosphäre wieder aktiviert werden.

Schulversammlung und Lieder

Wenn die gesamte Bildungseinrichtung gleichzeitig an einem Wert arbeitet, eignen sich Schulversammlungen hervorragend, um die Begeisterung aufrecht zu erhalten. Verschiedene Klassen oder Arbeitsgemeinschaften können auf solchen Versammlungen abwechselnd Werte in Form von Schauspielerei, Musik, Kunst, Gedichten usw. präsentieren. Geben Sie ihnen die Möglichkeit, ihre Anliegen in Bezug auf Werte und Anti-Werte sowie die Service- Learning-Projekte, an denen sie beteiligt sind, zum Ausdruck zu bringen.

Empfohlene Reihenfolge der Kapitel

Für jeden Lehrer, für jede Schule und/ oder Bildungseinrichtung ist es wichtig, einen genauen Blick auf die Bedürfnisse der Schüler zu werfen und ein auf sie zugeschnittenes Programm zu entwickeln. Jedoch empfehlen wir immer mit dem Kapitel

Frieden anzufangen und dabei Passagen aus dieser Einheit auszuwählen, die mit dem Themengebiet oder Fach zu tun haben und sie entsprechend anzupassen. Frieden in der Welt ist Schülern in diesem Alter normalerweise ein großes Anliegen, selbst denjenigen, die aggressives Verhalten an den Tag legen. Lehrer, die die Friedenseinheit unterrichten, haben berichtet, dass die Schüler den Inhalt wichtig und interessant finden. Bei Schülern, die vorher oft als „unmotiviert“ galten, lässt ihrer Meinung nach der Widerstand nach. Darüber hinaus empfehlen wir, den Wert Respekt so bald wie möglich nach Abschluss des Wertes Frieden zu behandeln. Hilfreiche Übungen dazu finden Sie in der Einheit Respekt. Lehrer bemerken bei den Schülern sehr schnell eine Zunahme an Motivation, Selbstvertrauen und gegenseitigem Respekt.

Die Stunden zu Frieden und Respekt enthalten wertvolle Übungen zur Stärkung persönlicher und zwischenmenschlicher Fähigkeiten. Die Entspannungs- / und Konzentrationsübungen sowie die Fähigkeit zur Konfliktlösung, die in diesen Unterrichtseinheiten entwickelt werden, sind ebenfalls wichtige Bausteine beim Aufbau einer werteorientierten Atmosphäre. Wenn die Schüler in der Lage sind, ihre eigenen Konflikte friedlich und respektvoll zu lösen, bleibt mehr Zeit für den Unterricht.

Wenn die gesamte Schule das LV-Programm umsetzt, ist es sehr viel einfacher, mit Frieden und Respekt zu beginnen und die ganze Einheit und denselben Wert zur selben Zeit durchzunehmen. Wenn die Lehrer jedoch das LV-Programm unabhängig voneinander umsetzen und keine Extrazeit für Werte-Erziehung im Lehrplan vorgesehen ist, wird es wahrscheinlich leichter und natürlicher, sich auf die Werte zu konzentrieren, die ihrer Fachkenntnis und Intuition nach am besten in ihr Curriculum passen. Hin und wieder über Werte zu reflektieren, zu diskutieren

und dabei die Meinung der Schüler herauszufinden oder direkt einen ausstehenden Konflikt zu bearbeiten, sind wunderbare humanisierende Aspekte von Erziehung.

Wie viel Zeit braucht man, damit die Werte-Erziehung wirksam wird?

LV-interne Untersuchungen, einschließlich Lehrer- Interviews, haben gezeigt, dass Schüler, die 90 Minuten pro Woche LV-Unterricht erhalten hatten, in Bezug auf soziale Fähigkeiten und der Umsetzung der Werte weitaus bessere Ergebnisse erzielten als die Schüler, die nur 45 Minuten pro Woche in LV unterrichtet worden waren. Wenn eine gesamte Schule das LV-Programm umsetzt, können Lehrer auch zwei LV-Stunden pro Woche unterrichten, wohingegen andere die Werte vielleicht eher in den Fachunterricht integrieren. Führt man dieses Programm vier Monate lang durch, oder zumindest so lange, bis eine gewisse Akzeptanz erreicht ist, reicht den Lehrern anschließend vielleicht auch eine Unterrichtsstunde pro Woche, in die sie auch eigene Übungen einbringen. Die ersten vier Monate, die den Einheiten Frieden und Respekt vorbehalten sind, führen dazu, dass die Schüler die Welt durch eine Werte-Brille sehen und soziale und emotionale Fähigkeiten zur Wahrung des Friedens erlernen.

Muss ich jede Übung durchführen?

Nein. Obwohl es gut ist, eine Reihe von Werteübungen einzubeziehen, können Lehrer selbst entscheiden, ob sie einige Übungen weglassen oder stattdessen anderes Material einsetzen. In vielen Unterrichtsstunden sind auf Wunsch vieler Lehrer Fragen und Inhalte genau ausformuliert. Sie haben aber natürlich die Freiheit, die Fragen Ihrem persönlichen Stil, den Bedürfnissen der Schüler, der Kultur und den jeweiligen Umständen anzupassen.

Einbeziehung der Werte in den bestehenden Lehrplan

Alle Lehrer werden ermutigt, die Untersuchung einiger Werte in den bestehenden Lehrplan einzugliedern. Mit ihrer Fachkompetenz wissen Sie am besten selbst, welche vorliegenden Materialien sich für die Werte oder Anti-Werte eignen.

Studien aus dem geschichtlichen oder sozialen Kontext bieten sich für eine Diskussion über Werte besonders an. Sie können z. B. während des Unterrichts an kritischen Punkten innehalten, wenn es um Wahlmöglichkeiten eines Einzelnen oder einer Gruppe geht. Fragen Sie Ihre Schüler: „Was schätzt dieser Einzelne bzw. die Gruppe so, dass er/ sie sich so entschieden hat? Welche Werte verfolgt die andere Gruppe? Was sind die Konsequenzen bei diesem Wert und die Herausforderungen, diesen Wert zu erreichen? Wie wird ein bestimmter Wert bzw. sein Fehlen dargestellt?“

Das Thema Unabhängigkeit im Geschichtsunterricht ist z. B. ein idealer Aufhänger, sich über die Arten der Freiheit Gedanken zu machen, die Menschen anstreben. Fragen Sie: „Haben sie genau diesen Wert auch im Umgang mit anderen Gruppen aufrecht erhalten?“ Lassen Sie die Schüler zunächst bestimmte Werte identifizieren und dann über die Anwendung bzw. die Konsequenzen seines Fehlens diskutieren.

Im Deutsch- und Fremdsprachenunterricht kann der Lehrer Texte auswählen, die zum gerade behandelten Wert passen. Bitten Sie die Schüler, Reaktionen auf den gelesenen Text zu äußern, etwas über den Wert zu schreiben oder zu dichten.

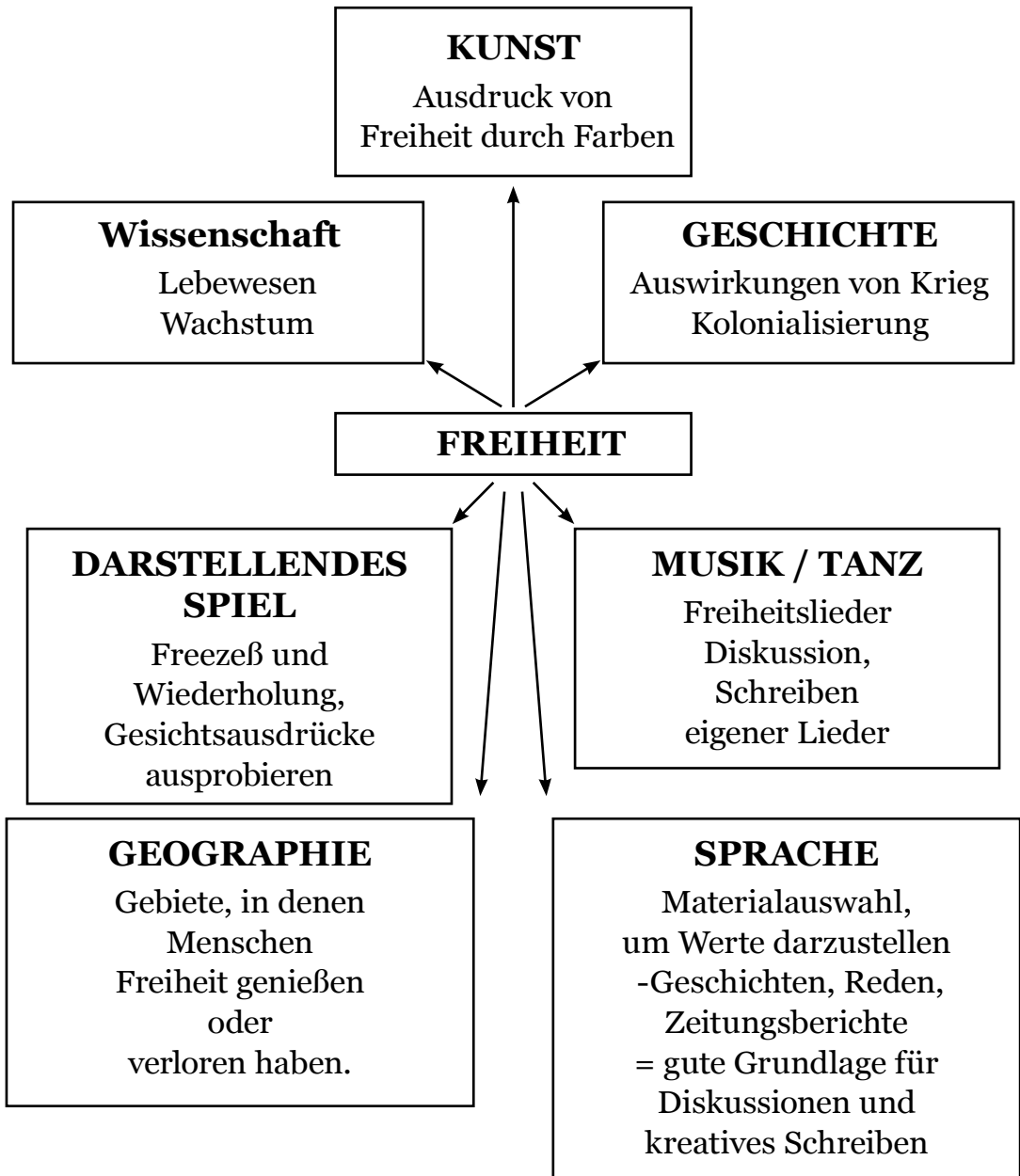
Sie können die Schüler auch Tagebuch schreiben lassen, um eine Brücke zwischen persönlichen Erfahrungen der Schüler und den Erfahrungen der Charaktere bzw. den Themen im Text zu

bauen, oder sie in der Rolle eines der Charaktere versetzen und schreiben lassen, um festzustellen, welche Werte ihr Handeln motiviert.

Das Medium Kunst eignet sich hervorragend dazu, Werte in das Vermitteln von Fähigkeiten zu integrieren. Wählen Sie beim Darstellenden Spiel – also während Sie Schauspiel und Bühnenbild unterrichten – Stücke aus, die etwas mit dem Wert zu tun haben, der gerade im Mittelpunkt steht. Nutzen Sie im Musikunterricht beim Stimmen und Spielen von Instrumenten die Gelegenheit, z. B. den Wert Einheit zu thematisieren. Stellen Sie im Kunstunterricht die Aufgabe, Werte durch Malen, Zeichnen und Bildhauerei darzustellen.

Werte-Webs sind sehr nützlich. Bitten Sie die Lehrer des Werte-Planungs-Teams, den entsprechenden Wert aus dem Blickwinkel der eigenen Kultur und der Fächer, in denen Sie unterrichten zu beleuchten. Hier folgt ein Beispiel für ein Werte-Web zum Thema Freiheit:

Das Wertenet



Akzeptanz durch den Lehrer und eine werteorientierte Atmosphäre

Es gibt Schüler, die sowohl Schule als auch Schulaufgaben ablehnen, und das kann zunächst auch die Werteübungen betreffen. Die Ablehnung mag teilweise am Ärger darüber liegen, sich unzulänglich zu fühlen, nicht gehört und wertgeschätzt zu werden. Da dies jedoch ein erfahrungsorientiertes Programm ist, das viel Raum für Gespräche bietet, ist eine liebe- und respektvolle Atmosphäre in der Klasse, in der sich jeder angenommen fühlt, überaus wichtig. Sie herzustellen mag unter gewissen Umständen schwierig sein, ist unserer Erfahrung nach aber möglich. Die Anfangsübungen zielen genau darauf ab, das Interesse der Schüler zu wecken und sie einzubeziehen. Manchmal schwindet ihr Widerstand, wenn Schüler lernen, ihre Wünsche zu artikulieren. In den LV-Lehrerworkshops lernt man eine Vielfalt an Fähigkeiten zum Aufbau und Erhalt solch einer Atmosphäre kennen.

Anerkennung von Antworten

Eine wesentliche Komponente in den Gesprächsrunden im Rahmen der LV-Übungen ist die Anerkennung und Akzeptanz der Schülerbeiträge. Das mag für Lehrer, die normalerweise Schülerantworten in richtig oder falsch einteilen, eine Herausforderung sein. Während es in den naturwissenschaftlichen Fächern „richtige“ und „falsche“ Antworten gibt, ist die Gefühlsreaktion der Schüler auf Ideen sehr individuell.

Renitente Schüler fordern anfangs sicherlich die Akzeptanz ihrer Antworten heraus und geben atypische Antworten. Bei der Frage nach einer friedvollen Welt, könnte ein Schüler beispielsweise sagen: „In eine friedvolle Welt gehört Krieg.“ Oder als Antwort auf die Frage im Kapitel Glück: „Ich mag es, wenn man mich schrecklich findet.“ Betrachten Sie die Antworten einfach als

Spiegel des Unglücklichseins des Schülers. Nicken Sie genauso respektvoll wie bei den anderen Schülern.

Es reicht zu nicken, aber um Respekt zu vermitteln ist eine verbale Antwort, die die Aussage des Schülers anerkennt und neu formuliert noch effektiver. Sie können auch non-verbal, z. B. durch Nicken, Respekt zeigen, und den Schüler auffordern, noch mehr darüber zu sagen. Dieser verlässliche Respekt von einem Erwachsenen befreit den Schüler aus der Falle, Erwachsene zu beschuldigen, ihn nicht zu verstehen. Durch aktives Zuhören oder, wenn angebracht, Bestätigung der Antworten kann der Schüler seine Gefühle annehmen und anfangen, sie zu verarbeiten. Wenn ein Schüler beispielsweise Waffen in sein Bild einer friedvollen Welt zeichnet und sein Gesicht angespannt wirkt, könnte der Lehrer annehmend, ehrlich und ernsthaft auf ihn eingehen und sagen: „Es muss ganz schön beängstigend sein, wenn es sogar in einer friedvollen Welt Waffen gibt.“

Sie möchten vielleicht auch Ihre eigene positive Antwort formulieren oder Ihr eigenes Gefühl zu bestimmten Punkten der Lektion ausführen, besonders, wenn Schüler an negativen, schädlichen oder diskriminierenden Überzeugungen festhalten. Schüler sind normalerweise neugierig, was ihre Lehrer anbelangt und interessieren sich oft für das Engagement von Lehrern. Wenn ihnen das respektvoll und authentisch vermittelt wird, verschwindet ihr Widerstand und die natürlichen Qualitäten des Schülers kommen allmählich zum Vorschein.

Wenn die Schüler darauf bestehen “schlecht” zu sein

Manchmal bestehen die Schüler darauf, dass sie Destruktivität gut finden und negative Vorbilder bewundern. Wenn das in einer Diskussion vorkommt, dann kann es, je nach Gruppe, besser sein, ein Gespräch unter vier Augen zu führen. Fragen Sie: „Warum bewunderst du diese Person?“, „Was glaubst du möchte diese Person erreichen?“, „Warum?“, „Welcher Wert liegt dahinter?“ Fragen Sie immer weiter nach und kommen Sie der ursprünglichen Intention immer mehr auf die Spur.

Es gibt immer einen positiven Wert oder eine Qualität hinter der ursprünglichen Intention. Wenn das erkannt wurde, kann der Lehrer bestätigen: „Du bewunderst also ...“, und den positiven Wert aufschreiben. Das führt zum Verständnis, dass Menschen sich zwar falsch verhalten, dahinter aber letztlich immer eine gute Absicht steckt. Die Handlung mag nicht gut durchdacht sein, und katastrophale Folgen für andere Menschen haben, aber irgendwo dahinter steckt immer eine gute Absicht. Diesen Weg mit dem Schüler einzuschlagen heißt, ihn dem positiven Wert oder das Ziel anzugleichen. Sie können ihre negative Selbsteinschätzung ändern, wenn sie einen positiven Wert akzeptieren oder sich um etwas kümmern. Wenn Sie diesen Kern positiv stärken, kann der Schüler anfangen, sich selbst anders zu sehen.

Schüler werden in diesem Programm ermutigt nachzudenken, sich Konsequenzen klarzumachen, zu bedenken und emotionales Bewusstsein und Problemlösungsfähigkeiten zu entwickeln. Geben Sie ihnen Zeit und Raum für eigene Erfahrungen und Entscheidungen. Dann werden sie vernünftiger Entscheidungen treffen – und zwar nicht nur unter Aufsicht Erwachsener!

Schüler und Lehrer – Teilen Sie Ihre Übungen mit der ganzen Welt!

Schüler

Normalerweise lassen Schüler gerne andere an ihren Kreationen teilhaben. Schüler der ganzen Welt sind herzlich eingeladen, Gleichaltrigen über die Living Values Homepage ihre Gedanken, Gedichte, Kurzgeschichten, Lieder, Zeichnungen, Aktionen und Erfahrungen mitzuteilen. Ruft dafür auf die Seite www.living-values.net auf und klickt auf “Young Adults Participate.” (Schüler machen mit). Oder schickt eure Gedanken oder Aufnahmen eurer Kunstwerke per e-Mail an ALIVE Mitglieder oder die Living Values Kontaktadresse in eurem Land oder an das internationale Büro von LVE email: lve@livingvalues.net.

Lehrer und Erzieher

Erwachsene, Nutzer des Living Values Education Programms, können uns auch gern ihre Erfahrungen mitteilen. Sie können über die LV-Website ihre Übungen und Ihr Fachwissen mit anderen Pädagogen aus aller Welt austauschen. Oder schicken Sie Ihren Beitrag an das nationale ALIVE Büro oder die LV-Kontaktadresse in Ihrem Land.

Jährliche Evaluation

Ein wichtiger Teil eines jeden Programms ist die Auswertung. Dafür sind Ihre Evaluation des Programms und Ihre Beobachtungen zu Veränderungen bei Schülern sehr wichtig. Bitte fordern Sie unter lve@livingvalues.net einen Evaluationsbogen an oder schicken Sie uns Ihre Anmerkungen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit dem LV-Programm!

Vielen Dank.

ZIELE UND SCHRITTE

Werte in Bezug auf das Selbst

Entwicklung von eigenen emotionalen und sozialen Fähigkeiten

ZIEL 1: Jugendliche in die Wertearbeit einbinden, das Interesse der Jugendlichen für Werte wecken und aufzeigen, dass das Entdecken von Werten wichtig ist

SCHRITTE:

- Diskussion darüber, wie eine bessere Welt aussehen würde und Durchführung von Übungen, in der sie ihre persönlichen Werte entdecken können (Frieden, 1)
- Vorstellung einer friedvollen Welt und Vermittlung der eigenen Ideen (Frieden, 2)

ZIEL 2: Durch den Zugang zur eigenen Kreativität und zu eigenen Ideen erkennen lassen, dass jeder die wichtigsten universellen Werte in sich selbst trägt

SCHRITTE:

- Eine friedvolle Welt visualisieren und eigene Ideen in Bezug auf sich selbst, auf andere und auf die Welt formulieren. (Frieden, 2)
- Eine Stimme für den Frieden entwickeln, indem man sich vorstellt, die Vorschläge aus einer friedvollen Welt zu empfangen. (Frieden, 5)
- Ein Spiel spielen, in dem es um Werte geht, die einem am wichtigsten sind. (Respekt, 3)

- Eine liebevolle Welt visualisieren, Ideen dazu formulieren und darüber sprechen, was die Politiker bzw. Oberhäupter in einer solchen Welt für ihre Bürger tun würden. (Liebe, 1)
- Lieder, Symbole oder Gedichte zusammenstellen, die das Mitgefühl stärken, oder ein Interview mit einer wichtigen Person zu diesem Thema führen. (Liebe, 4)
- Einen Brief an sich selbst schreiben, in dem steht, was man an sich selbst gut findet und was man noch besser machen könnte. Persönliche Ziele aufschreiben. (Liebe, 10)
- An die eigenen Heldenfiguren denken, die Selbstachtung und Demut in sich vereinen. (Demut, 1)
- Den wichtigsten Wert für Kooperation herausfinden. (Kooperation, 12)
- Das Spiel „Juwelen des Glücks“ spielen. (Glück, Sprache/Literatur)
- Darüber sprechen, was man glaubt; mehrere Sätze bilden zu: „Ich glaube ...“, „Ich beanspruche das Recht zu ...“ und „Meine Verantwortung ist ...“. (Verantwortung, 2)
- Ein Symbol, Gedicht oder Bild heraussuchen, das für innere Freiheit steht mit anschließender Diskussion; ein Gedicht über Freiheit bzw. den Gegensatz zwischen Freiheit und Begrenzung schreiben. (Freiheit, 7)
- Gedichte oder Kurzgeschichten mit dem Titel „Ich glaube an Freiheit, weil ...“ schreiben. (Freiheit, 11)

ZIEL 3: Tiefer über die spezielle Bedeutung der einzelnen zwölf Werte nachdenken.

SCHRITTE:

- Über die Reflexionspunkte während der Werte-Stunde nachdenken und sprechen. (Alle Kapitel unter Beachtung der Reflexionspunkte zu Beginn eines jeden Kapitels).

- Eigene Reflexionspunkte überlegen und Reflexionspunkte aus der eigenen Kultur hinzufügen. (Alle Kapitel)

ZIEL 4: Bewusst machen, wie schön es ist, Werte zu erleben, Methoden zum Stressabbau und zum eigenen Wachstum zu entwickeln sowie sich selbst für das Erfahren eines Wertes entscheiden zu können

SCHRITTE:

- Lieder über einen oder mehrere Werte dieses Buches oder auch über andere Werte anhören. (Am besten täglich, alle Kapitel)
- Die Erfahrung von Stille und Frieden während der Konzentrations-/ Entspannungsübungen, z. B. die Übung „friedvoller Stern“ genießen. (Frieden, 4, 6 und 10)
- Darüber sprechen, wie sich Frieden und Friedlosigkeit anfühlen und Gedanken und Handlungen ausfindig machen, die zu Frieden führen. (Frieden, 4)
- Ein Gedicht oder eine Kurzgeschichte über die eigenen friedvollsten Momente schreiben. (Frieden, 5)
- Durch die beiden Konzentrations-/ Entspannungsübungen aus dem Kapitel „Respekt Selbstachtung und Achtung anderen gegenüber“ erfahren. (Respekt, 7 und 8)
- Die Erfahrung machen, sich selbst mit Liebe anzufüllen und anderen Liebe zu senden. (Entspannungsübung im Kapitel Liebe, 4)
- Über Zeiten im eigenen Leben schreiben, in denen man voller Liebe war. (Liebe, 7)
- Eine Liste von Gedanken, die einem das Gefühl geben, liebevoll und kompetent zu sein. (Liebe, 9)
- Die Erfahrung machen, wie sehr Demut in herausfordernden Situationen hilft, leicht, zufrieden und stark zu bleiben. (Demut, 9)
- Darüber sprechen, wie man bei Traurigkeit für sich selbst sorgen kann. (Glück, 8)

- Zehn Glücksprinzipien entwickeln. (Glück, 9)
- Eine Woche lang täglich zehn Minuten für die Hausaufgabe „Einfachheit ist entspannend“ und „Einfachheit heißt, die Dinge nicht zu komplizieren“ einplanen. (Einfachheit, 1)
- Über Einfachheit und einen freien Geist sprechen, eine Entspannungsübung oder einen Slogan zu Einfachheit entwickeln. (Einfachheit, 3)
- Über die Wertschätzung für die kleinen Dinge des Lebens sowie die Rolle von Geduld, Freundschaft und Ermutigung sprechen. Ein Gedicht, Lied oder einen persönlichen Bericht schreiben. Leute aus dem eigenen Umfeld über die einfachen Dinge, die wichtig sind, interviewen. Ein kleines Stück zum Thema: „Wie man das Leben vereinfacht“ entwickeln. (Einfachheit, 5 und 6)
- Über innere Freiheit, befreiende und einschränkende Gedanken sprechen; Die Konzentrations-/ Entspannungsübung zu diesem Thema genießen; über Augenblicke schreiben, in denen die jungen Erwachsenen sich frei fühlen. (Freiheit, 6)

ZIEL 5: Das Bewusstsein für die Freude und das Interesse an Werten verstärken

SCHRITTE:

- Die Geschichte „Der Kaiser und die Blumensamen“ lesen und über einen Moment nachdenken, in dem sie die Ehrlichkeit eines anderen wertgeschätzt und sie selbst Anerkennung auf Grund ihrer Ehrlichkeit erfahren haben. (Ehrlichkeit, 1)
- Über Momente nachdenken und sprechen, in denen sie sich Kooperation wünschten und diese auch erhalten haben, in anderen jedoch nicht; sich Gefühle, Auswirkungen und Qualität beider Situationen bewusst machen. (Kooperation, 1)
- Über glückliche Zeiten in ihrem Leben nachdenken. Werte erkennen, die diesen Zeiten zu Grunde lagen. (Glück, 1)

- Einen Vertrauensspaziergang in Vierergruppen im Bewusstsein der Verantwortung machen; sich innerhalb der Gruppe auf eine Definition für Verantwortung einigen und sie auf die erste Seite eines persönlichen Verantwortungsjournals schreiben. (Verantwortung, 1)
- Über Einfachheit reden und eine einfache Übung machen. (Einfachheit, 1)
- Über Grundsätze der Einheit sprechen und Geschichten und Beobachtungen von Tieren zusammen tragen, die einen ausgeprägten Sinn für Einheit innerhalb der Gruppe haben; in Kleingruppen darüber sprechen, was die Menschheit von diesen Tieren lernen kann. (Einheit, 1)

ZIEL 6: Durch das Erkennen und Umsetzen werteorientierter Handlungen friedvolles, ehrliches und kooperatives Verhalten verstärken.

SCHRITTE:

- Einen kleinen Beitrag für die Verwirklichung einer friedvollen Welt überlegen und praktisch umsetzen. (Frieden, 6)
- Neues Verhalten zum friedvolleren Umgang im Klassenzimmer bestimmen. (Frieden, 6)
- Eine Liste von Handlungen erstellen, die das Gefühl vermitteln, liebevoll und kompetent zu sein. (Liebe, 9)
- Zwei konkrete Schritte auf das persönliche Ziel hin umsetzen. (Liebe, 11)
- Auswirkungen von Unehrlichkeit auf Beziehungen und mangelhafter Integrität auf die eigene Persönlichkeit verstehen. (Ehrlichkeit, 5)
- Sich für Ehrlichkeit einsetzen; Situationskarten zu Ehrlichkeit erstellen, sie in Rollenspielen mit ehrlichen und unehrlichen Reaktionen spielen lassen und ihre jeweilige Wirkung erkennen. (Ehrlichkeit, 8)

- Überlegen, wie man so genannte niedrigere Arbeiten mit Würde erledigen und genießen kann und wie verrichtete Arbeiten in Bezug auf Fähigkeiten oder erlebte Werte bewertet werden können; die Bedeutung jedes einzelnen Menschen verstehen. (Demut, 6)
- Zehn Möglichkeiten der Hilfe aufschreiben; überlegen, wie man zu Hause mehr helfen kann. (Kooperation, 2 und 10)
- Regeln für wahre Kooperation aufstellen. (Kooperation, 10)
- Überlegen, wie man sich selbst, andere und evtl. auch die Natur glücklich machen könnte und damit eine Woche lang experimentieren. (Glück, 6)
- Darüber sprechen, was zu Hause Glück und Leid erschafft, Ideen entwickeln, wie man Geschwistern eine Freude machen kann. (Glück, 14)
- Konkrete Schritte zur Unterstützung von Handlungen auf Grundlage der „Ich glaube an ...“- Aussagen tun. (Verantwortung, 2)
- Einen Plan machen, wie man bei einem Klassenprojekt immer im Bewusstsein der Einheit und gegenseitigen Hilfe bleiben kann; Qualitäten herausfinden, die die Welt verbessern. (Einheit, 6 und 7)

ZIEL 7: Den Selbstrespekt und die Überzeugung stärken, dass „ich etwas bewirken kann“

SCHRITTE:

- Fünf Qualitäten benennen, die man an sich selbst schätzt, und solche, die man an anderen bewundert. (Respekt, 2)
- Über die Gründe für Missachtung sprechen und Ratschläge für einen besseren zwischenmenschlichen Umgang entwickeln. (Respekt, 6)
- Qualitäten, die man an anderen mag und die andere an einem selbst mögen austauschen. Gedanken, Worte und Handlungen

formulieren, die anderen helfen, im Selbstrespekt zu bleiben. (Respekt, 7 und 8)

- Geschichten über positive Veränderungen, die jemand bewirkt hat, sowie kleine alltägliche Dinge benennen, die im Leben eines anderen eine Veränderung zum Guten bewirken können. (Respekt, 12)
- Den Wert Respekt anhand von selbst verfassten oder gelesenen Gedichten und Aufsätzen ergründen. (Respekt – Sprache/Literatur)
- Zehn eigene Qualitäten oder Werte aufschreiben, danach die Wörter einkreisen, die für den eigenen Selbstrespekt wichtig sind und ein persönliches Symbol finden, das die Balance von Selbstrespekt und Demut widerspiegelt. (Demut, 11)
- Andere mehrere Tage lang durch Worte beglücken. (Glück, 2)
- Geschichten über Menschen lesen und erzählen, die durch ihr persönliches Engagement und ihre Verantwortung Gutes bewirkt haben. (Verantwortung, 4)

ZIEL 8: Positive Entscheidungen durch das Abstandnehmen von negativen Verhaltensweisen und das Verständnis für die Funktionsweise von Gefühlen treffen können

SCHRITTE:

- Kognitives Verständnis bewirken, wie Schmerz und Ängste zu Ärger werden können. Durch zwei Beispiele beweisen, dass man diesen Prozess verstanden hat. (Frieden, 9)
- Sich an eine Situation, in der eine Kleinigkeit zu einem Streit führte erinnern. Möglichkeiten besprechen, wie man Ärger beherrschen kann, und wie sich Frieden auf unsere Beziehungen auswirkt. (Frieden, 13)

- Gedanken ausmachen, die Konflikte schüren oder Frieden entstehen lassen. Diese Gedanken für eine Gruppengeschichte verwenden. (Frieden, 14)
- Darüber diskutieren, warum manche Menschen gierig und korrupt sind. (Ehrlichkeit, 4)
- Darüber reden, warum Menschen prahlen. Praktische Übung: Mit etwas, worauf man stolz ist, angeben und über dasselbe noch einmal mit Bescheidenheit und gleichzeitig Selbstvertrauen sprechen. (Demut, 2)
- Darüber sprechen, warum manche Menschen berühmt sein möchten, und Vor- und Nachteile von Ruhm zusammen tragen; besprechen, wie sich die ständige Suche nach Bestätigung von außen auf die eigene Zufriedenheit auswirkt und wie man zufrieden bleiben kann. (Demut, 5)
- Besprechen, welche Probleme durch Überheblichkeit entstehen, welche Gefühle in ihnen hervorgerufen werden können, wenn sie von oben herab behandelt werden, und was Menschen zu diesem Verhalten veranlasst. (Demut, 8)
- Über Gefühle sprechen, die entstehen, wenn andere beleidigend werden oder Lob einheimsen, das ihnen gar nicht zusteht. (Demut, 9)
- Den Wert Glück untersuchen und was es mit den Wünschen auf sich hat; herausfinden, inwiefern der Wert von jemandem an seinem Besitz, Wohlstand und Status gemessen wird. Daraus einen kleinen Sketch machen. (Glück, 5)
- Über Drogenkonsum und die entsprechenden Begleitumstände (einschließlich Gruppendruck) sprechen. Ein Mindmap zu den Auswirkungen von harten Drogen und Drogenfreiheit erstellen. (Glück, 11)
- Verschiedene Arten von Drogenkonsum, die dahinter stehende Suche nach Gefühlen und Werten, die Auswirkungen, krankhaftes Verhalten und gesunde Alternativen, um die gewünschte Erfahrung machen zu können, besprechen. (Glück, 10)

ZIEL 9: Durch die Kenntnis der persönlichen Rechte, das Vertrauen auf die eigene Wahrnehmung, die Achtung der eigenen Meinung und das Nachdenken über die Botschaft, die sie selbst gern vermitteln möchten, dem Gruppendruck widerstehen können

SCHRITTE:

- Verstehen, dass es in Ordnung ist, in Beziehungen Grenzen zu setzen. (Respekt, 12)
- Verstehen, dass Ehrlichkeit nicht bedeutet, allen persönliche Einzelheiten erzählen zu müssen, nur weil man danach gefragt wird. Möglichkeiten überlegen, solche Nachfragen freundlich zurückzuweisen. Darüber diskutieren, wie wichtig es ist, dass Ehrlichkeit und Liebe ausbalanciert werden und dass Grausamkeit unter dem Deckmantel der Ehrlichkeit keine Ehrlichkeit ist. (Ehrlichkeit, 6)
- Besprechen, was Hilfe anderen gegenüber leicht bzw. schwierig macht und wie Kooperation mit Freude, Liebe und Respekt verbunden werden kann. (Kooperation, 3)
- Besprechen, wie wir im Bewusstsein von Werten kooperieren können und unter welchen Umständen Kooperation ethisch nicht zu rechtfertigen ist. Kriterien in Kleingruppen entwickeln. (Kooperation, 8)
- Sich an Diskussionen darüber beteiligen, welche Botschaft hinter bestimmten Werbungen steckt und alternative Botschaften, wie z. B. „Einfachheit ist natürlich.“ in Umlauf setzen. (Einfachheit, 7 und 8)
- Darüber diskutieren, wodurch Entscheidungsfreiheit eingeschränkt werden kann, wie sich Freiheitsverletzungen anfühlen, wie konstruktiv Veränderungen herbeigeführt werden können und wie man die innere Erfahrung von Freiheit und Zufriedenheit stärken kann. Reale Probleme der heutigen

Zeit untersuchen, entsprechende Situationskarten anfertigen und vernünftige und positive Lösungsmöglichkeiten bzw. Ratschläge an diejenigen, die die Freiheit anderer verletzen, überlegen. (Freiheit, 10)

ZIEL 10: Positive Selbstgespräche, zielsetzendes Verhalten und Verantwortungsgefühl stärken

SCHRITTE:

- Persönliche Ziele, Verhaltensweisen und Methoden aufschreiben, die einem dabei helfen, diese Ziele zu erreichen. (Liebe, 11)
- Darüber sprechen, was das Erreichen persönlicher Ziele verhindert; die vorgeschlagene, überprüfbare Definition von Liebe verstehen. Einen kleinen Sketch über typische förderliche und hinderliche Verhaltensweisen entwickeln. (Liebe, 1)
- Sich eine andere Bedeutung von Toleranz – das Aushalten von Schwierigkeiten – bewusst machen und austauschen, was man sich selbst in einer schwierigen Situation sagen kann. (Toleranz – Sprache/Literatur)
- Über die Methode des Selbstgesprächs sprechen, sich über er- und entmutigende Affirmationen und ihre Auswirkung auf die Motivation klar werden. Sich Herausforderungen stellen und sich aufbauende Affirmationen überlegen, wenn das ursprüngliche Selbstgespräch entmutigend ist. Ein „Stärkungsheft“ anlegen, in dem einige der eigenen wirkungsvollsten Ermutigungen oder aufbauenden Gedanken festgehalten werden. (Glück, 3, 4 und 13)
- Über Glück sprechen bzgl. des eigenen Lebenssinnes und der Ziele, für die man sein Bestes gibt. (Glück, 12)
- Besprechen, wie man als Kind Verantwortung lernt, wie man Kindern Verantwortung vermitteln könnte und wie man

sich fühlt, wenn sich andere verantwortungslos verhalten. Überlegen, wie man sich in die eigene Familie einbringt und auf welche Beiträge man stolz ist. (Verantwortung, 5)

- Über Gefühle sprechen, wenn Verantwortlichkeiten erfüllt werden bzw. wenn es schwer fällt, sie zu erfüllen. In Kleingruppen Taten oder Gedanken herausfinden, mit denen man sich gesünder und besser fühlt. Diese Ergebnisse den anderen in einem Sketch vorführen. (Verantwortung, 7)
- Sich über seine Verantwortung als Schüler klar werden; ein Fach auswählen, in dem man sich verbessern will. Sich selbst einschätzen und klar definierte praktische und überprüfbare Lernschritte auf das Ziel hin festlegen. (Verantwortung, 8)
- Vier Schritte erarbeiten, die für den konstruktiven Umgang mit einem Fehler nötig sind. Einen Aufsatz schreiben, in dem diese Schritte auf eine Situation angewandt werden, die die Schüler gerne verändern möchten. (Verantwortung, 9)
- Ein Bild malen, das die eigene Überzeugung darstellt und darunter zwei neue Wege der eigenen Verantwortungsbereitschaft schreiben oder einen Sketch entwickeln zum Thema Verantwortungslosigkeit und Verantwortungsbewusstsein. (Verantwortung, 15)
- Sich die Auswirkungen falsch verstandener Freiheit, der Erlaubnis zu tun, was, wann und mit wem ich möchte, klar machen. (Freiheit, 1 und 8)
- In Kleingruppen Freiheiten und Pflichten von Jugendlichen in Verbindung mit Vertrauen und die altersgemäße Zunahme von Freiheiten und Pflichten besprechen. (Freiheit, 9)

ZIEL 11: Eigene Ideen und Gefühle in Bezug auf Werte durch künstlerische Arbeiten kreativ fördern und ausdrücken

SCHRITTE:

- Werte durch Malen, Tanz und Theater künstlerisch ausdrücken. (Alle Kapitel – Sie finden Ideen in den einzelnen Fächern Kunst, Musik und Tanz in jedem Kapitel. Theaterspiel wird nicht immer extra aufgeführt, eignet sich aber für alle Werte)
- Friedens-Slogans und Friedens-Plakate kreieren. Kontrast-Gedichte schreiben. Ein Kontrastbild mit beruhigenden und aggressiven Farben malen, ihre Botschaft an die Welt künstlerisch ausdrücken. (Frieden, Übungen)
- Eine Maske bauen, sich einen Sketch oder Slogans ausdenken, die verdeutlichen, dass man etwas bewirken kann. Einen Ich-Baum gestalten. (Respekt, Übungen)
- Ein Bild zeichnen, das Liebe symbolisiert. Ein abstraktes Bild malen, welches Gefühle von Minderwertigkeit - oder Ärger - und Liebe kontrastiert. Eine Collage anfertigen und Eigenschafts- oder Wertekarten herstellen, die man mit anderen austauschen kann. (Liebe, Übungen)
- In einem Lied oder Gedicht die Menschheitsfamilie als Regenbogen darstellen. Toleranz in Verbindung mit einem weiteren Wert malen, zeichnen oder tanzen. (Toleranz, Übungen)
- Gier und Fairness malen. (Demut, Übungen)
- In Form eines Liedes oder Gedichts, denen, die anderen mit ihren Qualitäten helfen, Wertschätzung zum Ausdruck bringen. Einen Slogan malen oder zeichnen. (Kooperation, Übungen)
- Ein Gedicht oder einen Song schreiben, Glück und Zurückweisung farblich in einer Zeichnung oder Collage kontrastieren. Ein Werte-Medaillon malen, das Glück bringt. (Glück, Übungen)
- Eine „Ich glaube an ...“- Aussage ausschmücken. (Verantwortung, Übungen)

- Verschiedene Arten von Freiheit für alle Menschen künstlerisch darstellen – später ergänzt durch ihre Pflichten. (Freiheit, Übungen)

Werte in Bezug auf die anderen

Entwicklung von
Kommunikationsfähigkeiten

ZIEL 12: Das Bewusstsein und die Sensibilität für die Auswirkungen negativen Verhaltens schärfen, um negatives Sozialverhalten zu verringern und alternatives positives Sozialverhalten auszubilden

SCHRITTE:

- Über Gefühle sprechen, wenn sich Menschen gegenseitig bekämpfen und verletzen. (Frieden, 6 und 7)
- Über Fragen von Achtung und Missachtung sprechen und die Gefühle, die sie auslösen. (Respekt, 5)
- Gefühle äußern, die auftauchen, wenn jemand diskriminiert wird. Einen Aufsatz schreiben oder ein Bild malen, in dem Ausgrenzung und Integration kontrastiert werden. (Toleranz, 11)
- In kleinen Sketchen das Thema Ehrlichkeit und Unehrlichkeit darstellen und Auswirkungen auf das Leben anderer. (Ehrlichkeit, 2)
- Die Auswirkung arroganten Verhaltens auf andere Menschen thematisieren. (Demut, 1)
- Über Demut und Liebe bzw. Überheblichkeit und Mangel an Liebe sprechen, dabei reflektieren, wie Überheblichkeit die Rechte eines anderen verletzen kann. (Demut, 4)
- Über das Bedürfnis und viele verschiedene Methoden sprechen, andere zu provozieren oder zu kontrollieren; sich klarmachen,

- welche Gefühle entstehen, v. A. wenn Verhaltensweisen als unangebracht oder aufdringlich empfunden werden. (Demut, 7)
- Gemeinsam überlegen, mit welchen Worten Menschen andere glücklich oder unglücklich machen, was sie gerne und was sie nicht gerne hören, welche Aussagen Schaden anrichten, welche Rolle Aufrichtigkeit spielt und was die Schüler gern von ihren Eltern hören möchten. (Glück, 2)
 - Sich über Gefühle bei Ausgrenzung klarwerden und Möglichkeiten entwickeln, andere einzubeziehen. (Glück, 7)

ZIEL 13: Positive soziale Fähigkeiten durch das Verständnis der Bedeutung gelebter Werte und das Lernen kommunikativer Fähigkeiten entwickeln

SCHRITTE:

- Üben, anderen mit Liebe zuzuhören. (Liebe, 6)
- Planen und Entwickeln eines Umfelds der Akzeptanz an der Schule. Eine Atmosphäre schaffen, in der sich jeder zugehörig fühlt. (Liebe, 4)
- Darüber sprechen, unter welchen Umständen es kein Vertrauensmissbrauch ist, verantwortlichen Erwachsenen über die Vorhaben eines Freundes zu berichten, inwiefern Selbstmord ein Schrei nach Liebe ist und wie man helfen kann. (Liebe, 8)
- Darüber sprechen, wie man innerhalb der Familie seine Liebe zum Ausdruck bringen kann. Einige Zeilen der Wertschätzung schreiben; sich zu Hause liebevoll verhalten. (Liebe, 10 und 12)
- Über Unehrlichkeit und Vertrauen in Beziehungen sprechen. Vertrauensbildende Verhaltensweisen in einer gemalten „Vertrauenswand“ eintragen. (Ehrlichkeit, 7)
- Kommunikationstechniken besprechen und üben, wenn man eine Handlung bereut. (Ehrlichkeit, 8)

- Über die Auswirkungen von Gruppendruck und Hilfen dagegen sprechen. (Ehrlichkeit, 9)
- Andere akzeptieren und wertschätzen, ohne sich selbst kleinzumachen. (Demut, 3 und 4)
- Jeden Tag eine gute Tat! – aus eigenem Antrieb und ohne Erwartungen (eine Woche lang). (Ehrlichkeit, 5)
- Kommunikationstechniken überlegen und einüben, die bestimmt und doch freundlich wirken, für den Fall, dass sich jemand aufdringlich und unangemessen verhält. Übung dieser Methode in der Klasse. (Demut, 7)
- Mit Demut und Selbstrespekt zuhören, wenn andere die gesamte Aufmerksamkeit bekommen. (Demut, 10)
- Sich darüber verständigen, welche Kommunikationsmethoden Zusammenarbeit erleichtern oder behindern. „Richtlinien für eine gelungene Kommunikation“ erarbeiten. (Kooperation, 5 und 6)
- Über Kooperation im eigenen Zuhause sprechen und schreiben. (Kooperation, 9)
- Bei einem Klassenprojekt unter Anwendung der „Richtlinien für gelungene Kooperation“ zusammenarbeiten. (Kooperation, 11)
- Über Gefühle bei verantwortungslosem Verhalten anderer sprechen und wie man statt wütender Angriffe mit einer „Ich-Botschaft“ reagieren kann. Situationskarten entwerfen und in Rollenspielen angemessene, positive Lösungen finden. (Verantwortung, 10)
- Richtlinien zu Rechten und Pflichten von Eltern sowie Rechten und Pflichten von Kindern unter Bezugnahme auf die UN-Kinderrechtskonvention formulieren. Über Elternschaft – das optimale Alter und wichtige Vorbereitungen dafür - sprechen. (Verantwortung, 6)
- Über Respekt und Kommunikationstechniken reden, die Einheit erschaffen und als Gruppe ein Bild zum Gefühl der Einheit malen. (Einheit, 4)

- Die verschiedenen Fähigkeiten besprechen, die für Einheit und das Überwinden von Hindernissen gebraucht werden. (Einheit, 6)

ZIEL 14: Positive, friedvolle Methoden im Umgang mit Konflikten ausbilden, einschließlich der Konfliktlösung

SCHRITTE:

- Eine Methode der Konfliktlösung erlernen: die einzelnen Schritte lernen, bereit sein zum Zuhören und an den Übungen teilnehmen. (Frieden, 8, 10 und 11)
- Die Wichtigkeit des Zuhörens verstehen. Blockaden und Hindernisse bewusst machen. Abwechselnd sprechen, zuhören und beobachten. (Frieden, 10)
- Mehr Sensibilität für die Entstehung von Konflikten entwickeln, indem man ihre wirkliche Ursache erkennt (als Konfliktprävention, zur Konfliktreduktion). (Frieden, 13)
- Alternative Denkstrategien durch Lösungsorientierung entwickeln. (Frieden, 9)
- Mit dem Konzept vertraut machen, unser Selbstbild nicht von negativen Fremdbildern bestimmen zu lassen und negativen Denkmustern keinen Raum zu geben. Kommunikationsmöglichkeiten, wenn sich andere negativ ausdrücken. (Respekt, 9)
- Über Konflikte sprechen, die durch mangelnde Kommunikation oder unterschiedliche Betrachtungsweisen ausgelöst werden. (Respekt, 10)
- Die Werte Frieden und Respekt sowie entsprechende Kommunikationstechniken auf die Belange der Schüler anwenden. Das kann durch Diskussionen und Rollenspiele auf Grundlage von Situationskarten geschehen. (Respekt, 11)
- Besprechen, wie man anderen in einer schwierigen Situation Grenzen setzen und gleichzeitig in einem Zustand inneren Friedens und Selbstrespekts bleiben kann. (Respekt, 12)

- Sich den Anfang von Konflikten klarmachen; überlegen, was eine liebevolle Einstellung bewirken kann und wie sich der Konfliktausgang ändern würde. Im Rollenspiel erproben, wie sich das Konfliktpotenzial dadurch verringern ließe. (Liebe, 8)
- Überlegen, wozu falsch verstandene Freiheit führt, wenn ich denke, in kann tun, was, wann und mit wem ich will. Ratschläge an die erarbeiten, die Freiheit missbrauchen; diese Vorschläge in einem Rollenspiel zu einer speziellen Situation anbringen, ihre Kommunikation analysieren, um eine positive, klare Methode zu finden, die sowohl emotional als auch intellektuell gut ankommt. Sich Gedanken machen, wann es wichtig ist, etwas zu sagen und wann besser nicht. (Freiheit, 8)
- Konflikte lösen und dabei das Wohl aller im Auge haben. (Freiheit, Abschnitt „bei Bedarf“)

ZIEL 15: Toleranz verstärken und Wertschätzung für andere Kulturen entwickeln bzw. erhöhen

SCHRITTE:

- Über Toleranz und den Zusammenhang von extremer Intoleranz und Krieg, Weltfrieden und Toleranz, persönlichem Frieden und Toleranz sprechen. (Toleranz, 1)
- Die Andersartigkeit anderer wertschätzen. Sich mit einem Mitschüler auf die Vertrauensübung „in deinen Mokassins gehen“ einlassen. (Toleranz, 2)
- Durch Zusammentragen aktueller Meldungen die Achtsamkeit toleranten und intoleranten Akten gegenüber erhöhen; gemeinsam eine Collage zu Toleranz herstellen; intolerante Akte auf einer Landkarte einzeichnen. (Toleranz, 3)
- Mehr Kenntnisse über andere Kulturen erwerben, sie mehr wertschätzen lernen und darüber sprechen, welche Werte anderen Kulturen wichtig sind; austauschen, was die Schüler an einer anderen Kultur wertschätzen. (Toleranz, 4 – 8)

- Sich darüber verständigen, wie mangelnde Liebe zu mangelnder Toleranz führen kann und wie und warum Menschen andere diskriminieren. (Toleranz, 9)
- Ein Plädoyer für Toleranz an die Welt verfassen und Vorsätze für sich selbst formulieren, anderen mit mehr Toleranz zu begegnen. (Toleranz, 12)
- Über Intoleranz sprechen und die Möglichkeiten aufzeigen, bei diskriminierenden Bemerkungen bestimmt und positiv zugleich kommunizieren zu können; wohlwollende aber bestimmte Antworten auf diskriminierende Aussagen mit der ganzen Klasse erarbeiten. (Toleranz, 13 und 14)
- Die Ureinwohner verschiedener Länder und deren Weisheiten erforschen. (Einfachheit, 2)
- Besprechen, dass Einheit gegen die Menschheitsfeinde Armut und Krieg Individuen braucht, die Menschheit als ihre Familie betrachten, weltweite Probleme, sowie die Anti-Werte, die dahinter stecken, herauskristallisieren und eine innere Haltung entwickeln, die auf Werten beruht und eine positive Richtung bei der Problemlösung vorgeben. Slogans dafür ausdenken. (Einheit, 3)

Werte, Gesellschaft und die Welt

Für ein respektvolles, vertrauenswürdiges und entschlossenes Engagement der Gesellschaft.

ZIEL 16: Über die praktische Bedeutung von Werten für die Gesellschaft und die Welt nachdenken

SCHRITTE:

- Die Unterschiede zwischen einer friedvollen und einer konfliktreichen Welt im Gespräch und mittels einer Mindmap klären. (Frieden, 3)
- Über die Ursachen für Krieg nachdenken. (Frieden, 7)
- Einen Erwachsenen zu Krieg und möglichen Alternativen befragen. (Frieden, 12)
- Unterschiedliche Auswirkungen zu Achtung und Missachtung mit Hilfe einer Mindmap und in gemeinsamen Gesprächen herausarbeiten. (Respekt, 1 und 2)
- Die Beziehung zwischen sozialen bzw. globalen Problemen und Anti-Werten verstehen, indem sie bei Problemen, die sie interessieren, die entsprechenden Anti-Werte heraus finden. (Respekt, 4)
- Die Bedeutung von Werten verstehen, indem man die Werte bestimmt, die bei der Lösung eines bestimmten globalen Problems helfen würden. (Respekt, 4)
- Das „Gesetz“ der Liebe mit seinen Regeln einem anderen „Gesetz“ der heutigen Gesellschaft mit seinen Regeln gegenüber stellen; die jeweiligen Auswirkungen mit Hilfe von Mindmaps untersuchen. (Liebe, 2)
- Die in ihren Mindmaps verzeichneten Auswirkungen analysieren, in eine Werte-Skala eintragen und über universelle Liebe und Mitgefühl sprechen. (Liebe, 3)
- Über Führungspersönlichkeiten in der Welt sprechen, die für ihre Demut bekannt sind, sowie über historische Ereignisse, die diese Menschen zu ihrem Handeln inspiriert haben. (Demut, Geschichte/ Sozialkunde)

- Sich in die Rolle von Wissenschaftlern versetzen und über ihre Absichten sprechen. (Demut, Naturwissenschaft)
- Diskussion darüber, was wäre, wenn in einer Gesellschaft, einem Staat, einem Land oder der Welt Geschäftsleute und Politiker Bedürfnisse und Probleme gemeinsam angehen würden; überlegen, wo in der Welt mehr Kooperation benötigt wird, und dann an Hand eines Beispiels aufzeigen, wie Kooperation zur Lösung beitragen würde. (Kooperation, 4)
- Aufzeigen, auf welche gemeinsamen Ziele sich Wissenschaftler der ganzen Welt verständigen könnten. (Einheit, Naturwissenschaft)
- Ein Mindmap zu Kooperation und deren Gegenteil erstellen, um die Auswirkungen auf den Menschen, die Geschäftswelt, Gesellschaft und Regierung zu verdeutlichen. (Kooperation, 7)
- Überlegen, wie Wissenschaftler globale Kommunikationsnetzwerke nutzen könnten, um den eigentlichen Zweck der Wissenschaft voran zu bringen. (Kooperation, Naturwissenschaft)
- Darüber diskutieren, warum Prioritäten im Leben falsch verteilt sind und das Glück stetig abnimmt, wenn sich alles - auf Kosten der Charakterentwicklung - auf sozioökonomische Faktoren konzentriert; sich klarmachen, wie Werte Menschen dabei helfen, Prioritäten zu setzen und zum richtigen Zeitpunkt aktiv das Richtige zu tun; für ein ausgewähltes Beispiel eine konkrete werteorientierte Maßnahme überlegen und ergreifen. (Glück, 15)
- Sich gemeinsam fragen, ob es Ziel der Wissenschaft ist, die Menschheit glücklicher zu machen und Möglichkeiten aufzeigen, wie Wissenschaft zum Glück der Menschheit beitragen könnte. (Glück, Naturwissenschaft)
- Über vermeidbare technische Missgeschicke bei entsprechender Verantwortung sprechen; Überlegen, welche Art von Wissenschaftler sie selbst gerne wären. (Verantwortung, Naturwissenschaft)

- Über allgemeine Vorstellungen von Freiheit diskutieren. Eine Zeitepoche aus der Landesgeschichte auswählen und untersuchen, welche Rechte den Menschen verweigert wurden, welche Freiheiten, die sie forderten und welchen Nutzen die Gruppe, die den Menschen diese Freiheiten verweigerte, daraus zog. Einen Sketch über Freiheit entwickeln. (Freiheit, 1)
- In den Vorführungen sowohl die Einschränkungen derjenigen, die ihrer Freiheit beraubt wurden, als auch die ihrer Unterdrücker darstellen. (Freiheit, 2)
- In Kleingruppen überlegen, ob und welche der bereits aufgelisteten Freiheiten die Freiheit anderer verletzt. (Freiheit, 3)
- Ihrer Präsentation eine Liste von Pflichten hinzufügen, die die Rechte bzw. Freiheiten jeweils ausgleichen. (Freiheit, 5)
- Ein gemeinsames Klassenziel oder –projekt wählen, um die Schule, Gemeinde oder Welt dem näher zu bringen, was sich die Schüler wünschen. Ein Aktionsplan, stets im Geiste der Einheit und der Zugehörigkeit erstellen und durchführen. (Einheit, 5)

ZIEL 17: Methoden und Gründe der Verbreitung von Intoleranz verstehen und die Fähigkeit stärken, diskriminierende und täuschende Botschaften zu erkennen.

SCHRITTE:

- Verschiedene Konflikte der Gegenwart und Vergangenheit untersuchen, die auf Intoleranz zurückzuführen sind. Faktoren klären, die zum Ausbruch von Intoleranz führen. Die Anti-Werte hinter jeder Situation herausfinden und präventive Lösungswege finden. (Toleranz, Geschichte/Sozialkunde)
- Darüber diskutieren, wie das Schüren von Ängsten über eine Verknappung der Mittel Intoleranz Vorschub leistet. Den Zusammenhang zwischen diskriminierenden Arbeitspraktiken und finanziellen Gewinnen herausarbeiten. (Toleranz, Wirtschaft)

- Geschichtliche Beispiele für den Überlegenheitsanspruch einer Führungspersönlichkeit einer politischen Partei, einer Rasse oder eines Stammes, für zunehmenden Nationalismus bei Verletzung der Menschenrechte anderer sammeln. (Demut, Geschichte/Sozialkunde)

ZIEL 18: Die Auswirkungen von Korruption auf die Gesellschaft verdeutlichen und ein Bewusstsein und die Motivation für soziale Gerechtigkeit und Verantwortung entwickeln.

SCHRITTE:

- Geschichten über Ehrlichkeit und Korruption und ihre jeweilige Wirkung erzählen. (Ehrlichkeit, 3)
- Einen kleinen Sketch zum Thema Ehrlichkeit und Fairness versus Korruption und Gier, eingebettet in die geschichtliche Epoche, die gerade im Unterricht durchgenommen wird, entwickeln und spielen und dabei die wirtschaftlichen und sozialen Auswirkungen auf die damaligen Menschen erkunden. (Ehrlichkeit, Geschichte/Sozialkunde)
- Anhand von Beispielen aus dem Geschichtsunterricht das Verhältnis zwischen Gier, Korruption und Missachtung der Menschenrechte untersuchen. (Ehrlichkeit, Geschichte/Sozialkunde)
- Anhand eines selbst entwickelten Sketches über Ehrlichkeit und Unehrlichkeit in der Finanzwelt die wirtschaftlichen und sozialen Folgen für die Betroffenen besprechen. (Ehrlichkeit, Wirtschaft)
- Die Frage zur Diskussion stellen, ob die Schüler als Unternehmer Ehrlichkeit für möglich halten und von ihrem Geschäftspartner Ehrlichkeit erwarten würden. (Ehrlichkeit, Wirtschaft)
- Beispiele von Ländern suchen, die sich für Menschenrechte und die Erfüllung der Grundbedürfnisse ihrer Bevölkerung einsetzen, und sie mit Ländern mit privilegierten Minderheiten

im Hinblick auf das Vorkommen von Bürgerkriegen und sozialen Unruhen vergleichen. (Glück, Geschichte/Sozialkunde)

- Sich in Kleingruppen über Veränderungen, von denen die Weltbevölkerung profitieren würde, soziale und moralische Verantwortung und die Formulierung von „Leitlinien für die Pflichten eines Weltbürgers“ Gedanken machen. (Verantwortung, 11)
- „Rechte eines Weltbürgers“ mit seinen „Pflichten“ vergleichen; überlegen, ob eine der Pflichten verändert werden sollte, damit alle Menschen diese Rechte in Anspruch nehmen können. (Verantwortung, 12)
- Nach alltäglichen Beispielen von Menschen suchen, die Rechte erworben haben, verantwortungsbewusstes Handeln an den Tag legen und sich für eine bessere Welt einsetzen; darüber diskutieren, inwiefern ein verantwortungsbewusster Mensch seine Aufgaben mit Integrität und Entschlossenheit ausführt. Ein kleines, umsetzbares Klassenprojekt planen. (Verantwortung, 13)
- Sich darüber klarwerden, dass viele Fehlentwicklungen in der Geschichte auf Selbstsucht, Gier oder dem Machtstreben von Menschen beruhen; sich fragen, ob Betrug mit Moral bzw. persönlichen, familiären oder sozialen Zielen vereinbar ist. (Verantwortung, 14)
- Zwei Regierungsformen für eine Gesellschaft mit friedlichen, verantwortungsvollen Bürgern konzipieren. Die eine verfolgt das Gesetz der Ämter- und Machtanhäufung, die zweite vereint ein Gleichgewicht von Gesetz und Liebe sowie die Achtung der Menschenrechte aller Bürger. Gemeinsam überlegen, worin sich die Gesellschaften unterscheiden und welche Auswirkungen sich jeweils für die Bürger und die Welt insgesamt ergeben. (Verantwortung, Geschichte/ Soziologie)
- Diskutieren, ob der Wert Einfachheit den Graben zwischen arm und reich schließen kann. (Einfachheit, 8)
- Über Freiheit unter Berücksichtigung von Themen aus dem

Lehrplan diskutieren und dabei Rechte und Freiheiten, Unterdrückung und Unterdrückungsmethoden reflektieren. (Freiheit, Geschichte/Soziologie)

- Sich über weltweite Konfliktherde, wie Bürgerkrieg, ethnische Konflikte, Armut, Hunger und Missachtung der Menschenrechte verständigen. Eine Liste der dringlichsten Probleme und Bedürfnisse in der Welt erstellen. In Kleingruppen je ein Problem auswählen und entsprechende Lösungen entwickeln. Danach überlegen, welche gesellschaftlichen Gruppen in Einheit eine Lösung erarbeiten können. Präsentieren der Ergebnisse. (Einheit, 2)

ZIEL 19: Umweltbewusstsein und ökologische Verantwortung entwickeln oder erhöhen.

SCHRITTE:

- Zehn umweltbewusste Verhaltensweisen überlegen, durch die man Respekt für die Umwelt zeigen kann. (Respekt, Naturwissenschaft)
- Von Ureinwohnern und Naturvölkern den respektvollen Umgang mit der Mutter Erde lernen; sich darüber verständigen, dass Einfachheit bedeutet, von der Erde zu lernen und mit Blick auf zukünftige Generationen die natürlichen Ressourcen weise zu nutzen. (Einfachheit, 2 - für eine oder mehrere Wochen)
- Einfachheit als Vorläufer für nachhaltige Entwicklung untersuchen; die Bedürfnisse unseres Planeten erforschen; über das Thema Ökologie sowie Ideen für Erhaltung und Erneuerung diskutieren. Einen Aktionsplan für ein oder mehrere Projekte an der Schule, zu Hause oder in der Gemeinde erstellen. (Einfachheit, 4 für eine Woche oder länger)
- Darüber sprechen, wie durch Einfachheit Verschwendung vermieden werden kann; sich die Konsequenzen von Abfallver-

meidung und -beseitigung für die Umwelt klarmachen und verstehen, wie unsere Liebe für die Umwelt hilft, Wünsche gegen Notwendigkeiten abzuwägen. (Einfachheit, 4)

- Solarenergie erforschen. (Einfachheit, Naturwissenschaft)
- Ein einfaches und effektives Umweltprojekt samt Kosten-Nutzen-Rechnung - im Vergleich zu den Normalkosten konzipieren. (Einfachheit, Wirtschaft)

ZIEL 20: Werte in Bezug auf Institutionen der Gesellschaft und der Welt erfahren.

SCHRITTE:

- Untersuchen, wie Frieden durch Kunst ausgedrückt wird und wie sich große Organisationen für Frieden einsetzen. (Frieden, Geschichte/Sozialkunde)
- Sich mit dem „Weltentwicklungsbericht des Entwicklungsprogramms der Vereinten Nationen“ (Human Development Report) beschäftigen. (Frieden, Wirtschaft)
- Die Politik der Welthandelsorganisation (WTO) untersuchen: in Kleingruppen Methoden herausfinden, die die Kooperation zwischen Regierungen, Wirtschaft und Nichtregierungsorganisationen verbessern sollen, wenn es um den Umweltschutz und die Überwindung der Kluft zwischen arm und reich geht. Entwicklung von Leitlinien für Kooperation. (Kooperation, Wirtschaft)
- Das Thema Verantwortung bearbeiten, indem man verschiedene Führungsämter, den öffentlichen Dienst, die Funktionsweise von Verbänden oder den Inhalt der Kinderrechtskonvention betrachtet. (Verantwortung, Geschichte/Sozialkunde)
- Sich mit der „Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte“ beschäftigen. (Freiheit, 3)

FRIEDEN



Frieden beginnt in jedem von uns.

KAPITEL 1 - FRIEDEN

Reflexionspunkte	94
------------------------	----

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde	Meine Werte	95
2. Stunde	Vorstellung einer friedvollen Welt	98
3. Stunde	Friedvolle Welt vs.konfliktreiche Welt	100
4. Stunde	Wie fühlt man sich ohne Frieden, wie fühlt man sich mit Frieden?	101
5. Stunde	Ratschlag aus einer friedvollen Welt	103
6. Stunde	Für mehr Frieden an der Schule	104
7. Stunde	Arme sind zum Umarmen da	106
8. Stunde	Konfliktlösung	111
9. Stunde	Konfliktlösung – Was wir mögen und was nicht ...	114
10. Stunde	Aktives Zuhören und Konfliktlösung	115
11. Stunde	Konfliktlösung – Mitschüler als Vermittler	119
12. Stunde	Interviews	120
13. Stunde	Der Ursprung	121
14. Stunde	Gegensätze und Lösungen	123
15. Stunde	Helden unserer Zeit	124

Themenbereiche

Sprache/ Literatur	124
Geschichte/ Sozialkunde	126
Wirtschaft	126
Wissenschaft	127
Kunst	127
Musik	129
Das eigene Zuhause	129
Persönliche Entwicklung	130
Stressminderung	130
Sport/ Tanz	131

Reflexionspunkte zum Thema Frieden

- ◆ Frieden ist mehr als die Abwesenheit von Krieg.
- ◆ Durch Gewaltlosigkeit, Akzeptanz, Gerechtigkeit und Kommunikation wächst der Frieden in der Welt.
- ◆ Frieden entsteht in jedem von uns.
- ◆ Wenn jeder in der Welt friedvoll wäre, dann wäre dies eine friedvolle Welt.
- ◆ Die Authentizität einer Handlung hängt von der Authentizität der Person ab.
- ◆ Frieden ist ein ruhiger und entspannter Geisteszustand.
- ◆ Frieden bedeutet innere Stille, die mit der Kraft der Wahrheit angefüllt ist.
- ◆ Frieden besteht aus reinen Gedanken, reinen Gefühlen und reinen Wünschen.
- ◆ Frieden ist eine gute Energie.
- ◆ Um friedvoll zu bleiben, braucht man Mitgefühl und Stärke.
- ◆ Gelassenheit heißt nicht, dass kein Chaos herrscht, sondern bedeutet, auch mitten im Chaos den Frieden zu wahren.
- ◆ Frieden ist das Hauptmerkmal einer „zivilisierten Gesellschaft“.
- ◆ „Frieden muss zuerst in jedem von uns entstehen.

Allgemeines

Frieden ist oft der erste Wert, der im Unterricht eingeführt wird. Wenn die ganze Schule an dem Werte-Programm teilnimmt, könnte eine große Versammlung zum Thema Frieden veranstaltet werden.

Lieder erschaffen eine besondere Atmosphäre, in der ein Wert erfahren werden kann. Das Werte-Planungs-Team könnte

täglich zu jedem Themenbereich ein Lied auswählen. (In diesem Team können sowohl Lehrer als auch Schüler mitwirken.) Wählen Sie Lieder aus, die die Schüler ansprechen und altersgemäß sind. „Imagine“ von John Lennon, „We are the World“ von Us for Africa und „Heal the World“ von Michael Jackson werden stets gern für ältere Schüler ausgesucht. Sie können auch die Schüler dazu auffordern, Lieder, die zum Thema passen, mitzubringen. Es gibt auch Schüler, die gerne traditionelle Lieder lernen.

Unterrichtsstunden zum Thema Frieden

1. STUNDE

Meine Werte

Spielen Sie ein **Lied** zum Thema Frieden.

Sagen Sie folgendes: „Vor einigen Jahren wurde ein interessantes Projekt namens Global Cooperation for a Better World (Globale Zusammenarbeit für eine bessere Welt) ins Leben gerufen. Im Rahmen dieses Projekts versammelten sich in 129 Ländern der Welt Tausende kleiner Gruppen von Menschen aus den verschiedensten Kulturen und Religionen, aller Altersstufen und aus allen sozialen Schichten, um ein Bild von einer besseren Welt zu entwerfen. Sie wurden gebeten, sich vorzustellen, wie sie sich in einer besseren Welt fühlen würden, wie ihre Beziehungen sein würden und wie die Umwelt aussehen würde.“

Fragen Sie:

- Was für eine Welt wünscht ihr euch?
- Und wie sollte diese Welt aussehen?
- Wie sollte die Umwelt für euch sein?
- Wie möchtet ihr euch innerlich fühlen?

- Wie sollten eure Beziehungen sein?

„Danke. Das wirklich Erstaunliche am Menschen ist, dass alle friedlich und glücklich sein möchten, alle möchten geliebt werden und in einer gesunden, sauberen und sicheren Welt leben.

Scheinbar teilen Menschen in allen Kulturen universelle Werte. Wir haben zwar nicht die gleichen Bräuche, doch wir wünschen uns alle eine friedvolle Welt. Warum haben wir sie dann nicht?

Dieser Werte-Kurs, den wir machen werden, nennt sich Living Values, Werte leben, ein Bildungs-Programm. Nicht nur Ihr, sondern viele Menschen in der ganzen Welt machen sich Sorgen um den Zustand der Welt. Wir teilen zwar alle dieselben universellen Werte, leben jedoch nicht nach ihnen.

In diesem Projekt gehen wir davon aus, dass wir eine bessere Welt schaffen würden, wenn wir entsprechend unseren Werten leben würden. Dies ist ein Programm über Werte – wir denken über die Werte nach, äußern Ideen und versuchen herauszufinden, was wir zu einer besseren Welt beitragen können. Ziel dieses Programms ist, Menschen darin zu bestärken, mehr Frieden und Glück in ihre eigenen Leben zu erschaffen und so die Welt zu verändern. Habt Ihr irgendwelche Anmerkungen oder Fragen?“

Anmerkung für den Lehrer

In Gruppen, in denen die Jugendlichen aggressiv, zynisch oder entmutigt sind, ist es wichtig, auf diese Gefühle einzugehen. Zum Beispiel: „Ja, diese Welt ist für Millionen von Menschen ein schrecklicher Ort. Es existieren Korruption, Grausamkeit, Vorurteile und bittere Armut.“ Fügen sie dann eine aufbauende Erklärung hinzu: „Man sagt, dass alles im Kopf des Menschen entsteht. Der Mensch schafft das Böse und er schafft auch das Gute. Aber er kann sich entscheiden, ob er das Negative hinnimmt oder ihm entgegentritt. Man braucht Mut und Entschlossenheit, die heftige innere Abneigung gegen alles Negative umzuwandeln, in eine Kraft, die Veränderungen zum Guten herbeiführen kann. Jeder von euch kann dazu beitragen, die Welt besser zu machen.“

Übung: „Die folgenden Aufgaben erschließen euch den Weg zu euren eigenen Werten. Schreibt eure Antworten und Gedanken auf.“

Räumen Sie den Teilnehmern genügend Zeit für die Antwort ein. Obwohl ungefähre Zeiten angegeben werden, so ist doch jede Gruppe anders. Beginnen Sie die Übung mit Musik. Wenn alle Teilnehmer ruhig und entspannt sind, stellen Sie folgende Aufgaben und Fragen:

- Denkt an einen Menschen, der Euer Leben positiv beeinflusst hat. (kurze Pause)
- Welche Werte oder Qualitäten hatte diese Person, die ihn für euch besonders machte? Bitte schreibt die Qualitäten oder Werte auf, die in dem Zusammenhang für euch wichtig waren. (kurze Pause)
- Wählt eine dieser Qualitäten oder einen dieser Werte aus. Wenn jeder in der Welt über diese Qualität verfügen würde oder diesen Wert stets zeigen würde, wäre die Welt dann anders? (kurze Pause)

- Denkt bitte an ein Lied, das Ihr gerne mögt. Welche Werte werden durch den Text und die Musik zum Ausdruck gebracht? Schreibt sie auf. (kurze Pause)
- Welche Bilder sind euch wichtig? Denkt an eure Lieblings-szenen, Landschaften oder Statuen. Welche Werte und Gefühle werden durch sie angesprochen? (kurze Pause)
- Ruft euch einige besonders positive Momente eures Lebens in Erinnerung. Welche Gefühle hattet ihr? Welcher Wert kam in den Momenten in euch zum Vorschein? (kurze Pause)
- Schreibt sechs Werte auf, die in eurem Leben am wichtigsten sind. (kurze Pause)

Bitten Sie die Schüler, Vierergruppen zu bilden. Lassen Sie sie ihre persönlichen Werte und Erfahrungen bei dieser Übung mit den anderen austauschen.

2. STUNDE

Vorstellung einer friedvollen Welt

Spielen Sie ein **Lied** zum Thema Frieden.

Arbeiten Sie anhand von Fragen und Diskussionen allgemeine Vorstellungen über Frieden aus:

- Wer glaubt, Frieden sei wichtig?
- Erscheint euch die Welt heute friedvoll?
- Was bedeutet es, eine friedvolle Welt zu haben?
- Welche Veränderungen müsste es in der heutigen Welt geben?

Nehmen Sie alle Antworten zur Kenntnis, einschließlich der Aussagen über die Negativität der heutigen Welt oder von Zynismus und danken Sie den Schülern für ihre Beiträge.

Fantasiereise

Begleitkommentar (bitte passen Sie es an ihre Situation an): „Zunächst einmal entspanne dich und werde ruhig. ... Du befindest dich im Hier und Jetzt. ... Konzentriere dich auf den jetzigen Zeitpunkt. ... Stell dir eine große, wunderschöne Seifenblase vor, ... eine Seifenblase, die so groß ist, dass du hineingehen kannst... In der Blase öffnet sich eine Tür. ... du trittst jetzt ein. ... Die Luftblase beginnt zu schweben. ... Sie kann sowohl im Raum als auch in der Zeit reisen. ... In eine Welt, die ganz und gar friedvoll ist. ... Wenn du angekommen bist, steigst du aus der Blase aus und schaust dich um. ... Wie sieht es hier aus? ... Wie fühlt sich die Luft an? ... Wie sieht die Natur aus? ... Wie sehen die Häuser aus? ... Du gehst hinüber zu einem See. ... Schau ins Wasser und betrachte dein Spiegelbild. ... Wie siehst du aus? ... Wie fühlst du dich? ... Du spürst, wie sich dein Körper an diesem friedvollen Ort entspannt. ... Du gehst weiter und kommst an einer Gruppe von Menschen in deinem Alter vorbei, die zusammen spielen, du bemerkst ihren Gesichtsausdruck und wie sie miteinander umgehen. ... sie lächeln dich an. ... Du gehst weiter, um den See herum. ... Du beobachtest eine Familie und die Art und Weise wie sie miteinander umgehen. ... Es ist jetzt Zeit zu gehen, du steigst in die Seifenblase... Die Seifenblase schwebt sanft zurück in diese Zeit und in diesen Raum. ... Jetzt spürst du, dass du wieder hier sitzt, die Seifenblase verschwindet und lässt dich mit einem Gefühl von innerer Stille zurück.“

Bitten Sie die Schüler, von ihren Erlebnissen zu erzählen, wie sie die Natur, die Beziehungen und sich selbst erfahren haben.

Schreibaufgabe: Fordern Sie die Schüler dazu auf, anhand dieser inneren Reise ihre Vorstellungen von einer friedvollen Welt aufzuschreiben und dabei, wenn sie möchten, auch den inneren Frieden mit einzubeziehen.

3. STUNDE

Friedvolle Welt vs. konfliktreiche Welt

Übung: „Heute erkunden wir die Unterschiede zwischen einer friedvollen Welt und einer konfliktreichen Welt. Was geschieht in einer Welt voller Konflikte, was geschieht in einer friedvollen Welt?“

(Brainstorming) Zeichnen Sie dazu an der Tafel zwei Spalten mit den Überschriften „Handlungen in einer friedvollen Welt“ und „Handlungen in einer konfliktreichen Welt“ und tragen Sie die spontanen Äußerungen der Schüler ein.

Mind Maps: Lassen Sie die Schüler eine Mind Map von einer konfliktreichen Welt bzw. eine Mind Map von einer friedvollen Welt entwerfen. Dazu malt jeder Schüler ein kleines Bild in die Mitte eines leeren Blattes. Dann werden von dort aus mehrere Linien nach außen gezogen und mit noch kleineren Linien verlängert. Auf jede Linie schreiben die Schüler einen anderen Aspekt zum Bild in der Mitte.

Sollten die Schüler sich zuvor noch nie mit Mind Maps befasst haben, ist es notwendig, dass der Lehrer eine Erklärung dazu gibt. Dafür kann die Information über Mind Maps im Anhang (1) verwendet werden.

Diskutieren Sie den Reflexionspunkt: Frieden ist mehr als die Abwesenheit von Krieg.

Hausaufgabe: Bitten Sie die Schüler zu überlegen, welchen Beitrag sie selbst leisten können, um ihre jetzige Welt der Wert ihrer Visionen anzunähern. Siehe letzte Übung.

Beenden Sie die Stunde mit einem **Lied** zum Thema Frieden.

4. STUNDE

Wie fühlt man sich ohne Frieden, wie fühlt man sich mit Frieden?

Spielen Sie beim Eintreten der Schüler ein **Lied** zum Thema Frieden.

Entspannungsübung für den Körper.

Sagen Sie: „Viele Menschen in der Welt stehen heutzutage sehr unter Stress. Seid ihr auch manchmal gestresst? ... Eine Möglichkeit, sich von Stress zu befreien und sich friedvoller zu fühlen, besteht darin, eine Entspannungsübung zu machen. Wenn wir uns von Spannungen befreien, sind wir in der Lage, unser Bestes zu geben. Lasst es uns versuchen.“

Spielen Sie, wenn möglich, Entspannungsmusik.

Entspannungsübung:

Setze dich ganz bequem hin ... und entspanne dich ... Du entspannst dich und dein Körper fühlt sich schwer an, ... richte deine Aufmerksamkeit auf deine Füße ... spanne alle deine Muskeln für einen Moment an ... und dann entspanne sie wieder ... lasse sie weiterhin entspannt ... Nehme dann deine Beine wahr, lasse sie schwerer werden ... spanne die Beinmuskeln an ... und dann entspanne sie wieder ... Jetzt dein Bauch ... spanne die Bauchmuskeln für einen Moment an ... und dann entspanne sie wieder ... löse alle Spannungen ... Achte auf deine Atmung und atme langsam und tief .. atme tief ein und langsam aus ... Spanne nun die Muskeln im Rücken und in den Schultern an ... dann entspanne sie wieder ... Spanne deine Hände und deine Arme an ... und entspanne sie wieder ... Bewege langsam deinen Kopf ... zuerst zur einen Seite, dann zur anderen ... Entspanne die

Muskeln ... Jetzt spanne die Gesichtsmuskeln an ... deinen Kiefer ... dann entspanne dein Gesicht und deinen Kiefer ... Lasse ein Gefühl von Wohlbehagen deinen Körper durchströmen ... Achte erneut auf deine Atmung, atme saubere Luft ein und lasse alle Spannung, die noch verblieben ist, hinaus ... ich bin entspannt ... ich fühle mich wohl ... und bereit, mein Bestes zu geben.“

- Beitrag von Guillermo Simó Kadletz

Gespräch:

- Wenn jeder einzelne in dieser Welt innerlich friedvoll wäre, wäre diese Welt dann auch friedvoller? Inwiefern?
- Wie fühlst du dich, wenn du friedvoll bist?
- Welcher Gefühle bist du dir dann bewusst?
- Wann fühlst du dich friedlos?
- Welche Gedanken oder Tätigkeiten helfen dir, dich wieder friedvoller zu fühlen?
- Wann fühlst du dich am friedvollsten?
- Welche Gedanken oder Tätigkeiten helfen dir, dich friedvoll zu fühlen?

Besprechen Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Frieden ist ein ruhiger und entspannter Geisteszustand.
- ◆ Frieden besteht aus reinen Gedanken, reinen Gefühlen und reinen Wünschen.

Übung: Schreibt einen Text über eine Zeit, in der ihr euch wirklich friedvoll gefühlt habt oder stellt Frieden bildlich dar.

5. STUNDE

Ratschlag aus einer friedvollen Welt

Machen Sie noch einmal die **Fantasiereise** „Vorstellung einer friedvollen Welt“.

Übung: Fordern Sie die Schüler dazu auf, sich vorzustellen, sie kämen aus dieser friedvollen Welt und sollten nun ihre Erfahrungen, die sie dort gemacht haben, mit denen in der Welt der Gegenwart vergleichen. Welchen Ratschlag würden sie den führenden Persönlichkeiten dieser Welt und den jungen Erwachsenen der heutigen Zeit geben? Bevor sie mit dem Schreiben anfangen, besprechen Sie die folgenden **Reflexionspunkte:**

- ◆ Frieden ist mehr als die Abwesenheit von Krieg
- ◆ Frieden beginnt in jedem von uns
- ◆ Die Authentizität einer Handlung hängt von der Authentizität der Person ab
- ◆ Frieden ist das Hauptmerkmal einer „zivilisierten Gesellschaft“

Es kann sein, dass die Schüler in ihrem Aufsatz einen oder mehrere Reflexionspunkte in ihre Gedanken einbeziehen möchten.

Weitere Übungen: Lassen Sie die Schüler Briefe an Führungspersonen ihres eigenen Landes oder der Welt schreiben – oder an Personen, zu denen sie aufschauen.

Besprechen Sie den folgenden **Reflexionspunkt:** Frieden ist eine gute Energie.

Übung: Bitten Sie die Schüler, ein Gedicht über ihre friedvollsten Augenblicke zu schreiben, oder lassen Sie einen kurzen persönlichen Aufsatz, beginnend mit „ich fühle mich am friedvollsten, wenn ...“ schreiben.

6. STUNDE

Für mehr Frieden an der Schule

Einführung: „Neulich stellten wir eine Liste über die Unterschiede zwischen einer friedvollen und einer konfliktreichen Welt zusammen. Heute möchte ich gerne, dass ihr über die Unterschiede zwischen einer friedvollen Schule und einer konfliktreichen Schule nachdenkt.“

Fragen Sie:

- Was für Dinge würden in den jeweiligen Schulen geschehen?
- Welche Dinge würden euch jeweils auffallen, wenn ihr zufällig durch diese Schulen gehen würdet?
- Wie fühlen sich die, die kämpfen?
- Wie fühlen sich die, die bekämpft werden?
- Wie fühlen sich die anderen Schüler dieser Schule?
- Wenn ihr Mutter oder Vater von einem dieser Schüler wäret, worüber würdet ihr euch Sorgen machen?
- Wie fühlen sich Menschen in einer friedlichen Schule?
- An welchen Dingen können sie sich erfreuen, ohne sich Sorgen machen zu müssen?

Sagen Sie:

„Die Menschen erschaffen die Welt und die Schüler erschaffen das, was auf dem Schulgelände passiert, und ebenso erschaffen wir uns das, was hier in der Klasse passiert.“

Fragen Sie:

- Was für eine Klasse möchtet ihr?
- Gibt es irgendetwas, das ihr ausprobieren möchtet, um eure Klasse friedvoller zu machen?

Hören Sie allen Vorschlägen der Schüler respektvoll zu. Fordern Sie sie dazu auf, einen Vorschlag auszuwählen, den sie gerne ausprobieren möchten. Helfen Sie ihnen dabei, ihre Vorschläge in die Tat umzusetzen, spielen Sie beispielsweise täglich ein Lied zum Thema Frieden, machen Sie eine Entspannungsübung zu Unterrichtsbeginn und üben Sie das wirkliche Zuhören, wenn andere etwas mitteilen. Probieren Sie die Idee(n) aus und fordern Sie die Schüler dazu auf, den Prozess auszuwerten. Lassen Sie die Klasse selbst entscheiden, ob sie es eine Woche lang ausprobieren möchte. Werten Sie die Übung am Ende der Woche aus, probieren Sie dann vielleicht etwas anderes oder machen Sie mit dem weiter, was Sie bisher getan haben. Beenden Sie die Stunde mit der folgenden Entspannungs-/ Konzentrationsübung:

Entspannungsübung zum Thema Frieden:

„Der Körper entspannt sich und wird ganz ruhig. Lasse alle Gedanken an die Welt dort draußen los und werde innerlich ganz ruhig. Sei im Hier und Jetzt und konzentriere dich nur auf diesen Augenblick. Lasse den Geist zur Ruhe kommen und nimm langsam Wellen von Frieden in dich auf. Stell dir vor, es ist ein schöner Tag und du bist draußen, in einer schönen Umgebung ... Vielleicht bist du am Meer, vielleicht auf einer Wiese ... Während du dir die Schönheit der Natur ausmalst, nimmst du die Wellen des Friedens in dich auf ... Du fühlst dich ganz und gar sicher und entspannt ... Für dich hat Zeit keine Bedeutung ... Du bist angefüllt von einer natürlichen Gelassenheit ... Du bist natürlich friedvoll ... Dein Wesen ist friedvoll ... Denke an deine natürlichen Qualitäten und akzeptiere dich so, wie du bist ... Sei mit dir im Einklang ... Damit hast du Zugang zu deiner Kreativität und zu deiner Stärke ... Du kannst an dem Erschaffen einer friedvollen Welt mitwirken.“

7. STUNDE

Arme sind zum Umarmen da ...

Fragen Sie: „Was kann man alles mit den Armen machen?“
Den Schülern fallen dann vielleicht verschiedene Dinge ein, die sie mit ihren Armen machen können.

Fragen Sie dann:

- Wie fühlt ihr euch, wenn andere ihre Arme dazu verwenden, euch oder jemanden, der euch nahe steht, zu verletzen? (Akzeptieren Sie alle Antworten und heben Sie die Gefühle hervor. Kommentieren Sie: „Ja, es tut weh, wenn andere uns verletzen.“)

Sollten es die Schüler noch nicht erwähnt haben, so diskutieren Sie darüber, dass Arme auch als Waffen benutzt werden können. Nur durch menschliche Arme können Waffen hergestellt werden. Sind Waffen nicht vielleicht einfach nur die Verlängerung der Arme und lediglich dazu da, Dinge zu zerstören?

Fragen Sie:

- Warum beginnen Menschen eurer Meinung nach Kriege?
- Was sind ihre Ziele?
- Warum wollen sie das? Was für ein Leben erhoffen sie sich dadurch?
- Gibt es irgendeine andere Art, dieses Ziel zu erreichen? Was würdet ihr ihnen gern sagen?
- Erkennen Sie alle Vorstellungen an.

Sagen Sie: „Man sagt, Arme sind zum Umarmen und nicht zum Kämpfen da.“

Fragen Sie:

- Kennt ihr noch weitere Slogans, die mit Armen zu tun haben?

(Geben Sie einige Beispiele, wenn ihren Schülern keine einfallen – wie z. B. Arme sind zum Geben und nicht zum Festhalten da; Arme sind zum Gebrauchen nicht zum Missbrauchen da; Arme sind zum Halten nicht zum Verletzen da: Es macht Spaß, sich noch weitere auszudenken.)

Kommentieren Sie: „Menschen müssen wissen, dass es nicht richtig ist, andere zu verletzen.“ Schreiben Sie die Ideen, die die Schüler dazu haben, an die Tafel, sie werden in einer weiteren Stunde gebraucht. Fragen Sie:

- Kennt irgendjemand von euch noch ein Sprichwort über Frieden?

Übung:

Fordern Sie die Schüler dazu auf, ein Poster zum Thema Frieden zu entwerfen. Beispiele: miteinander verschlungene Arme; eine Waffe, die sich in eine Taube verwandelt; Schüler Hand in Hand, die so die Form ihres Landes abbilden usw.

Beenden Sie die Stunde mit der **Entspannungsübung** „Friedensstern“. (siehe Anhang)

Anmerkung für den Lehrer

Sollten die Schüler ihre Konflikte nicht optimal lösen, könnten Konfliktlösungsstrategien für die Klasse oder auch für die ganze Schule in Betracht gezogen werden. Übungen zur Konfliktlösung sind einfach, sie entwickeln gute kommunikative Fähigkeiten, die im weiteren Leben nützlich sind, und sie haben sich als sehr erfolgreich erwiesen. Es gibt hierzu viele ausgezeichnete Ansätze, die sich jeweils etwas voneinander unterscheiden. In einigen Schulen fungieren Schüler in den Pausen als Konfliktlotsen.

Der Ablauf bei der Konfliktlösung: Zunächst werden die Schüler, die an dem Konflikt beteiligt sind, gefragt, ob sie bei der Lösung ihres Problems Hilfe möchten. Wenn ja, setzen sich ein oder zwei Konfliktlotsen mit ihnen zusammen. Je ein Konfliktlotse setzt sich zu einem Schüler. Es ist einfacher, wenn zwei Konfliktlotsen zusammen arbeiten, da sie sich gegenseitig moralisch unterstützen können.

Wenn ein Schüler oder beide Schüler nicht zur Mithilfe bereit ist/ sind, also nicht hören oder reden möchten, dann kommt das in der jeweiligen Schule in solchen Fällen übliche disziplinarische Verfahren zur Anwendung.

Die Konfliktlotsen sind dazu da, um den Schülern der Konfliktparteien bei der Lösung zu helfen. Sie hören die Antworten der betroffenen Schüler und halten sie dazu an, sich nicht gegenseitig zu unterbrechen, sondern einander zuzuhören. Die Konfliktlotsen ermuntern die Schüler dazu, aufmerksam und ohne zu unterbrechen zuzuhören und dann das zu wiederholen, was der andere gesagt hat. Ihre Rolle ist es, die Zuhör- und Problemlösungsbereitschaft wert zu schätzen. Sie dürfen keine Partei ergreifen, niemanden beschuldigen, anklagen, bewerten oder moralisch verurteilen. Sie sind dafür da, den Schülern bei der Lösung ihrer Konflikte zu helfen. Es passiert schnell, dass man in alte Rede- und Verhaltensweisen verfällt. Seien Sie also vorsichtig!

- Ein Konfliktlotse bittet den erscheinenden Schüler zu schildern, was geschehen ist.

- Er bittet den zweiten Schüler, zuzuhören und das Gehörte zu wiederholen. (Er oder sie soll nicht widersprechen, argumentieren oder beschuldigen, sondern nur wiederholen.)
- Daraufhin wird dem zweiten Schüler dieselbe Frage über das Geschehene gestellt, und der erste Schüler soll aufmerksam zuhören und dann wiederholen.
- Die nächste Frage an beide Schüler ist: „Wie hast du dich gefühlt?“
- Wie zuvor wird erst zugehört und dann wiederholt. Der Konfliktlotse kann auch das aktive Zuhören anwenden, wenn jeder der Schüler über seine Gefühle spricht.
- Dann sollen die Schüler sagen, was nach ihrer Meinung nicht wieder geschehen soll.
- Nachdem jeder Schüler sowohl geantwortet als auch wiederholt hat, sollen sie sagen, was ihrer Meinung nach stattdessen passieren soll.
- Die nächste Frage an die Schüler ist, ob sie den Vorschlägen des anderen zustimmen können.
- Sollten die Schüler mit dem Vorschlag nicht einverstanden sein, sollen sie andere Vorschläge machen.
- Die Schüler werden dann gefragt, ob sie ein festes Versprechen abgeben können, sich vereinbarungsgemäß zu verhalten.
- Wenn sich beide Seiten auf ein anderes Verhalten geeinigt haben, macht der Konfliktlotse den Schülern ein Kompliment und schickt sie in den Unterricht zurück.

Einführung von Konfliktlösung in Schulen: Allen Schülern werden dieselben Kommunikationsabläufe beigebracht. Erläutern Sie den Schülern diesen Prozess, demonstrieren Sie ihn und lassen Sie die Schüler üben. Entweder führt ein ausgebildeter Lehrer das Training in den Klassen durch oder interessierte Lehrer werden dafür ausgebildet. Auch kann die Konfliktlösung auf Lehrerfortbildungen vermittelt werden.

Hängen Sie die Fragen bzw. den Ablauf zur Konfliktlösung in jeden Klassenraum. Dieser Ablauf ist am Ende dieses Kapitels in einzelnen Schritten zusammengefasst und erscheint auch im Anhang 3.

An den weiterführenden Schulen bieten die Konfliktlotsen die Gespräche oft in Räumen an, in denen sie ungestört sind und in denen sie während des Gesprächs Notizen machen können. Lassen Sie alle Schüler wissen, dass sie sich im Falle eines Konflikts an einen Konfliktlotsen wenden können.

Die Konfliktlösungsmethode hatte bereits tiefgehende Auswirkungen, indem sie die Schüler befähigt, bei Meinungsverschiedenheiten und Streitigkeiten zu vermitteln. In der Rolle des Konfliktlotsen können sich mehrere Teams von Schülern abwechseln. Erwachsene sollten den Mut und die Qualitäten der Schüler – sowohl derer, die sich als Konfliktlotse einsetzen als auch derer, die durch Kommunikation und Zuhören bereitwillig an der Lösung des Problems mitwirken - positiv hervorheben.

Ablauf der Konfliktlösung:

Zusammenfassung der einzelnen Schritte

Der Konfliktlotse stellt jedem Schüler die folgenden Fragen:

„Bist du bereit, an einer Lösung mitzuarbeiten?“ Wenn die Antwort „ja“ ist, fahren Sie fort. Stellen Sie jedem Schüler stets nur eine Frage und warten Sie die Antwort ab. Der andere Schüler hört zu und wiederholt das Gesagte.

Fragen Sie dann:

„Erzähle uns bitte, was passiert ist.“

„Wie hast du dich gefühlt, als das passiert ist?“

„Was sollte deiner Meinung nach aufhören?“

„Was sollte er/sie deiner Meinung nach stattdessen tun?“

„Kannst du es tun?“

„Kannst du fest versprechen, dich so zu verhalten, wie ihr beide es vereinbart habt?“

Machen Sie den Schülern ein Kompliment für die Qualitäten, die sie während dieses Friedensprozesses gezeigt haben.

8. STUNDE

Konfliktlösung

Vorbereitung für den Lehrer: Machen Sie sich mit den o. g. Informationen vertraut und schreiben Sie auf eine Tafel oder einem Poster **sechs Fragen** auf, die während der Konfliktlösung verwendet werden.

„Bist du bereit, an einer Lösung mitzuarbeiten?“

Jeder Schüler muss bereit sein, dem anderen zuzuhören und das zu wiederholen, was der andere gesagt hat.

„Erzähle uns bitte, was passiert ist.“

„Wie hast du dich gefühlt, als das passiert ist?“

„Was sollte deiner Meinung nach aufhören?“

„Was sollte er/sie deiner Meinung nach stattdessen tun?“

„Kannst du es tun?“

„Kannst du es versprechen, dich so zu verhalten, wie ihr beide es vereinbart habt?“

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein **Lied** zum Thema Frieden.

Fragen Sie: „Was würde in der Welt passieren, wenn jeder einzelne es lernt, nicht durch Kampf sondern durch Kommunikation Probleme zu lösen? Was würde bei euch zu Hause passieren, mit euren Freunden, in eurer Gemeinschaft und in der Welt?“

Erkennen Sie alle Antworten an.

Sagen Sie: „Menschen in der ganzen Welt lernen Konfliktlösung. Je mehr die Menschen das lernen, desto mehr Hoffnung gibt es für den Frieden. Ich glaube wirklich daran, dass Menschen ihre Probleme lösen können.“

Sagen Sie: „Hierbei handelt es sich um die Schritte für eine Methode der Konfliktlösung.“ Besprechen Sie die sechs Schritte, die Sie an die Tafel oder auf ein Poster geschrieben haben.

Gehen Sie auf die erste Frage zurück. **Fragen Sie:**

- Glaubt ihr, dass die Bereitschaft, ein Problem zu bearbeiten, wirklich hilfreich ist? Warum?
- Was sagt es über einen Menschen aus, wenn er bereit ist, an einem Problem mitzuarbeiten? (Falls folgende Antworten nicht kommen, ergänzen Sie sie: „Es erfordert Mut, an einem Problem mitzuarbeiten. Es bedeutet, dass man selbst glaubt, in der Lage zu sein, eine Lösung zu finden, und es bedeutet, dass auch andere dazu in der Lage sind.“)

Fragen Sie:

- Worüber streiten sich die Menschen? (Hören Sie zu und notieren Sie die Antworten an der Tafel. Fordern Sie einen oder mehrere Schüler dazu auf, das Gesagte auf einem großen Blatt Papier festzuhalten, das später noch verwendet werden soll.
- Wie fühlt ihr euch, wenn (ein bereits erwähntes Ereignis) passiert?
- Wenn das Gefühl Ärger ist, fragen Sie: Welches Gefühl liegt hinter dem Ärger?
- Wie fühlt ihr euch, wenn (ein anderes bereits erwähntes Ereignis) passiert?
- Wenn das Gefühl Ärger ist, fragen Sie: Welches Gefühl liegt hinter dem Ärger?

- Wie möchten ihr euch gerne fühlen? (Akzeptieren Sie alle Antworten. Respekt und Akzeptanz ist das, was Schüler häufig hier nennen. Wenn sie diese Antworten nicht gegeben haben, fragen Sie die Schüler, ob sie wertgeschätzt, respektiert und geliebt sein wollen.)

Üben Sie: Bitten Sie um zwei Freiwillige für die Übung zur Konfliktlösung. Lassen Sie einen üblichen oder einen aktuellen Konflikt nachspielen. Der Lehrer übernimmt die Rolle des Konfliktlotsen und stellt jedem Schüler die sechs Fragen mit der Bitte, gut aufeinander zu hören.

Anmerkung für den Lehrer

Hören Sie allem, was die Schüler sagen, aktiv zu und weisen Sie die Schüler an, einander zuzuhören und zu wiederholen, was der andere gesagt hat. Sie sollten die Fähigkeit des Zuhörens und das Bemühen um Lösungen wertschätzen. Wenn ein Schüler während des Gesprächs den anderen beschuldigt, unterbricht oder anklagt, Sagen Sie:

„Höre bitte zu.“, oder „Beantworte bitte die Frage.“ Stellen Sie die Frage noch einmal neu, z. B. „Wie hast du dich gefühlt, als das passierte?“

Bitten Sie zwei weitere Freiwillige, den Konfliktlösungsprozess zu demonstrieren. Danken Sie den Freiwilligen. Lassen Sie Raum für Fragen und Reaktionen.

Beenden Sie die Stunde mit einer Entspannungs-/ Konzentrationsübung. (siehe Anhang)

9. STUNDE

Konfliktlösung – Was wir mögen und was nicht

Spielen Sie zum Anfang der Stunde ein **Lied** zum Thema Frieden.

Gespräch: Sagen Sie: „Gestern haben wir über Dinge gesprochen, um die sich Menschen streiten, und wir haben dazu eine Liste angefertigt. Schauen wir uns diese einmal an und beziehen dabei die Fragen, die während des Ablaufs zur Konfliktlösung gestellt werden, mit ein.“

Nehmen Sie einen Punkt aus der Liste, zum Beispiel das Hän-seln, und stellen Sie die folgenden **Fragen:**

- Wie fühlt ihr euch, wenn das passiert? (Wenn die Antwort Ärger ist, fragen Sie: Welches Gefühl befindet sich hinter dem Ärger?)
- Womit sollte/n der/die andere/n aufhören?
- Was sollte/n der/die andere/n stattdessen tun?
- Welche Lösung wäre für alle gut?
- Hättet ihr einen Vorschlag für eine faire Lösung?

Wiederholen Sie diesen Ablauf mit einigen anderen Beispielen aus der Liste.

Sagen Sie: „In gewisser Hinsicht sind die Menschen einfach. Wenn wir ärgerlich werden, steckt Verletzung, Angst oder Verlegenheit dahinter. Zuerst fühlen sich Menschen verletzt oder bekommen Angst, wenn sie sich nicht geschätzt, respektiert oder geliebt fühlen.“

Manche Menschen verharren in ihrer Verletztheit, andere reagieren mit Ärger.“ Wiederholen Sie das, was Sie gerade gesagt

haben, und veranschaulichen Sie es an der Tafel, indem sie Flammen über das Wort Ärger zeichnen.

Ärger

Jeder möchte geschätzt, respektiert und geliebt werden

Verletzung oder Angst oder Verlegenheit

Anwendung: Bitten Sie die Schüler, an Dinge zu denken, die passiert sind oder an eine Zeit, als sie sich so gefühlt haben. Wenn sie das nicht sofort können, geben Sie einige Beispiele von der vorher erstellten Konfliktliste oder führen Sie eigene Beispiele an.

Übung:

Die Schüler können, so wie oben dargestellt, zwei Beispiele aufschreiben. Ein Beispiel davon sollten sie persönlich erlebt haben.

Lassen Sie die Schüler sich zu zweit oder zu mehreren zusammensetzen und darüber sprechen, mit welchem Verhalten andere aufhören sollten und welche Verhaltensweisen sie sich stattdessen wünschen.

10. STUNDE

Aktives Zuhören und Konfliktlösung

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein **Lied** zum Thema Frieden.

Diskutieren Sie den folgenden **Reflexionspunkt**:

- ◆ Durch Gewaltlosigkeit, Akzeptanz, Gerechtigkeit und Kommunikation wächst der Frieden in der Welt.

Veranschaulichen Sie noch einmal den Konfliktlösungsprozess mit zwei Freiwilligen.

Austausch:

Sagen Sie: „Eines der wichtigsten Dinge bei der Lösung von Problemen ist, dem anderen zuzuhören und wirklich zu verstehen, was der andere zu sagen hat.“ **Fragen Sie:**

- „Wie fühlt ihr euch, wenn ihr versucht, mit jemandem zu reden, dieser sich jedoch weg dreht?“

Bestätigen Sie: „Ja, wenn Menschen nicht zuhören und unhöflich sind, verschlimmern sich normalerweise die Probleme.“

„Manchmal tun die Menschen noch etwas anderes, was die Problemlösung verhindert.“ Fragen Sie: „Hat jemand von euch vielleicht eine Vermutung, was das sein könnte?“ Erkennen Sie die Antworten der Schüler an und ergänzen Sie sie gegebenenfalls um Folgendes:

Blockaden und Hindernisse

- Beschuldigen und Schuldgefühle erzeugen
- Beleidigen, den anderen als blöd oder dumm bezeichnen
- Unterbrechen
- Widersprechen („Warte, bis du dran bist und höre zu. Dieser Punkt erfordert Geduld und Respekt!“)
- Ärgerlich werden, weil der andere ärgerlich ist
- Lösungen vorgeben

Erklären Sie: „Beim aktiven Zuhören sind zwei Dinge wichtig:

1. wirklich (aufrichtig) jedem Wort, das der andere sagt, Aufmerksamkeit zu schenken und

2. den anderen wissen zu lassen, dass man das Gesagte verstanden hat.“

Übung zum Zuhören: Bilden Sie Gruppen von je drei Schülern. Zählen Sie ab: eins, zwei und drei. Für die erste Runde gilt: Schüler eins ist der Sprecher, Schüler zwei der Zuhörer und Schüler drei der Beobachter.

	Schüler eins	Schüler zwei	Schüler drei
Erste Runde:	Sprecher	Zuhörer	Beobachter
Zweite Runde:	Beobachter	Sprecher	Zuhörer
Dritte Runde:	Zuhörer	Beobachter	Sprecher

- In allen drei Runden erzählt jeder Sprecher etwas Positives aus seinem Erfahrungsbereich.
- Wiederholen Sie diese Aufgabe und fordern Sie nun jeden Sprecher dazu auf, etwas, was ihm oder ihr wichtig ist oder etwas, das sie oder ihn friedvoll gemacht hat, mitzuteilen.
- Wiederholen Sie die drei Runden und fordern Sie jeden Sprecher dazu auf, eine Situation zu erzählen, in der sie oder er sich ärgerlich oder traurig gefühlt hat. (Sollte nicht mehr genügend Zeit übrig sein, machen Sie in der nächsten Stunde weiter.)

Während jeder Runde sollten die Zuhörer ermutigt werden, aktiv zuzuhören, gelegentlich die Emotionen des Redners zu verbalisieren oder den Inhalt des Gesagten wiederzugeben. Der Beobachter kann in jeder Runde Feedback geben.

Austausch:

- Wie habt ihr euch gefühlt, als euch wirklich zugehört wurde?
- Hat jemand von euch bemerkt, dass der Ärger automatisch abzunehmen beginnt, sobald ein anderer euch aufrichtig zuhört?
- Worin lagen beim Zuhören die Schwierigkeiten?
- Was war beim Zuhören einfach?
- Inwiefern vermittelt Zuhören wirklich Respekt?

Beenden Sie die Stunde mit der folgenden **Entspannungs-/Konzentrationsübung** „Friedvoller Stern“.

Lesen Sie das Folgende langsam vor und machen Sie an den angezeigten Stellen eine Pause.

Entspannungs-/Konzentrationsübung

“Friedvoller Stern“

Eine Möglichkeit, friedvoll zu werden, besteht darin, innerlich ruhig zu werden. Denke für einige Momente an die Sterne und stelle dir vor, so zu sein wie sie. Sie leuchten so schön am Himmel, und sie strahlen und funkeln. Sie sind so ruhig und friedvoll. Lasse deinen Körper zur Ruhe kommen ... Entspanne deine Füße und Beine ... Entspanne deinen Bauch ... und deine Schultern ... Entspanne deine Arme ... und dein Gesicht ... Lasse ein Gefühl von Frieden auftauchen... Lasse ein sanftes Licht von Frieden um dich herum entstehen ... Im Innern bist du wie ein wunder- schöner kleiner Stern ... Du, der winzig kleine Stern im Innern, bist angefüllt mit friedvollem Licht ... Entspanne dich in diesem Licht von Frieden und Liebe ... Sei innerlich still und friedvoll ... Du bist aufmerksam ... konzentriert ... Wann immer du dich innerlich friedvoll fühlen möchtest, werde still ... zufrieden ... ein Stern von Frieden.“

11. STUNDE

Konfliktlösung – Mitschüler als Vermittler

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein **Lied** zum Thema Frieden.

Diskutieren Sie den folgenden **Reflexionspunkt**: Frieden entsteht in jedem von uns.

Übung: Bitten Sie vier Schüler, eine Konfliktlösung zu demonstrieren. Zwei von ihnen sollen die Konfliktlotsen sein, die anderen beiden sollen vorgeben, einen Konflikt auszutragen. Die Konfliktlotsen übernehmen die Rolle des Lehrers und stellen die sechs Fragen. Sie helfen somit den beiden Schülern dabei, ihren Konflikt zu lösen. Bitten Sie jeden Konfliktlotsen, still jeweils neben einem Schüler zu sitzen. Sobald die Vorführung vorbei ist, fordern Sie die Schüler dazu auf, ihre Rollen zu tauschen.

Anmerkung: Im Anhang gibt es ein Konfliktlösungsschema für die Lotsen.

Wort- und Dichtübung: Sollte noch Zeit übrig bleiben, fordern Sie die Schüler dazu auf, an Wörter zu denken, die sie mit den o. g. Übungen in Verbindung bringen. Fordern Sie die Schüler dazu auf, an „Gefühlswörter“ zu denken und schreiben Sie diese an die Tafel. Sie können auch ein Synonymwörterbuch zur Hilfe nehmen, um Synonyme und Antonyme zu finden. Die Schüler können auch, als Gruppe oder einzeln, z. B. dichterisch tätig werden und damit den Leser von einem Gefühl oder einer Vorstellung zum Gegenteil hinführen, wie beispielsweise ein Gefühlswandel sobald ein Konflikt gelöst ist:

Ärger

Starker Widerstand

Stechende Augen, Hals wie zugeschnürt
Nägel graben sich tief in die Faust
Der Kampf juckt in den Fingern
Augen treffen sich
Eine Träne rollt die wutentbrannte Wange hinunter
„Es tut mir leid“
„Mir auch“
Akzeptanz

- Beitrag von Ruth Liddle

Hausaufgabe: Die Schüler sollen in den nächsten Tagen Erwachsene interviewen. Geben Sie einen Überblick über die Aufgabe in der nächsten Stunde.

12. STUNDE

Interviews

Spielen Sie zu Beginn ein **Lied** zum Thema Frieden.

Diskutieren Sie den **Reflexionspunkt:**

- „Frieden muss in jedem von uns entstehen. Durch ruhige und ernsthafte Überlegung über die Bedeutung von Frieden können neue und kreative Wege gefunden werden, die das Verständnis, die Freundschaft und die Zusammenarbeit unter den Völkern verstärken.“ – Javier Perez de Cuellar, ehem. Generalsekretär der Vereinten Nationen

Aufgabe: Sammeln Sie aus Fernsehen, Radio, Zeitungen und Zeitschriften Informationen über einige Kriege. Erörtern Sie mit einem Erwachsenen, worum diese Menschen kämpfen. Gibt es eine Alternative zum Kämpfen? Schreiben Sie ihre

Gedanken dazu auf. Stellen Sie nun diese Frage mindestens zwei Erwachsenen und schreiben Sie deren Antworten auf.

Bitten Sie die Schüler, über die Ergebnisse ihrer Interviews in der Klasse zu berichten.

- Beitrag von Ruth Liddle

13. STUNDE

Der Ursprung

Austausch:

Beginnen Sie mit irgendeinem Thema über Friedlosigkeit, welches die Schüler gerade bewegt. Es kann sich um ein Thema handeln, welches bereits in den vergangenen Stunden auftauchte oder das derzeit an der Schule oder in der Gemeinde wichtig ist. Befragen Sie die Schüler nach dem Verlauf des Konflikts (anhand der folgenden Fragen) und teilen Sie ihnen eventuell einige ihrer Gedanken mit.

- Worin liegt der Ursprung dieses Konflikts? (Es kann sein, dass Sie immer wieder fragen müssen: „Was ging dem voraus?“ um den Schülern zu helfen, auf ihre ursprünglichen Gefühle und Wünsche zu kommen. Das wird einige Zeit dauern. Stellen Sie eine Liste aller Aspekte, die sie nennen, zusammen und gehen Sie jeden Aspekt durch.)
- Wodurch ist der Konflikt angewachsen?

Fassen Sie den von den Schülern beschriebenen Ablauf zusammen und fügen Sie eine allgemeine Erklärung hinzu, wie beispielsweise „Wir können erkennen, dass menschliche Gefühle Gewalt erzeugen können. Gewalt wie auch Frieden beginnen in Gedanken. Schauen wir uns einmal den Ablauf an.“

Fragen Sie:

- Wie können Gefühle derart eskalieren, dass kleine Ärgernisse erst größer und kurz darauf außer Kontrolle geraten?
- Denkt an eine Begebenheit mit einem Freund/ einer Freundin, in der eine Kleinigkeit zu einem Streit eskalierte. Wie/ Warum geschah das?
- Wie können wir diesen Ärger unter Kontrolle bringen und ihn durch ruhigere und friedlichere Gefühle ersetzen? (Beispiele: durch die Hilfe von Freunden; sich erinnern, dass wir oft ärgerlich werden, wenn wir müde oder hungrig sind; auf sich selber achten. Haltet für eine Minute inne und beruhigt euch mit Hilfe von friedvollen Gedanken und überdenkt dann erneut die Situation. Denkt über die Folgen nach: Wie wirst du dich danach fühlen, wenn du dich lächerlich gemacht hast. Denke an deine Werte; wenn du Frieden wirklich wertschätzt, dann wirst du umso mehr versuchen, friedvoll zu bleiben.)
- Inwiefern wird dein Leben glücklicher, wenn du mit dir und deinen Freunden in Frieden bist?

Übung:

Zeichnen oder malen Sie auf jeweils eine Seite eines Papiers das Thema Ärger und das Thema Frieden mit entsprechenden Farben und Formen.

- auf Grundlage einer Übung von Linda Heppenstall

14. STUNDE

Gegensätze und Lösungen

Beginnen Sie mit einer **Entspannungsübung**.

Besprechen Sie die folgenden **Reflexionspunkte**:

- ◆ Frieden entsteht in jedem von uns.
- ◆ Wenn jeder in der Welt friedvoll wäre, dann wäre dies eine friedvolle Welt.
- ◆ Um friedvoll zu bleiben, braucht man Mitgefühl und Stärke.

Fragen Sie:

- Wodurch kann Negativität wachsen?
- Welche Art von Gedanken halten Konflikte am Leben?
- Wodurch kann Frieden wachsen?
- Durch welche Art von Gedanken kann Frieden wachsen?

Übung:

Die Schüler denken sich verschiedenen Geschichten aus, die friedlich anfangen und negativ enden, und dann solche, die negativ anfangen und positiv enden. Finden Sie originelle Lösungen, negative Situationen zu verändern. Die Klasse kann, wenn sie möchte, daraus ein Buch zusammenstellen, in dem sie nach und nach weitere Lösungen sammeln könnte. Schlagen auch Sie Lösungen vor.

Weitere Übungen: Wenn noch Zeit ist, können Sie die Schüler eine Geschichte wie oben erzählen lassen, oder kleine Gruppen können sich eine Geschichte ausdenken und dann spielen. Bitten Sie die Schüler nach jedem Stück zu sagen, welche Gesten Negativität oder Aggressivität und welche Frieden vermitteln.

- Beitrag von Sabine Levy und Pilar Quera Colomina

15. STUNDE

Helden unserer Zeit

Fragen Sie:

- Welches sind zurzeit eure Helden, bzw. Vorbilder in Sachen Frieden?
- Was ist seine/ ihre Botschaft an die Welt?
- Welche Botschaft hast Du für die Welt?

Übung: Lassen Sie die Schüler kleine Gruppen bilden und ihre Botschaften formulieren. Dabei kann es sich um Bilder, einen Slogan oder eine menschliche Skulptur handeln. Besprechen Sie danach die Aussagen der einzelnen Gruppen.

Sprache/ Literatur

Greifen Sie das Thema Frieden im Deutschunterricht auf. Einer der Reflexionspunkte oder mehrere können dazu verwendet werden, eine **Diskussion** in Gang zu bringen als Vorbereitung für einen **Aufsatz**.

Der Aufsatz kann aus der persönlichen, philosophischen oder gesellschaftlichen Perspektive geschrieben werden.

Die Schüler können Autobiographien über berühmte Menschen ihres Landes oder der Welt lesen, die dazu beigetragen haben, Frieden entstehen zu lassen. Lesen Sie das Werk eines Friedensnobelpreisträgers oder ein Buch über ihn. Entwerfen Sie auf Grundlage des Gelesenen eigene Reflexionspunkte.

Beschäftigen Sie sich mit den Werken von Dichtern, die gegen den Krieg geschrieben haben. Hören Sie sich das Lied „Masters

of War“ von Bob Dylan und „The Universal Soldier“ von Donovan an. Was möchten sie der Welt mitteilen? Spielt das heute noch eine Rolle?

- Beitrag von Kristan Mouat

Schreiben Sie einen Aufsatz über das Thema „Wie viel Frieden ist genug?“

- Beitrag von Caroline Druiff

Ein Journal:

Besprechen Sie den folgenden Reflexionspunkt: Gelassenheit bedeutet, auch mitten im Chaos den Frieden zu wahren. Bitten Sie die Schüler, das Gelernte anzuwenden und somit auszuprobieren, wie man sich ein Gefühl von Frieden und Gelassenheit erhält. Die Schüler können sich notieren, auf welche Werte, Gedanken oder Qualitäten sie zurückgegriffen haben.

Diskussion:

Nehmen Sie Frieden als Thema für eine oder mehrere Diskussionen. Oder diskutieren Sie auch einen der o. g. Reflexionspunkte oder mehr, wie beispielsweise: Frieden ist mehr als nur die Abwesenheit von Krieg. Oder: Frieden ist das Hauptmerkmal einer (wie wir sie nennen) „zivilisierten Gesellschaft“. Vielleicht machen die Schüler im Kunstunterricht ein Spruchband für Sie.

Bedenken Sie: Es ist unmöglich, friedvoll zu handeln, ohne sich friedvoll zu fühlen.

- Beitrag von Caroline Druiff

Geschichte/ Sozialkunde

Frieden kann auf viele verschiedene Weisen untersucht werden. So zum Beispiel kann man die Kultur des Krieges der des Friedens gegenüber stellen, oder man kann die Faktoren untersuchen, die zum Krieg bzw. zum Frieden führen.

Fragen Sie: „Wie können Regierungen durch die Entwicklung einer Kultur des Friedens und der Bedürfnisbefriedigung der Menschen Frieden schaffen?“

Manifestationen von Frieden in der Welt

In welcher Art und Weise stellt sich Frieden in der Welt dar? Wie wird Frieden durch die Kunst ausgedrückt, welche großen Organisationen setzen sich für Frieden in der Welt ein? Beziehen Sie die verschiedenen Themenbereiche in ihren normalen Lehrplan ein, damit die Schüler diese Aufgabe jeweils untersuchen können. Dazu ist es notwendig, dass die Schüler sich daran beteiligen, Informationen zu sammeln und ein Referat darüber zu halten. Sie können daraus auch eine Zeitung machen.

- Beitrag von Sabine Levy und Pilar Quera Colomina

Wirtschaft

Fordern Sie die Schüler dazu auf, den **Bericht** zum Stand der Gesellschaft (Human Development Report) des Entwicklungsprogramms der Vereinten Nationen (UNDP) aus den Jahren 1992 und 1993 zu **lesen**.

In dem Bericht aus dem Jahre 1992 wird darauf hingewiesen, dass die einzig wirksame Methode zur Friedenserlangung in der Welt darin besteht, allen Menschen eine Lebensmöglichkeit zu gewährleisten. Es werden dazu der Welthandel und die

wachsende Ungleichheit zwischen den Ärmsten und Reichsten der Welt heran gezogen. Der UNDP-Bericht aus dem Jahre 1993 untersucht die fünf menschenfreundlichsten Grundsätze, welche die Entwicklung einer besseren Welt leiten sollen. Dieser Bericht sagt deutlich aus, dass Entwicklung allein nicht ausreicht – es muss sich um eine auf den Menschen ausgerichtete Entwicklung handeln. Diese großartigen Berichte wurden von einer Gruppe von herausragenden Wirtschaftswissenschaftlern geschrieben.

Wissenschaft

Die Wissenschaft ist ein Bereich, in der die Schaffung sowohl von Krieg als auch von Frieden stattfinden kann. **Fragen Sie:**

- Was würde die Wissenschaft nicht entwickelt haben, wenn die Menschheit sich felsenfest dem Frieden verpflichtet hätte?
- Gibt es mehr Erfindungen für Krieg oder mehr für Frieden?
- Welche weltweiten Auswirkungen hätte eine Wissenschaft zum Frieden?
- Welche wissenschaftlichen Möglichkeiten sind für eine Gesellschaft möglich, die sich auf Frieden konzentriert?

Projekt: Wenn die Schüler ein Fünftel des weltweiten Budgets für Krieg zur Verfügung hätten und dies für friedliche Zwecke nutzen können, was würden sie tun?

Kunst

Erschaffen Sie eine **Friedenswand**. Achten Sie unbedingt darauf, dass Sie während des Kreierens und des Malens friedvoll bleiben.

Besprechen Sie mit den Schülern, was sie gerne einem gemeinschaftlichen Bild hinzufügen möchten – Friedenssymbole,

Friedensstern, ein Bild von einer friedvollen Welt? Geben Sie den Schülern ein langes Stück farbiges Papier und einzelne kleine Farbtöpfchen und Pinsel. Spielen Sie friedvolle Musik. Wenn die Schüler dann nah beieinander stehen, können sie auf einem bestimmten kleinen Teil des Papiers etwas malen. Beim Ausklingen der Musik gehen die Schüler einen Schritt nach rechts oder nach links.

- Beitrag von Linda Heppenstall

Denken Sie sich kraftvolle und eingängige Friedensslogans aus. Oder entwerfen Sie schöne Friedensfahnen und hängen Sie sie überall in der Schule auf. Denken Sie darüber nach, Friedensfahnen auch an Orten in ihrem Wohnort aufzuhängen.

Zeichnen Sie inneren Frieden oder modellieren Sie Frieden.

Wandteppich mit einem Friedensgarten

Lassen Sie die Schüler darüber nachdenken, welche Farben und Formen ein Gefühl von Frieden und Sanftheit entstehen lassen würden. Fordern Sie sie auf, diese Gefühle entweder auf Papier oder auf Stoff auszudrücken und dabei viele verschiedene Materialien zu verwenden. Arbeiten Sie, wenn möglich, direkt mit Materialien aus der Natur.

- Beitrag von Eleanor Viegas

Lassen Sie die Schüler Worte aus Liedern, die sie mögen, aufschreiben, wie „Imagine“, und streuen Sie dann Getreidekörner wie Weizen oder Reis darauf und lassen somit ein Bild entstehen, welches von diesem Lied hervorgerufen wurde. Es kann ein Bild eines Künstlers sein oder auch ein Symbol von der Bedeutung des Liedes. Die Körner können festgeklebt werden, wenn das Bild fertig ist.

- Beitrag von Dietrich von Horn

Musik

Wählen Sie ihre **Lieblingslieder** zum Thema Frieden aus. Singen Sie sie oder spielen Sie sie vor.

Welche Instrumente wurden zum Spielen von Liedern und Rhythmen zum Thema Frieden ursprünglich in ihrer Region oder Kultur verwendet? Finden Sie es heraus. Gibt es jemanden in ihrem Umfeld, der eins dieser Instrumente besitzt und darauf spielen kann? Können sie mit einheimischen Materialien nachgebaut werden?

Planen Sie ein **Konzert**. Präsentieren Sie ihr Konzert nicht nur in ihrer eigenen Schule sondern auch jüngeren Schülern an Grundschulen und anderen weiterführenden Schulen. Vielleicht kann ein Schüler aus dem Kunstunterricht Friedensfahnen mitbringen.

Das eigene Zuhause

Diskutieren Sie die Wichtigkeit von Frieden im eigenen Zuhause. Beschäftigen Sie sich mit der Frage, inwiefern die eigene Fähigkeit zum friedvollen Verhalten wichtig ist für Frieden im eigenen Zuhause.

Machen Sie sich die Freude und führen Sie eine **Entspannungs-/ Konzentrationsübung** zum Thema Frieden aus dem Anhang durch.

Üben Sie es, in einem Zustand inneren Friedens und innerer Zufriedenheit zu kochen und zu nähen. Welche Gedanken helfen Ihnen dabei, zufrieden zu bleiben?

Entwerfen Sie in ihrem Zuhause eine friedvolle Umgebung. Fragen Sie: „Was würdet ihr in einem mit Frieden angefüllten Haus sehen? Wodurch wird ein Gefühl von Harmonie und Behaglichkeit geschaffen?“

Entwerfen Sie ein **T-Shirt-Aufdruck** zum Thema Frieden.

- Beitrag von Myrna Belgrave

Persönliche Entwicklung

Diskutieren Sie einige **Reflexionspunkte** zum Thema Frieden. Fragen Sie die Schüler, wann sie sich am friedvollsten fühlen.

Fordern Sie die Schüler dazu auf, **Strategien** zur Konfliktlösung auszuarbeiten und sie vor der Klasse darzustellen. Entwerfen Sie eine Strategie zur Konfliktlösung, die nach Meinung der Schüler jeweils erfolgreich wäre. Stellen Sie all das dem **Schulrektor** vor.

Stressminderung

Bieten Sie eine Stunde zur Stressminderung an und führen Sie **Entspannungs-/ Konzentrationsübungen** als Teil ihres täglichen Programms durch. Es ist erwiesen, dass die beste Hilfe zur Stressminderung und –kontrolle darin besteht, zu lernen, wie man den Geist stressfrei und friedvoll macht.

Lied:

Nehmen Sie sich ein Lied aus ihrem Kulturkreis oder ihr Lieblingslied zum Thema Frieden und spielen Sie es vor, bringen Sie es den Schülern bei oder singen Sie es mit ihnen.

Lassen Sie die Schüler ihre eigene **Entspannungsübung entwerfen**, sie dann aufschreiben, aufnehmen oder der Klasse vorstellen.

Sport/ Tanz

Spielen Sie einige **Spiele** zum Thema Frieden oder denken Sie sich welche aus.

Erschaffen Sie einen **Tanz** zum Thema Frieden. Dabei kann es sich um ein modernes Ballet handeln, das Frieden verkörpert oder um einen Tanz, welches den Unterschied von Krieg zu Frieden darstellt.

RESPEKT



***Wenn wir uns selbst achten,
können wir auch andere achten.***

KAPITEL 2 - RESPEKT

Reflexionspunkte.....136

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde	Mind Maps.....	137
2. Stunde	Qualitäten meiner Vorbilder	138
3. Stunde	Qualitäten ersteigern.....	139
4. Stunde	Probleme in der Welt.....	140
5. Stunde	Die eigene Persönlichkeit	141
6. Stunde	Respektlosigkeit und ein Ratschlag.....	143
7. Stunde	Meine Qualitäten.....	144
8. Stunde	Wer muss mich anerkennen?	147
9. Stunde	Agieren, nicht reagieren.....	148
10. Stunde	Zwei Vögel.....	150
11. Stunde	Situationskarten	151
12. Stunde	Beziehungen	153
13. Stunde	Eine Veränderung herbeiführen	154
14. Stunde	Ein Ich-Baum	155

Themenbereiche

Sprache/ Literatur	155
Geschichte/ Sozialkunde.....	157
Wissenschaft	157
Kunst	158
Schauspiel.....	158
Musik	158
Hauswirtschaft.....	159
Sport/ Tanz.....	159

Reflexionspunkte zum Thema Respekt

- ◆ Jeder Mensch besitzt angeborenen Wert.
- ◆ Teil der Selbstachtung besteht darin, meine eigenen Qualitäten zu kennen.
- ◆ Aus dem Selbstrespekt entspringt Vertrauen.
- ◆ Wenn wir uns selbst respektieren, fällt es uns leicht, auch andere zu respektieren.
- ◆ Seinen eigenen natürlichen Wert zu kennen und den anderer zu achten, ist der wahre Weg, sich Respekt zu verdienen.
- ◆ Zu respektieren heißt, respektiert zu werden.
- ◆ Je mehr sich der Respekt an äußeren Dingen misst, desto größer ist das Bedürfnis nach Anerkennung durch andere. Je größer dieses Bedürfnis ist, desto mehr verlieren wir an Selbstachtung.
- ◆ Selbstrespekt gepaart mit Demut führt zu Weisheit, zu Gerechtigkeit und Fairness anderen gegenüber.
- ◆ Jeder Mensch in der Welt hat ein Recht darauf, mit Achtung und Würde zu leben – auch ich.
- ◆ Zur Selbstachtung gehört die Gewissheit, dass ich etwas bewirken kann.
- ◆ Respekt bedeutet zu wissen, dass jeder wertvoll ist.

Allgemeines

Durch Lieder wird eine besondere Atmosphäre geschaffen, in der die Menschen Werte erfahren können. Das Werte-Planungs-Team könnte jeden Tag zu einem speziellen Themenbereich ein Lied zum Spielen oder Singen auswählen – je nach Alter und Geschmack der Schüler. Die Schüler können auch selbst passende Lieder mitbringen, wie z. B. „Hero“ von Mariah Carey, was davon handelt, die eigene Schönheit zu sehen, oder „Behind the

Wall“ von Tracy Chapman, in dem es um mangelnden Respekt und körperliche Gewalt geht. Manche Schüler möchten vielleicht auch Volkslieder lernen.

Unterrichtsstunden zum Thema Respekt

1. STUNDE

Mind Maps

Erarbeiten Sie durch Fragen und Diskussionen allgemeine Vorstellungen von Respekt:

- Was ist Respekt?
- Stellt euch für einen kurzen Moment vor, wie die Welt wäre, wenn jeder jeden respektieren würde. (Pause) Wie glaubt ihr wäre das?
- Welche Dinge würden um euch herum geschehen?
- Wie würden sich die Menschen fühlen?
- Stellt euch für einen kurzen Moment vor, wie die Welt wäre, wenn jeder Respekt für die Natur hätte. (Pause) Wie wäre das?
- Wie würdet ihr euch fühlen, wenn euch jeder mit Respekt behandeln würde?

Sagen Sie: „Das Living-Values-Programm, mit dem wir arbeiten, baut auf drei Grundannahmen auf. Eine steckt in den folgenden Reflexionspunkten“:

- Jeder Mensch besitzt angeborenen Wert.
- Jeder Mensch in der Welt hat ein Recht darauf, mit Achtung und Würde zu leben – auch ich.

Fragen Sie:

- Welches ist nun die Annahme? (Es ist richtig, dass jeder wertvoll ist und das Recht hat, in Würde und mit Respekt zu leben.)
- Wenn jeder Mensch in der Welt das täte, was würde dann nicht mehr geschehen?
- Was wäre anders in diesem Land?
- Was wäre anders an unserer Schule?

Übung

Lassen Sie die Schüler zu zweit oder zu viert auf der einen Hälfte eines großen Blatt Papiers eine Mind Map zu Respekt und auf der anderen Hälfte zu den Auswirkungen von Respektlosigkeit erstellen.

2. STUNDE

Qualitäten meiner Vorbilder

Übung

Besprechen Sie die Ergebnisse der vorherigen Stunde mit den Schülern. Fragen Sie die Schüler nach den Auswirkungen von Respekt und Respektlosigkeit und lassen Sie die Antworten von einem Schüler an der Tafel mitschreiben. Stellen Sie dann Fragen nach den Auswirkungen von Respekt und Respektlosigkeit auf einen selbst, die Beziehungen, die Umwelt, das Geschäftsleben, die Länder usw.

Sagen Sie: „In weiteren Stunden werden wir uns noch eingehender mit den Auswirkungen von Respekt und Respektlosigkeit und der Frage befassen, warum eurer Meinung nach Menschen

rücksichtslos mit anderen umgehen. Doch heute werden wir uns in der verbleibenden Zeit mit dem Wert Respekt noch weiter beschäftigen, und welche Qualitäten für jeden von euch am wichtigsten sind.“

Bitten Sie die Schüler, die Qualitäten aufzuschreiben, die ihnen in den Sinn kommen, während Sie das Folgende vorlesen. Geben Sie ihnen zwei bis drei Minuten zur Beantwortung jeder Frage. Vielleicht kann dazu im Hintergrund auch etwas Musik laufen. Sagen Sie:

- Denkt an jemanden, den ihr bewundert. Schreibt die Eigenschaften dieser Person auf.
- Denkt an eure Vorbilder. Wer sind sie? Schreibt die Qualitäten auf, die sie zu euren Vorbildern machen.
- Schreibt die Qualitäten auf, die ihr bei euren Freunden bewundert.
- Schreibt die fünf Qualitäten auf, die euch am wichtigsten sind, d. h. die fünf wichtigsten Qualitäten, über die ein Mensch verfügen muss.
- Man sagt, dass jede Qualität, die du bewunderst, in Wirklichkeit auch deine ist. Schreibe fünf positive Qualitäten auf, die du hast. Lassen Sie die Schüler in kleinen Gruppen ihre Ergebnisse besprechen.

3. STUNDE

Qualitäten ersteigern

Besprechen Sie die Ergebnisse der vorigen Stunde. Ein Schüler schreibt die Qualitäten, die genannt wurden, an die Tafel.

Übung

Die Schüler sollen sich, wenn alle genannten Qualitäten aufgeschrieben sind, vorstellen, jeder von ihnen hätte hundert Euro bekommen, um sich die Qualitäten kaufen zu können, die sie am liebsten in ihrem Leben hätten. Teilen Sie die Klasse in Fünfer- oder Sechsergruppen auf und lassen Sie jede Gruppe kleine Karten mit je einer der aufgeschriebenen Qualitäten erstellen.

Die Spielregel lautet: Nur einer in jeder Gruppe kann jeweils eine Qualität kaufen – nicht zwei dieselbe. Wenn also mehrere Personen die gleiche Qualität haben möchten, müssen sie sie ersteigern. Möchte jemand beispielsweise „Fürsorglichkeit“ für zwanzig Euro kaufen, kann jemand anders dies mit dreißig Euro überbieten. Der Meistbietende erhält dann die Karte mit dieser Qualität. Zum Schluss soll sich jeder Schüler dazu äußern, warum ihm die ausgesuchte Qualität so wichtig ist.

Sprechen Sie über die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Teil der Selbstachtung besteht darin, meine eigenen Qualitäten zu kennen.
- ◆ Aus dem Selbstrespekt entspringt Vertrauen.

4. STUNDE

Probleme in der Welt

Übung

1. Machen Sie mit den Schülern ein Brainstorming über die Probleme in der Welt. Sie werden wahrscheinlich Missbrauch, Kinderprostitution, Kinderarbeit, Unterernährung, Krieg usw. nennen. Schreiben Sie in einer Spalte alle genannten Probleme auf. Je nach Anzahl der genannten Probleme sollen die Schüler die acht wichtigsten heraus filtern.

2. Lassen Sie die Schüler nach Beendigung der Liste (einzeln schriftlich oder in einer Gruppendiskussion) die Faktoren finden, die zu dem ersten genannten Problem führen oder dazu beitragen. Schreiben Sie diese Faktoren in eine zweite Spalte. Notieren Sie: Die Listen schließen sich nicht gegenseitig aus. So kann Armut beispielsweise ein Grund für Kinderprostitution und Kinderarbeit sein und ebenso ein Problem für sich darstellen.
3. Lassen Sie die Anti-Werte nennen, die zu jedem Faktor des ersten Problems beitragen (z. B. Gier, Ärger usw.). Schreiben Sie diese in eine dritte Spalte neben das ursprüngliche Problem und dessen Faktoren.
4. Bitten Sie die Schüler, die Werte zu bestimmen, die den Entscheidungsträgern dabei helfen würden, dieses Problem zu lösen.

Wiederholen Sie für jedes Problem Punkt zwei bis vier.

Anmerkung für den Lehrer

Diese Übung kann noch sehr viel weiter ausgedehnt werden. Schüler können sich mit Themenbereichen beschäftigen, die sie am meisten interessieren.

5. STUNDE

Die eigene Persönlichkeit

Übung

Bitten Sie sechs Schüler, sich in eine Reihe zu stellen. Geben Sie dem ersten in der Reihe einen Stift, der von einem zum

nächsten weitergereicht werden soll. Nehmen Sie dann den Stift und fordern Sie den ersten/ die erste in der Reihe dazu auf, den Stift erneut weiter zu reichen, doch dieses Mal mit viel Respekt. Fragen Sie die Klasse:

- Gab es einen Unterschied darin, wie dieser Stift beim zweiten Mal weiter gereicht wurde?
- Auf welche unterschiedlichen Arten zeigen Menschen Respekt füreinander? (Schreiben Sie die Antworten zu dieser Frage und zu der nächsten an die Tafel).
- Welche verschiedenen Arten gibt es, Missachtung auszudrücken?
- Wie fühlst du dich, wenn sich jemand dir gegenüber respektlos verhält?
- Wie fühlst du dich, wenn das andere Menschen betrifft?

Reflexionsübung: Sprechen Sie das Folgende und lassen Sie dem Schüler für jeden Punkt mindestens zwei Minuten Zeit zum Nachdenken. Machen Sie bei den Lücken mit den drei Punkten eine Pause von mindestens fünf Sekunden. Lassen Sie eventuell Hintergrundmusik laufen.

- Erinnere dich bitte an eine Zeit, in der du dich voll und ganz respektiert hast. Was hast du da getan? ... Wie hast du dich innerlich gefühlt? ... Vielleicht hast du eine Kleinigkeit für jemand andern getan. Schreibe es auf ... Schreibe jetzt bitte die Qualität auf, die du zu diesem Zeitpunkt zum Ausdruck gebracht hast.
- Erinnere dich jetzt an eine Zeit, in der dir jemand anderes Respekt entgegengebracht hat. Was hat derjenige getan? ... Wie hast du dich innerlich gefühlt?
- Erinnere dich jetzt an eine Zeit, in der dich jemand respektlos behandelt oder missachtet hat. Was hat der- oder diejenige getan? ... Wie hast du dich gefühlt?

Die Schüler sollen sich dann in Dreiergruppen bei ihren Erfahrungsberichten aktiv zuhören. (Erinnern Sie die Schüler an die Vereinbarung, dass alle persönlichen Geschichten, die der Klasse mitgeteilt werden, vertraulich behandelt und nicht weiter erzählt werden.)

6. STUNDE

Respektlosigkeit und ein Ratschlag

Spielen Sie beim Hereinkommen der Schüler ein Lied zum Thema Respekt.

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte zum Thema Respekt an die Tafel und diskutieren Sie sie.

- ◆ Wenn wir uns selbst respektieren fällt es uns leicht, auch andere zu respektieren.
- ◆ Seinen eigenen natürlichen Wert zu kennen und den anderer zu achten ist der wahre Weg, sich Respekt zu verdienen.
- ◆ Zu respektieren heißt, respektiert zu werden.

Fragen Sie: „Warum, glaubt ihr, missachten sich Menschen gegenseitig?“ Erörtern Sie die genannten Gründe. Sie könnten noch die folgenden Gründe hinzu fügen: „Normalerweise wissen Menschen, die andere missachten, es nicht besser – sie sind unwissend. Manchmal sind sie auch respektlos oder gemein, weil sie selbst ungelöste Gefühle von Unzulänglichkeit oder Ärger in sich tragen. Tief im Innern handelt es sich um mangelnde Liebe und Respekt für sich selbst. Sie versuchen dann, ihr Selbstwertgefühl aufzubessern, indem sie sich über andere stellen. Oft wurden diese Menschen selbst respektlos oder gemein behandelt.“

Fragen Sie:

- Fällt euch dazu eine Begebenheit ein? Kann uns jemand von euch ein Beispiel nennen?

Sagen Sie: „Einer der Reflexionspunkte ist: Zu respektieren heißt, respektiert zu werden.“ Fragen Sie:

- Könnt ihr mir dafür Beispiele nennen?
- Wenn ihr König oder Königin eines Landes wärt, welchen Rat würdet ihr Menschen geben, die sich respektlos verhalten? Wie sollten Menschen miteinander umgehen?

Übung

Lassen Sie die Schüler in Kleingruppen über wünschenswerte zwischenmenschliche Umgangsformen sprechen. Sie sollen ihre Ratschläge auf ein großes Blatt Papier schreiben und der Klasse vorstellen. Sie können sich dabei in die Rolle eines Herrschers, Präsidenten oder Regierungsmitglieds versetzen.

7. STUNDE

Meine Qualitäten

Spielen Sie zu Beginn ein Lied.

Sagen Sie: „Entspannungs-/Konzentrationsübungen sind ein Weg, das Gefühl von Selbstachtung zu genießen und zu stärken. In der folgenden Übung stellen wir uns einen Garten vor.“

Entspannungsübung: „Der Blumengarten“

„Setze dich bequem hin und entspanne deinen Körper ... Atme langsam ein und aus und lasse deinen Geist still und ruhig

werden ... Beginne bei deinen Füßen, entspanne sie ... Entspanne deine Beine ... deinen Bauch ... deine Schultern, deinen Nacken ... dein Gesicht ... deine Augen ... deine Stirn ... Dein Geist ist gelassen und ruhig ... Atme tief ein ... Konzentriere dich auf die Stille ... Stell dir eine Blume vor ... Genieße ihren Duft ... Betrachte deren Farben ... Genieße die Schönheit ... Jeder Mensch ist wie eine Blume ... Jeder von uns ist einzigartig ... und doch haben wir vieles gemeinsam ... Um dich herum entsteht ein Garten mit vielen verschiedenen Blumen ... alle sind wunderschön ... Jede Blume hat ihre eigene Farbe ... jede Blume hat ihren eigenen Duft ... und gibt ihr Bestes ... Einige sind lang mit spitzen Blütenblättern, andere mit runden Blütenblättern, einige sind groß, andere klein ... Einige haben viele Farbschattierungen ... andere ziehen die Aufmerksamkeit durch ihre Einfachheit auf sich ... Jeder von uns ist wie eine schöne Blume ... Genieße die Schönheit von jedem Einzelnen von uns ... Jeder trägt zur Schönheit des Gartens bei ... Alle sind wichtig ... Alle zusammen bilden den Garten ... Jede Blume respektiert sich selbst ... Wenn man sich selbst respektiert, ist es leicht andere zu respektieren ... Jeder ist wertvoll und einzigartig ... Mit Respekt erkennen wir die Qualitäten der anderen Menschen ... Nehmt das Gute in jedem Menschen wahr ... Jeder spielt eine einzigartige Rolle ... Jeder ist wichtig ... Nimm dir die Zeit, die du brauchst ... Lass nun langsam das Bild in deiner Vorstellung verblassen und kehre mit deiner Aufmerksamkeit wieder in diesen Raum zurück.“

- Beitrag von Amadeo Dieste Castejón

Diskutieren Sie den Reflexionspunkt: Aus dem Selbstrespekt entspringt Vertrauen.

Übung

Geben Sie jedem Schüler ein Blatt Papier. Jeder Schüler beschriftet es oben mit seinem Namen. Die Blätter werden nun herum gereicht, und jeder Schüler notiert darauf die positiven Eigenschaften, die er in dem Mitschüler, dessen Name auf dem Blatt steht, sieht. Wenn die Blätter bei allen Schülern waren, werden sie dem Eigentümer zurückgegeben. Geben Sie den Schülern etwas Zeit, ihre Liste der Qualitäten zu lesen, bevor Sie mit der Stunde fortfahren.

Diskutieren/ Besprechen

- Welche Dinge helfen dir dabei, in einem Gefühl der Selbstachtung zu bleiben?
- Welche Gedanken unterstützen dich dabei, in Selbstachtung zu bleiben? (z. B. hilft es, sich an die eigenen Qualitäten zu erinnern)
- Welche Worte helfen dir, in Selbstachtung zu bleiben? (Nette Worte, Worte, die andere glücklich machen.)
- Welche Handlungen helfen dir, die Selbstachtung zu bewahren?
- Welche dieser Dinge vermitteln ein vorübergehendes Gefühl von Respekt oder Stolz, und welche halten länger?

Anmerkungen für den Lehrer

Helfen Sie, während Sie den Antworten der Schüler zuhören und diese bestätigen, den Schülern dabei, die unterschiedlichen Arten von Gedanken, Worten und Handlungen, die ihrer Selbstachtung dienen, zu kategorisieren. Untersuchen Sie die Auswirkungen einiger der Handlungen auf sie und auf andere. Fragen Sie die Schüler, welche Handlungen lediglich ein vorübergehendes Gefühl von Stolz vermitteln und welche länger anhalten.

8. Stunde

Wer muss mich anerkennen?

Diskutieren Sie den folgenden Reflexionspunkt: Je mehr sich der Respekt an äußeren Dingen misst, desto größer ist das Bedürfnis nach Anerkennung durch andere. Je größer dieses Bedürfnis ist, desto mehr verlieren wir an Selbstachtung.

Setzen Sie die Übung der letzten Stunde fort und bitten Sie die Schüler, den anderen mitzuteilen oder eine Geschichte darüber zu schreiben, wie sie reagiert haben, wenn sie jemand missachtet hat und was ihnen dabei geholfen hat, ihre Selbstachtung zurückzugewinnen. Sie könnten die Strategien beim Notieren in gesunde und ungesunde Methoden unterteilen.

Führen sie zum Ende der Stunde die Entspannungsübung „Stern des Respekts“ durch.

Entspannungsübung „Stern des Respekts“

„Denke an die Sterne ... Nimm die Stille wahr, die die Sterne verbreiten ... Sie sind so wunderschön am Himmel, sie funkeln und leuchten ... still und friedlich ... Sei ganz ruhig ... Entspanne deine Zehen und deine Beine ... Entspanne deinen Bauch ... und deine Schultern ... Entspanne deine Arme ... und dein Gesicht ... Du fühlst dich sicher ... Umgeben von Frieden ... Innerlich bist du wie ein wunderschöner kleiner Stern ... Du bist liebenswert ... Du bist fähig ... Du bist, wer du bist ... Jeder bringt seine ganz speziellen Qualitäten auf diese Welt ... Du bist wertvoll ... Genieße das Gefühl von Selbstachtung ... Du bist ein Stern voller Respekt ... Erfahre Stille und Frieden in dir ... Richte deine ganze Aufmerksamkeit darauf ... Du bist konzentriert ... voller Selbstachtung ... zufrieden ... Bringe deine Aufmerksamkeit ganz langsam wieder zurück in diesen Raum.“

9. STUNDE

Agieren, nicht reagieren

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied zum Thema Frieden.

Nehmen Sie die in der 8. Stunde zum Thema Frieden erstellte Liste über Streitansätze.

Einführung: Sagen Sie: „Es kommt sehr oft zum Konflikt, wenn sich eine Person einer anderen Person gegenüber respektlos verhält. Heute werden wir uns die Liste einmal ansehen, die wir erstellt haben, als wir uns Gedanken zum Thema Frieden gemacht haben – zu den Dingen, die Konflikte und Kämpfe hervorrufen. Oft fühlen wir uns verletzt oder werden ärgerlich, wenn Menschen Dinge tun, die auf dieser Liste stehen. Wir fühlen uns dann schlecht, wenn wir respektlos behandelt werden - Wer aber definiert dich? Du selbst definierst, wer du bist, oder macht das vielleicht jemand anderes? ... Du bist doch derjenige, der deine Qualitäten kennt! Wenn sich jemand anderes schlimm über dich äußert, bedeutet das dann auch, dass du es bist? Nein. Seid ihr wertvolle Menschen? Ich denke schon. Okay, lasst uns diese Liste aus der Sicht des Respekts einmal ansehen – wie agiert man statt zu reagieren.“

Diskussion/ Besprechung

Nehmen Sie einen Punkt aus der Liste heraus und fragen Sie:

- Wenn diese Person respektvoll gehandelt hätte, wäre das dann passiert?
- Was würdet ihr demjenigen raten, stattdessen zu tun? Wie hätte man besser mit der Situation umgehen können?
- Wie könnte derjenige den Wert Respekt nutzen?

- Was würde daraus entstehen?
- Wäre das Problem dann aufgetreten?
- Wie hätte die Person, der das passiert ist, anders gehandelt, handeln können, wenn sie ihre Selbstachtung bewahrt hätte? Hätte sich das Problem dann vielleicht nicht derart aufgebaut?

Helfen Sie den Schülern bei der Problemlösung. Beobachten Sie, welche Alternativen sie erarbeiten. Dabei sollen sie sowohl kurzfristige als auch langfristige Folgen, verletzendes und freundliches Verhalten bedenken. Sie sollen sich auch mehrere Möglichkeiten, mit der Situation umzugehen, überlegen. Helfen Sie ihnen dabei, vernünftige Strategien zu entwickeln, so z. B.:

Wenn jemand etwas tut, was du nicht magst, z. B. dich zu hänseln, was kannst du dann sagen? Was klingt bestimmt, klar und doch nicht aggressiv? Vielleicht kannst du zu einem Bekannten deines Alters sagen „hey, diese Sprüche sind schon lange out – entspann dich“. Oder zu einem Familienmitglied „ich liebe dich. Warum sagst du das zu mir?“ lassen Sie die Schüler angemessene Aussagen entwickeln, die zu ihrer Kultur und zur Situation passen.

Bringen Sie ihnen folgende Formel bei: Dies hier ist ein guter Satz, den du sagen kannst, wenn ein Bekannter etwas tut, was du nicht magst (wie z. B. über jemanden herziehen usw.). „Ich fühle mich _____, wenn du _____ tust, weil _____.“

Führen Sie einige Beispiele an:

„Ich fühle mich schlecht, wenn du so über Mascha redest, sie ist meine Freundin. Ich mag dich, und ich mag sie auch. Ich denke, es ist schon in Ordnung, dass ich euch beide mag.“

„Ich fühle mich unter Druck gesetzt, wenn du mich ständig dazu aufforderst, das hier auszuprobieren. Ich habe dir bereits

gesagt, dass ich kein Interesse habe. Ich weiß, was ich tun möchte und was nicht, und ich möchte, dass du das respektierst.“

Bitten Sie die Schüler, ein angemessenes Beispiel für jede Situation zu entwickeln.

Nehmen Sie noch einige weitere Beispiele der Liste, die während der 8. Stunde zum Thema Frieden erstellt wurde, und stellen Sie die selben vier o. g. Fragen, die den Schülern dabei helfen, Strategien zu entwickeln.

Diskutieren Sie den folgenden Reflexionspunkt: Wenn wir uns selbst respektieren, fällt es uns leicht, auch andere zu respektieren.

Nun sollen die Schüler für zwei unterschiedliche Situationen die o. g. Formel „Ich fühle mich _____.“
_____ anwenden und ausfüllen.

10. STUNDE

Zwei Vögel

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied.

Lesen Sie die Geschichte „Zwei Vögel“ aus dem Anhang dieses Buches, es kann auch eine andere Geschichte über eine Person sein, die sich wegen einer Meinungsverschiedenheit angegriffen fühlt. Sprechen Sie über die Geschichte. Fragen Sie, ob den Schülern Situationen einfallen, in denen Konflikte dadurch entstanden sind, dass nicht richtig kommuniziert wurde oder weil die Situation unterschiedlich wahrgenommen wurde.

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Respekt bedeutet zu wissen, dass andere auch wertvoll sind.

- ◆ Den eigenen natürlichen Wert zu kennen und den Wert anderer zu ehren, ist der wahre Weg, sich Respekt zu verdienen.

Fahren Sie, wenn noch Zeit bleibt, mit den Kommunikationsmethoden zur Problemlösung aus der letzten Stunde fort.

11. STUNDE

Situationskarten

Anhand der Situationskarten können die Schüler verschiedene Umgangsweisen, mit denen Sie in Situationen des täglichen Lebens konfrontiert sind, diskutieren. Die Karten sind im Anhang verzeichnet. Sie können sie kopieren oder auf vorbereitete Karten abschreiben lassen.

In vielen Klassen kommt diese Übung sehr gut an, denn die Schüler haben damit eine weitere Möglichkeit, ihre wirklichen Probleme zu diskutieren und ihre durch die Werte-Arbeit erlernten praktischen Fähigkeiten anzuwenden. Der Lehrer fungiert hier als Vermittler. Vermeiden Sie es zu moralisieren und den Schülern zu sagen, was sie tun „sollten“. (Manchmal ist das wirklich schwer.) Hören Sie stattdessen gut zu und ermuntern Sie die Schüler dazu, zu antworten. Stellen Sie ihnen auch die Frage, was passiert, sowohl in positiver als auch in negativer Hinsicht, wenn ihre Antworten angemessen bzw. unangemessen sind. Es wird darauf hinaus laufen, dass die Schüler sich gegenseitig unterrichten. Wenn weiterhin unangemessen geantwortet wird, fragen Sie die Schüler, wie sie sich an Stelle der anderen Person fühlen würden. Lassen Sie die Schüler die Situationen dann in einem Rollenspiel spielen, mit anschließendem Rollentausch. Fragen Sie die Klasse, ob eine „faire“ Lösung gefunden wurde.

Übung

Lesen Sie der Klasse eine Situationskarte vor, zu der die Schüler Antworten entwickeln sollen. Beziehen Sie sich dabei auf die Kommunikationsstrategien aus der 9. Stunde zum Thema Respekt.

Fragen Sie:

- Wie könntet ihr den Wert Frieden anwenden?
- Was könntet ihr tun?
- Was würde eurer Meinung nach dann geschehen?
- Was könntet ihr sonst noch sagen oder tun?
- Wie könntet ihr den Wert Respekt anwenden?
- Was könntet ihr tun? (usw.)

Lesen Sie eine weitere Situationskarte vor und verfolgen Sie dann die Diskussion innerhalb der Klasse. Wenn Sie das nächste Mal die Situationskarten verwenden, könnten Sie die Schüler in Kleingruppen mit gleichen Kartensets arbeiten lassen. Die Schüler könnten dann abwechselnd die Karten vorlesen und Lösungsvorschläge machen. Sollten die Gruppen eine Situation schwierig finden, könnten die Lösungen dann auch innerhalb der ganzen Klasse besprochen werden.

Weitere Übungen

Lassen Sie die Schüler ihre eigenen Situationskarten entwerfen und sie dann mit anderen Gruppen besprechen.

Bitten Sie die Schüler, die Situationen zu spielen.

- Beitrag von Trish Summerfield

Beenden Sie die Stunde mit einem Lied oder einer Entspannungsübung

12. STUNDE

Beziehungen

Diskussion/ Besprechung

- Wie weiß man, ob Beziehungen zufriedenstellend sind? Wonach beurteilt ihr sie?
- Wie können wir den Wert Respekt in den genannten Situationen anwenden?
- In welchen Situationen ist es eine Frage der Selbstachtung, eine Grenze zu ziehen?
- Wie könnt ihr auf positive Weise Grenzen setzen, d. h. klarmachen, was jemand lassen und was er stattdessen tun sollte? (z. B.: „Ich find es wirklich toll, wenn Du vorbei kommst, hätte aber gern, dass du vorher anrufst.“)
- Könnt ihr Grenzen setzen und dabei inneren Frieden und Selbstachtung bewahren?
-

Übung

Bitten Sie die Schüler, sich schwierige Situationen in Bezug zur o.g. Diskussion auszudenken. Verwenden Sie dabei die in der letzten Stunde erstellten Situationskarten und üben Sie mit den Schülern, über schwierige Situationen zu sprechen. Sie sollen dabei Grenzen setzen ohne ihren Frieden und ihre Selbstachtung einzubüßen.

Beenden Sie die Stunde mit einer Entspannungsübung.

13. STUNDE

Eine Veränderung herbeiführen

Lesen Sie die Geschichte „Feuer im Dschungel“ und/oder das Statement des ehemaligen Vize-Generalsekretärs der Vereinten Nationen James Jonah (siehe Anhang).

Diskutieren Sie über den Reflexionspunkt: Zur Selbstachtung gehört die Gewissheit, dass ich etwas bewirken kann.

Vielleicht kann der Lehrer einige positive Geschichten erzählen, in denen er/sie etwas bewirken konnte.

Lassen Sie die Schüler einige Dinge nennen, die etwas bewirken, kleine Begebenheiten aus dem Alltag, die zu einer wirklichen Veränderung geführt haben, z.B. wie ein Mensch zugehört hat, als man traurig war oder wie eine Person an eine andere geglaubt hat. Lassen Sie die Schüler Situationen aufschreiben, in denen sie selbst zu einer Veränderung in dem Leben einer anderen Person beigetragen haben. Dies kann auch mündlich besprochen werden.

Übung

Stellen Sie traditionelle, kulturelle Masken oder Tiermasken her. Oder denken Sie sich einen Sketsch aus, in dem es um die Dinge geht, die Menschen tun können, um eine Veränderung zu bewirken. Oder denken Sie sich Slogans aus, die vermitteln, inwiefern das, was wir tun, etwas bewirkt.

14. STUNDE**Ein Ich-Baum**

Lassen Sie jeden Schüler einen Baum zeichnen und ihn folgendermaßen beschriften: Die Wurzeln mit den eigenen Qualitäten und Talenten; die Äste mit positiven Taten; die Blätter und Früchte mit Erfolgen dieser Dinge. Der Baum sollte entweder auf ein Blatt Papier gemalt oder mit anderen verfügbaren Materialien hergestellt werden. Die Bilder können dann in Vierergruppen vorgestellt werden, während die anderen Schüler mit Respekt zuhören und das ergänzen können, was noch nicht genannt worden ist.

- Beitrag von Sabine Levy und Pilar Quera Colomina

Sprache/ Literatur

Während der Woche könnten Sie jeden Schüler still beobachten und eine Qualität des Schülers aufschreiben.

Die Schüler könnten im Deutschunterricht Geschichten von Menschen mit und ohne Selbstachtung lesen und miteinander vergleichen. Diskutieren Sie über die verschiedenen Aspekte der Geschichten. Einige der folgenden Fragen könnten dabei wichtig sein.

- Inwiefern haben sich die Personen respektlos verhalten?
- Wie hat sich der Protagonist gefühlt?
- Wie hättet ihr euch gefühlt, wenn ihr das erlebt hättet?
- Wie hätten sich die anderen in der Geschichte respektvoll verhalten können?
- Wie hättet ihr euch gern verhalten, wenn ihr dabei gewesen wärt?

Lesen Sie Geschichten von Helden aus ihrem Kulturkreis.

Diskutieren Sie täglich einen oder mehrere Reflexionspunkte. Schreiben Sie Gedichte oder Essays zu diesen Punkten.

Respekt unter Freunden:

Diskutieren Sie den Reflexionspunkt:

Jeder Mensch in der Welt, auch ich, hat ein Recht darauf, in Würde und mit Respekt zu leben. Denken Sie sich einen Cartoon oder eine Geschichte zum Thema Respekt unter Freunden aus, oder schreiben Sie ein Essay.

- Beitrag von Marcia Maria Lins de Medeiros

Lassen Sie die Schüler so viele Adjektive und Adverbien wie möglich finden, die positive Wesenszüge von Menschen beschreiben. Jeder soll dann jeweils acht Wörter, die auf ihn/sie zutreffen, aussuchen. Diese 16 Wörter werden dann für eine schriftliche Selbstbeschreibung verwendet.

Teilen Sie die Gruppe in Kleingruppen auf. Lassen Sie die Liste der positiven Adjektive und Adverbien an der Tafel stehen. Bitten Sie die Schüler, zu jedem Mitschüler in der Kleingruppe drei Qualitäten zu nennen.

Schreiben Sie ein Essay oder ein Gedicht, in dem Gefühle und Reaktionen bei Respekt und Respektlosigkeit ausgedrückt werden.

Fügen Sie der Liste der Reflexionspunkte noch die Lieblings-Sprichwörter aus dem eigenen Kulturkreis, Sätze aus Legenden, oder Zitate von angesehenen Persönlichkeiten hinzu.

Lassen Sie ein persönliches Essay oder einen kurzen Erfahrungsbericht zu folgenden Punkten schreiben:

- Warum respektierst du deine Freunde?
- Warum respektierst du gewisse Erwachsene in deinem Leben?
- Welche Qualitäten respektierst du an ihnen?

- Was führt zu einem Verlust an Achtung?
- Wann achtest du dich selbst am meisten?

Lassen Sie die Schüler eine Kurzgeschichte schreiben, wie jemand ihr Leben positiv verändert hat, über eine Veränderung, die sie selbst im Leben anderer bewirkt haben, oder über eine Person, die sie interviewt haben.

Geschichte/ Sozialkunde

Suchen Sie nach Beispielen aus dem Geschichts- oder Sozialkundeunterricht und untersuchen Sie die Methoden, wie Regierungen oder Kulturen Respekt bzw. Respektlosigkeit zeigen. Verbinden Sie die unterschiedlichen Praktiken mit der wirtschaftlichen Entwicklung, der Verteilung des Wohlstandes, Bildungschancen und/oder Menschenrechten in dem Land.

Wissenschaft

Stellt euch vor, ihr lebt in einer Welt, in der die Menschheit alle Völker dieser Erde, alle Tiere und die Umwelt respektiert. Fragen Sie: „Was für Dinge würdet ihr erschaffen? Was würdet ihr nicht erschaffen?“

Überlegen Sie mit den Schülern zehn ökologische Praktiken, die dazu dienen, der Umwelt Respekt zu erweisen.

Kunst

Malt den Respekt.

Besprecht, was es heißt, das eigene Werk und das Werk anderer zu respektieren. Schreibt die Qualitäten, die sowohl in euren eigenen Werken als auch in den Werken anderer Künstler der Geschichte zu sehen sind, auf. Jede Zeitepoche hat seine eigenen Qualitäten und ihren eigenen Wert. Fragt euch: „Wie können wir als Künstler unsere Selbstachtung bewahren?“

Macht eine Kollage oder einen Wandbehang zu dem Thema: Wer bin ich? Bezieht die Symbole, an die ihr glaubt, eure Lieblingsbeschäftigungen, eure Qualitäten, vielleicht auch Euer Lieblingsessen und eure Lieblingstiere mit ein. Es kann leuchtend oder dezent, groß oder klein, dramatisch oder konservativ, aus Plastik oder mit Federn geschmückt aussehen.

Sammelt Artikel und Bilder über Menschen, die Positives bewirkt haben und macht daraus eine Kollage.

Fotografiert Freunde und Menschen aus eurem Leben und aus eurer Gemeinschaft, die Veränderungen bewirken. Schreibt unter jedes Bild eine Widmung, die ausdrückt, welchen Beitrag derjenige zu einer besseren Welt geleistet hat.

Schauspiel

Entwickelt einen Sketsch zum Thema Respekt und Respektlosigkeit.

Musik

Bitten Sie die Schüler, Lieder zum Thema Respekt mitzubringen. Spielen Sie diese in der Gruppe.

Hauswirtschaft

Erkunden Sie das Thema, wer ein Heim in der Welt schafft und wer es behütet, wer die sind, die nähren und wer die ersten Lehrer der Kinder sind. Untersuchen Sie, wie wichtig die Rolle einer Hausfrau bzw. eines Hausmannes und anderer Menschen in der Kinderbetreuung ist. Fragen Sie: „Wie bewahren sie sich ihre Selbstachtung?“ Lassen Sie die Schüler vier Werte herausfiltern, die für Hausfrauen bzw. Hausmänner und für Menschen in der Kinderbetreuung wichtig sind. Die Schüler sollen diese Aufgabe mit dem Gefühl der Selbstachtung erledigen.

Sport/ Tanz

Besprechen Sie das Thema: Achtung für den eigenen Körper, was bedeutet das? Sprechen Sie darüber, wie man gut für seinen Körper sorgt.

Besprechen Sie Regeln für sportliches Verhalten, nämlich Respekt für andere Spieler und Teams. Sprechen Sie über den Satz: Wer sich selbst respektiert, respektiert auch stets den anderen. Fragen Sie: „Wenn ihr eine Liga nach euren Vorstellungen gründen könntet, wie wäre dann Euer Verhältnis zu den anderen Spielern und Teams?“ Bitten Sie die Schüler, beim nächsten Wettkampf auf die Wortwahl und Verhaltensweisen ihres Teams zu achten.

Gestalten Sie einen Gruppentanz, bei dem jeder Tänzer stets im Bewusstsein der Selbstachtung und Achtung für jeden anderen Tänzer bleibt.

Fragen Sie: „Was passiert mit eurem Augenkontakt und euren Handbewegungen? Was ist eure Erfahrung?“

LIEBE



Universelle Liebe kennt keine Grenzen.

KAPITEL 3 - LIEBE

Reflexionspunkte.....164

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde	Vorstellung einer liebevollen Welt	165
2. Stunde	Mind Map über „Gesetze“	167
3. Stunde	Werte und Anti-Werte	168
4. Stunde	Das eigene Mitgefühl ausweiten.....	170
5. Stunde	Kollage und Kärtchen.....	172
6. Stunde	Mit Liebe zuhören	173
7. Stunde	Was ist Selbstlosigkeit, was ist Selbstverwirklichung?.....	174
8. Stunde	Liebe und Konfliktlösung	176
9. Stunde	Ich bin liebevoll und kompetent.....	178
10. Stunde	Ratschläge an sich selbst.....	181
11. Stunde	Ziele	182
12. Stunde	Tätige Liebe	183
13. Stunde	Liebevolle Beziehungen.....	184

Themenbereiche

Sprache/ Literatur	185
Geschichte/ Sozialkunde.....	189
Naturwissenschaft	190
Kunst	191
Musik	192
Hauswirtschaft.....	193
Sport/ Tanz.....	193

Reflexionspunkte zum Thema Liebe

- ◆ In einer besseren Welt ist das natürliche Gesetz das Gesetz der Liebe und ein besserer Mensch ist von Natur aus liebevoll.
- ◆ Universelle Liebe kennt keine Grenzen und keine Vorlieben, Liebe ist für alle da.
- ◆ „Das wahre Gesetz lebt in der Freundlichkeit unseres Herzens. Wenn unser Herz leer ist, kann kein Gesetz und keine politische Reform es anfüllen.“ – Tolstoy
- ◆ Liebe ist nicht nur einfach ein Wunsch, eine Leidenschaft, ein intensives Gefühl für eine Person oder für einen Gegenstand, sondern ein Bewusstsein, welches gleichzeitig Selbstlosigkeit und Selbstverwirklichung enthält.
- ◆ „Unsere Aufgabe sollte darin bestehen, uns selbst zu befreien ... dadurch, dass wir unser Mitgefühl ausweiten und alle Lebewesen und die gesamte Natur einschließen.“ – Albert Einstein
- ◆ Liebe kann für das eigene Land empfunden werden, für ein erstrebenswertes Ziel, für Wahrheit, Gerechtigkeit oder Ethik, für die Menschen und für die Natur.
- ◆ Liebe ist das Prinzip, welches in zwischenmenschlichen Beziehungen Würde und Tiefe entstehen lässt.
- ◆ Liebe heißt, dass ich freundlich, fürsorglich und verständnisvoll bin.
- ◆ Liebe bildet die Grundlage für den Glauben an Gleichheit und Wohlwollen allen Menschen gegenüber.
- ◆ Liebe ist überall – ich kann sie spüren.
- ◆ Wenn wir uns innerlich stark fühlen, ist es leicht, liebevoll zu sein.
- ◆ Liebe ist ein Anstoß für Veränderung, Entwicklung und Errungenschaften.

- ◆ Liebe heißt, jeden Einzelnen schöner als den Anderen zu empfinden.

Allgemeines

Beziehen Sie der Wertearbeit vorbehaltenen Zeit ab und zu eine Entspannungs-/ Konzentrationsübung mit ein. Sie könnten auf die Übungen aus den Kapiteln „Frieden“ und „Respekt“ zurückgreifen (siehe Anhang).

Lieder erschaffen eine besondere Atmosphäre, in der ein Wert erfüllt werden kann. Das Werte-Planungs-Team könnte täglich ein Themengebiet und dazu passend ein Lied aussuchen. Wählen Sie Lieder aus, die die Schüler ansprechen und die dem Alter ihrer Schüler entsprechen. Fordern Sie auch ruhig die Schüler dazu auf, ihre eigenen Lieder zum Thema Liebe mitzubringen, wie beispielsweise „True Colors“ von Cyndi Lauper, „Can You Feel the Love Tonight“ von Elton John und „Because You Loved Me“ von Celine Dion. Manche Schüler mögen es auch, traditionelle Lieder zu erlernen.

Unterrichtsstunden zum Thema Liebe

1. STUNDE

Vorstellung einer liebevollen Welt

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied.

Erarbeiten Sie anhand von Fragen und Diskussionen allgemeine Vorstellungen von Liebe:

- Warum ist Liebe wichtig?
- Denkt ihr, dass Liebe ein universeller Wert ist? Warum bzw. warum nicht?

- Denkt ihr, dass Liebe ein menschliches Bedürfnis ist? Für jeden?
- Würde unsere Welt anders sein, wenn sich jeder dem Anderen gegenüber liebevoll verhalten würde?

Vorstellung einer liebevollen Welt

Kommentar: Führen Sie die Schüler durch diese Vorstellungsübung, passen Sie den Text dabei der Situation an. Machen Sie beim Lesen immer wieder Pausen.

„Heute möchte ich, dass ihr an jemanden denkt, der liebevoll und freundlich ist. Es kann sich dabei um eine wirkliche Person in eurem jetzigen Leben handeln, um eine Person, die euch vor einiger Zeit geholfen hat oder auch um eine Person, die ihr in einem Film gesehen habt. Denkt jetzt über das Verhalten dieser Person nach. ... Stellt euch diese Person vor, wie sie hilft. ... Stellt euch jetzt bitte vor, dass jeder in der Welt so freundlich und so liebevoll ist. ... Wie würde die Welt aussehen? ... Macht einen Schritt in diese Welt, die ihr euch gerade vorstellt und fliegt durch den blauen Himmel. ... Stellt euch Führungspersönlichkeiten verschiedener Länder vor und seht, wie sie miteinander umgehen. ... Wie verhalten sie sich, wenn sie mit Bürgern ihres Landes zusammen sind? ... Stellt euch Freunde vor, die Zeit miteinander verbringen. ... Stellt euch jetzt die Menschen in eurer Nachbarschaft vor, wie sie miteinander umgehen. ... Stellt euch Menschen in Unternehmen vor. ... Wissenschaftler und das, woran sie arbeiten. ... Steuert jetzt mit dem Flugzeug auf dieses Land zu, fliegt über die Grenzen zu den Nachbarländern. ... Fliegt jetzt zu dieser Schule. .. Was wäre anders? ... Jetzt dreht das Flugzeug noch einige Runden und landet, und ihr sitzt hier wieder entspannt auf eurem Platz.“

Austausch:

Geben Sie den Schülern Zeit, ihre Vorstellungen und Erfahrungen untereinander zu besprechen, dies kann entweder in der gesamten Klasse oder in kleinen Gruppen geschehen.

Sprechen Sie über die Reflexionspunkte:

- ◆ In einer besseren Welt ist das natürliche Gesetz das Gesetz der Liebe und ein besserer Mensch ist von Natur aus liebevoll.
- ◆ Liebe ist die Grundlage für den Glauben an die Gleichheit aller Menschen und für das Wohlwollen allen Menschen gegenüber
- ◆ Wie anders sähe die Welt aus, wenn das natürliche Gesetz das Gesetz der Liebe ist?
- ◆ Würde es in einer liebevollen Welt irgendjemanden geben, der an Krieg interessiert ist? Warum bzw. warum nicht?
- ◆ Was würden sich in einer liebevollen Welt die Regierenden für ihre Bürger wünschen?

Übung

Lassen Sie die Schüler ein Symbol für eine liebevolle Welt zeichnen, oder ein Gedicht ausdenken.

2. STUNDE

Mind Map über „Gesetze“

Spielen Sie ein Lied zum Thema Frieden in der Welt.

Sagen Sie: „Gestern hieß es in einem der Reflexionspunkte ‚in einer besseren Welt ist das natürliche Gesetz das Gesetz der Liebe‘.“ Fragen Sie:

- Welche Arten von „Gesetz“ spürt ihr in dieser Gesellschaft

bzw. in der heutigen Welt? (Das Gesetz der Gier? Das Gesetz der Macht über Andere? Das Gesetz, dass derjenige gewinnt, der am meisten besitzt? Lassen Sie die Schüler sich so viele „Gesetze“ auszudenken, wie sie möchten.)

Übung

Lassen Sie die Schüler kleine Gruppen bilden. Jede Gruppe soll die Regeln sowohl für eines der o.g. Gesetze als auch für das „Gesetz der Liebe“ definieren. Erstellen Sie ein Mind Map zu diesen Gesetzen und schreiben Sie jeweils die Auswirkungen auf.

3. STUNDE

Werte und Anti-Werte

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied über die Liebe für die Menschheit.

Sprechen Sie über die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Universelle Liebe kennt keine Grenzen und keine Vorlieben, Liebe ist für alle da.
- ◆ „Unsere Aufgabe sollte darin bestehen, uns selbst zu befreien ... dadurch, dass wir unser Mitgefühl ausweiten und alle Lebewesen und die gesamte Natur einschließen.“ – Albert Einstein
- ◆ „Das wahre Gesetz lebt in der Freundlichkeit unseres Herzens. Wenn unser Herz leer ist, kann kein Gesetz und keine politische Reform es anfüllen.“ – Tolstoy

Das Kontinuum von Werten und Anti-Werten

Fordern Sie zwei Schüler der Kleingruppen aus der letzten Stunde dazu auf, die Ergebnisse vorzutragen.

Fordern Sie die Schüler dazu auf, die auf den Mind Maps notierten Auswirkungen zu analysieren. Sind es die Ergebnisse von Werten oder von einem Mangel an Werten – von Anti-Werten? Lassen Sie die Schüler die Werte (bzw. den Mangel an Werten) auf jede der Mind Maps aufschreiben. Das kann entweder in Kleingruppen geschehen oder auch in der großen Gruppe. (Erkennen Sie die Probleme und Sorgen an, die sie in der Welt wahrnehmen.)

Ziehen Sie dann eine lange Linie und schreiben Sie an das eine Ende die Werte und an das andere Ende die Anti-Werte. Schreiben Sie dann auf die Linie das „Gesetz“ und verschiedene Auswirkungen. Jede Kleingruppe kann sich nun über die Position Gedanken machen und die Auswirkungen dann auf lange Papierstreifen schreiben. Die Gruppen hängen dann ihre Papierstreifen dazu auf oder schreiben die Wörter auf das Kontinuum an der Wand entlang oder zeichnen es an die Tafel.

Anmerkung für den Lehrer

Wenn Sie beobachten, dass die Schüler sehr viel Zynismus ausdrücken, fragen Sie sie, warum sie zynisch sind oder sagen Sie Folgendes: „Menschen eures Alters sind manchmal zynisch. Ich denke, dass diejenigen Zynismus entwickeln, die sich wirklich eine friedvolle, ehrliche oder gerechte Welt wünschen – und sie hierin enttäuscht werden. Deshalb bedeutet es irgendwie, dass sich zynische Menschen wirklich sorgen – sie sind einfach nur enttäuscht.“

„Ihr seid die zukünftige Generation. Andere Menschen haben aus der Welt das gemacht, was sie jetzt ist. Was für eine Welt wollt ihr? Ihr müsst zwar mit der derzeitigen Realität umgehen, seid aber auch an der Gestaltung der Zukunft beteiligt. Was für eine Welt wollt ihr? Bei jeder Entscheidung, die ein Mensch trifft, entscheidet er sich für einen Wert.“

Fragen Sie:

- Welcher Abschnitt des Kontinuums wird in den heutigen Reflexionspunkten widergespiegelt?
- Was geschieht, wenn Mitgefühl nur gering bzw. gar nicht vorhanden ist?
- Wie können wir unser Mitgefühl ausweiten?

Hausaufgabe: Sucht ein Lied oder ein Symbol aus, bei dem es darum geht, das eigene Mitgefühl auszuweiten. Es kann auch ein Gedicht sein. Oder führt ein Interview mit einem Menschen durch, den ihr gern mögt und befragt ihn zu diesem Thema.

4. STUNDE

Das eigene Mitgefühl ausweiten

Sprechen Sie über die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Liebe ist das Prinzip, welches in zwischenmenschlichen Beziehungen Würde und Tiefe entstehen lässt.
- ◆ Liebe heißt, dass ich freundlich, fürsorglich und verständnisvoll bin.
- ◆ Liebe heißt, jeden Einzelnen schöner als den Anderen zu empfinden.

Austausch:

Fordern Sie die Schüler dazu auf, der Klasse die mitgebrachten Symbole, Gedichte, Bilder, Lieder und/oder Geschichten zu zeigen, bei denen es darum geht, das eigene Mitgefühl auszuweiten. In der nächsten Stunde wird es für diese Dinge noch mehr Zeit geben.

Fragen Sie:

- Wie würde sich ein Ort anfühlen, in dem es stets Mitgefühl gibt?
- Was haltet ihr davon, das Mitgefühl hier an dieser Schule auszuweiten?
- Was könnte getan werden?
- Welche Probleme, die mit dem Wert Liebe geregelt werden könnten, seht ihr?
- Wärt ihr bereit, eine Woche lang ein Experiment durchzuführen?

Ein Experiment zum Akzeptieren des Umfelds: Sagen Sie den Schülern, Sie möchten ein Experiment durchführen – und zwar soll sich die Schule in einen magischen Kreis aus Mitgefühl hinein versetzen, welcher aus guten Wünschen und der Akzeptanz von jedem besteht.

Übung

Fragen Sie die Schüler, ob sie dazu bereit wären, an ihrer Schule ein Umfeld zu schaffen, an dem jeder voll und ganz akzeptiert wird. Das heißt den Anderen zu beachten und eine Atmosphäre zu erschaffen, die jedem das Gefühl der Zugehörigkeit vermittelt. Fragen Sie die Schüler, was sie dazutun können, z. B. aufmerksam oder hilfsbereit sein. Achten Sie auf ihre Wortwahl. Wählen Sie positive und aufmunternde Worte. Bestärken Sie die Schüler darin, ihre Ideen auszudrücken, wie sie dies erreichen möchten. Machen Sie einen Plan.

Beenden Sie die Stunde mit der Entspannungs-/ Konzentrationsübung Aussenden von Liebe. Vielleicht sagen Sie: „Viele Menschen in der Welt leben in schwierigen Umständen. Bei der folgenden Entspannungs-/ Konzentrationsübung geht es darum, Liebe zu senden.“

Entspannungs-/ Konzentrationsübung: Aussenden von Liebe

„Sei für einige Minuten ein Stern von Frieden und schicke an alle Menschen in der Welt Liebe. ... Denke an die Sterne. ... Sie leuchten so schön am Himmel. ... Ruhig und friedvoll. ... Entspanne deine Zehen und deine Beine. ... Entspanne deinen Bauch. ... und deine Schultern. ... Entspanne deine Arme ... und dein Gesicht. ... Fülle den Raum mit Frieden. ... Entspanne dich und fühle dich wie ein schöner kleiner Stern. ... Lasse den kleinen Stern im Innern voll von friedvollem Licht sein. ... Angefüllt mit Liebe. ... Sei auch selbst angefüllt mit liebevoller Energie. ... Wir alle können zu jeder beliebigen Zeit Liebe und Frieden aussenden. ...Sende diese Liebe zu den Menschen in der ganzen Welt. ... Entspanne deinen Körper. ... Nimm noch mehr Liebe auf. ... Du trägst zu einer besseren Welt bei. ... Lasse deinen Geist zur Ruhe kommen. ... Und kehre dann hierher zurück.“

5. STUNDE

Kollage und Kärtchen

Diskussion:

Fordern Sie die Schüler dazu auf, die mitgebrachten Symbole, Gedichte, Lieder und/oder Geschichten über die Ausweitung des eigenen Mitgefühls vorzustellen.

Übung

Lassen Sie die Schüler darüber nachdenken, was vorgestellt wurde, und fünf Sätze aufschreiben, die mit den Worten

„Liebe ist ...“ beginnen. Verwenden Sie bei diesen Sätzen einige der Symbole und Bilder und machen Sie eine Kollage.

Zusätzliche Übung: Während einige der Schüler Dinge für die Kollage an der Tafel zusammenstellen, können die anderen kleine Karten zu verschiedenen Qualitäten und Werten entwerfen. Sie können dafür die eine Seite eines Blattes anmalen und auf die andere Seite einen Satz über die Qualität schreiben. Lassen Sie die Schüler die Entwürfe ihren Familien und Freunden vorlesen.

6. STUNDE

Mit Liebe zuhören

Fragen Sie:

- Wie läuft das Experiment?
- Was läuft gut? Was mögt ihr daran? Habt Ihr einen Unterschied feststellen können?
- Habt Ihr mit irgendetwas Schwierigkeiten?

Sprechen Sie über Schwierigkeiten und Problemlösungen.

Anmerkung für den Lehrer

Wenn sich jemand darüber beschwert, er oder sie möchte nicht „der beste Freund bzw. die beste Freundin“ von jemand anderem sein, so eignet sich die folgende Aussage: „Gute Wünsche bzw. Akzeptanz bedeutet nicht, dass jeder dein bester Freund sein muss. Man kann ruhig bei einer Bekanntschaft bleiben. Es bedeutet, dass du nicht unhöflich oder ablehnend bist, sondern klare oder positive Gefühle für den anderen hegst. Ein einfaches Lächeln, ein Hallo oder ein Kopfnicken und gute, durch die Augen vermittelte Gefühle – wow – das allein erschafft eine großartige Atmosphäre, in der man sich akzeptiert fühlt.“

Übung

Erinnern Sie die Schüler daran, dass sie in einer vorangegangenen Stunde bereits das Zuhören geübt haben. Heute möchten Sie, dass die Schüler sich an eine Begebenheit erinnern, in der ihnen jemand anders wirklich zugehört hat. Fragen Sie, ob irgendjemand gerne eine Situation erzählen möchte, in der wirklich zugehört wurde.

Lassen Sie die Schüler Paare bilden und sich mit jemandem zusammensetzen, den sie nicht gut kennen. Einer der beiden soll erzählen, was er/sie früher gern getan hat oder was ihn/sie interessiert. Der andere Schüler hört genau zu. Dann werden die Rollen getauscht. In einer kleinen Gruppe oder vor der ganzen Klasse erzählen die Schüler dann, was sie an der anderen Person entdeckt haben.

Hausaufgabe: Hört jemandem in eurer Familie genau zu und bleibt während des Zuhörens in einem Zustand völliger Liebe. Hört an einem Tag einem Erwachsenen zu und an einem anderen Tag eurem Bruder oder eurer Schwester. Hört auch einem Freund zu.

- Beitrag von Marcia Maria Lins de Medeiros

7. STUNDE

Was ist Selbstlosigkeit, was ist Selbstverwirklichung?

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied und führen Sie die Entspannungs-/ Konzentra-tionsübung Aussenden von Liebe durch.

Sprechen Sie über die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Liebe ist nicht nur einfach ein Wunsch, eine Leidenschaft, ein intensives Gefühl für eine Person oder einen Gegenstand, sondern ein Bewusstsein, welches gleichzeitig Selbstlosigkeit und Selbstverwirklichung enthält.

Fragen Sie:

- Wie kann etwas sowohl selbstlos als auch selbstverwirklichend sein?
- Kann man behaupten, das gelte auch für andere Qualitäten oder Werte? Für welche?
- Wann, glaubt ihr, können Menschen das in ihrem Leben erfahren?

Sagen Sie: „Vorhin haben wir die Entspannungs-/ Konzentrationsübung Aussenden von Liebe durchgeführt. Um überhaupt Liebe aussenden zu können, ist es hilfreich, selbst mit Liebe angefüllt zu sein. Heute möchte ich nur, dass ihr über Situationen nachdenkt, in denen ihr voller Liebe wart.“

Schreibübung: Lassen Sie die Schüler etwas über Situationen schreiben, in denen sie die Erfahrung gemacht haben, voller Liebe zu sein.

Lassen Sie von den Schülern etwas zeichnen, das für sie ein Symbol der Liebe darstellt.

Anmerkung oder andere Übung: Es gibt junge Erwachsene, die in ihrem Leben viele Traumata erlitten haben und die angeben, den Zustand von völliger Liebe noch nie erlebt zu haben. Lassen Sie diese Schüler einen Brief mit Ratschlägen für die Täter schreiben, der ihnen sagt, was sie nicht hätten tun sollen und was sie stattdessen hätten tun sollen. Es geht bei diesem Brief nicht darum, ihn abzuschicken.

8. STUNDE

Liebe und Konfliktlösung

Austausch: Sprechen Sie über die folgenden Reflexionspunkte: Liebe heißt, ein vertrauenswürdiger Freund zu sein. Liebe für andere zu empfinden bedeutet, dass ich das möchte, was für sie gut ist.

- Was wünschen wir uns von einem Freund?
- Was macht einen Freund zu einem vertrauenswürdigen Freund?
- Wie verhält sich jemand, dem wir vertrauen können?
- Wie signalisierst du dem anderen, dass du ein vertrauenswürdiger Freund bist und sogar noch das tust, was für den anderen gut ist?

„Ein Freund lässt den anderen nicht Auto fahren, wenn er Alkohol getrunken hat.“ Dieser Satz umfasst zwei der o.g. Punkte. (Oder verwenden Sie ein Beispiel, das zu der Situation passt.) Fragen Sie:

- Ist es auch eine Sache des Vertrauens, einem Freund dabei zu helfen, sich richtig zu entscheiden oder in gefährlichen Situationen benötigte Hilfe zu erhalten?
- Von welchen weiteren Begebenheiten, die Du erlebt hast, sollte ein anderer Freund wissen? (Selbstmord und gefährliche Körperverletzung sind zwei wichtige Antworten. Sollten sie nicht genannt werden, kann der Lehrer sie nennen.)
- Man sagt, Selbstmord sei ein Hilfeschrei. Was können wir tun um zu helfen? (Geben Sie den Schülern genügend Zeit, um wirklich über alle möglichen Bedenken zu sprechen. Situationsbedingt können Freunde auch die vorher besprochenen Methoden anwenden – Zuhören, gute Wünsche, das

Erkennen der guten Qualitäten. Sprechen Sie mit den Schülern auch über die folgende Information.)

Information: Einige Schüler glauben fälschlicherweise, dass sich Vertrauenswürdigkeit dadurch ausdrückt, den Erwachsenen auch dann Informationen vorzuenthalten, wenn sich ein Freund in ernsthaften Schwierigkeiten befindet. Freunde, die vertrauenswürdig sind, möchten auch für ihre Freunde das Beste. Wenn sich ein Freund in ernsthaften Schwierigkeiten befindet, sollte man ihm also helfen. Vor allem, wenn die Person Selbstmord gefährdet ist, bedeutet das, dass man sich mit einem verantwortlichen Erwachsenen oder mit einem professionellen Helfer in Verbindung setzt.

Übung

Entwerfen Sie Situationskarten oder fordern Sie eine kleine Gruppe von Schülern auf, einen kurzen Sketch über einen die Schule oder die Nachbarschaft betreffenden Konflikt zu entwickeln. Schlagen Sie den Schülern vor, ein „Stop und Wiederholungs“- Element in den Sketch mit einzubeziehen. Dabei wiederholen die Spieler die Handlungen und Worte des Sketches bis zum Ausbruch des Konflikts und wo eine liebevolle Haltung ein anderes Ergebnis gebracht hätte. Die Spieler müssen dann diese liebevolle Haltung in die Wiederholung des Abschnittes mit einbeziehen. Wenn in den nächsten Tagen oder in der nächsten Woche ein Problem auftaucht, lassen Sie die Schüler eine Wiederholung aufführen. Fragen Sie: „Wie fing der Konflikt an? Inwiefern ändert eine liebevolle Haltung das Ergebnis?“

9. STUNDE

Ich bin liebevoll und kompetent

Sprechen Sie über das Experiment zum Akzeptieren des Umfelds. Fragen Sie:

- Wie hat es sich angefühlt?
- War es leicht, gute Wünsche aufrecht zu halten?
- Was hat geholfen?
- Seid ihr mit den Ergebnissen zufrieden?
- Möchtet ihr das Experiment gern noch einige Wochen fortsetzen?
- Möchtet ihr gern irgendwelche Veränderungen vornehmen?
Wenn ja, welche?

Besprechen Sie die Vorstellungen und entwerfen Sie in der Gruppe einen Plan. Versuchen Sie, Einigung zu erzielen.

Sagen Sie: „Wir haben für heute noch ein weiteres Thema.“
Fragen Sie:

- Wie fühlt ihr euch, wenn ihr zugleich liebevoll und fähig seid?
- Wie würdet ihr euch fühlen, wenn das immer gelten würde?
- Worüber würdet ihr euch keine Gedanken mehr machen müssen?
- Ist Liebe unsere ursprüngliche Natur?
- Wie wäre unser Verhalten, wenn wir in unserem Geist stets Liebe erfahren würden?
- Wann fühlt ihr euch liebend?
- Wann fühlt ihr euch fähig?
- Welche Dinge könnt ihr tun, um solche Gefühle zu erschaffen?
- Welche hilfreichen Dinge könnt ihr zu euch selbst sagen, damit ihr euch so fühlt?

Übung in kleinen Gruppen: Sprechen Sie in kleinen Gruppen über die letzten beiden Fragestellungen und erstellen Sie je eine Liste sowohl zu den Gedanken als auch zu den Handlungen, die das Gefühl von Liebe und Kompetenz fördern.

Übung

Nehmen Sie ein Blatt und zeichnen Sie auf eine Seite ein abstraktes Bild über das Gefühl von Liebe und Kompetenz und auf die andere Seite über Unzulänglichkeit und Ärger.

Mögliche Übung: Übung für gefährdete junge Erwachsene

Anmerkung für den Lehrer

Die folgende Übung ist nicht für eine allgemeine Verwendung geeignet. Es ist hier erforderlich, dass der Lehrer sich in diesem Thema wohlfühlt und gleichbleibend aktiv zuhören kann. Die folgenden Fragen können viele Gefühle hervorrufen. Sollten sie sehr intensiv sein, lassen Sie umfassende Diskussionen zu, verwenden Sie vielleicht sogar eine Schulstunde auf zwei Fragen. Lassen Sie die Schüler auch kleine Gruppen bilden, in denen sie Beziehungsmuster heraus arbeiten, und stellen Sie Regeln für gesunde Beziehungen auf. Untersuchen Sie relevantes Buchmaterial und Filme. Verwenden Sie ein oder zwei Wochen auf Lesen und Diskutieren. Diskutieren Sie über die tatsächliche Wirklichkeit ihrer Situation. Z.B. wie kannst du es wissen, wenn ein Schänder kurz davor ist, durchzudrehen? Wie kannst du dich selbst schützen? Kennst du irgendeinen Ort, an dem du sicher bist? Die Schüler können dann Zeichnungen entwerfen mit dem Thema Missbrauch vs. wahre Liebe.

Spielen Sie zu Beginn einer jeden Stunde ein Lied und beenden Sie jede Stunde mit einer Entspannungs-/ Konzentrationsübung.

Stellen Sie die folgenden Fragen:

- Manchmal sagen die Menschen, dass sie uns lieben, doch ihre Handlungen sind negativ oder missbräuchlich. Handelt es sich dabei um wahre Liebe?
- Welche Verhaltensweisen sind negativ oder missbräuchlich? (Es kann zu einer Diskussion über den Teufelskreis kommen, bei denen Menschen ihre Partner verprügeln oder Eltern ihre Kinder missbrauchen.)
- Welche Verhaltensmuster bzw. Verhaltenskreisläufe seht ihr?
- Welche Signale kündigen Gefahr an und lassen euch wissen, dass es sich um eine schädliche Beziehung handeln könnte?
- Gibt es Menschen, die ihr besser meiden solltet?
- Welche Grenzen möchtet ihr in euren Beziehungen gerne ziehen?
- Ist es für euch möglich, sie als Menschen zu akzeptieren, und euch doch aus der Verstrickung zu lösen und ihnen gute Wünsche zu schicken?
- Ist jeder von euch würdig, wahre Liebe zu erhalten? (Es gibt nur eine richtige Antwort auf diese Frage, und zwar „Ja“. Wenn jemand „Nein“ sagt, diskutieren Sie warum bzw. warum nicht und stellen Sie klar, dass jeder würdig ist, wahre Liebe zu erhalten.)
- Kennt ihr Momente, in denen ihr euch würdig fühlt, wahre Liebe zu erhalten?
- Wie würde euer Freund oder eure Freundin, ein Ehemann oder eine Ehefrau wahre Liebe geben?
- Wie könnt ihr anderen wahre Liebe entgegen- bringen?
- Wie könnt ihr euch selbst wahre Liebe entgegen- bringen?

Übungen

Sorgen Sie zusätzlich zu der Diskussion täglich für eine Zeichen- bzw. Malübung. Lassen Sie es zu, dass die Schüler, wann immer sie möchten, auch Ärger zeichnen.

10. STUNDE

Ratschläge an sich selbst

Sprechen Sie über die Reflexionspunkte:

- ◆ Wahre Liebe ist eine Garantie für Freundlichkeit, Fürsorge und Verständnis; eifersüchtige und kontrollierende Verhaltensweisen verschwinden.
- ◆ Liebe ist ein Anstoß für Veränderungen, Entwicklungen und Errungenschaften.
- ◆ Was liebst du an dir selbst?
- ◆ Wie können Menschen liebevoll oder nett zu sich selbst sein?
- ◆ Gibt es irgendetwas, das du besser vermeiden solltest, wenn du liebevoll mit dir selbst umgehen möchtest?

Übung

Schreibe dir selbst einen kurzen Brief, in dem du zum Ausdruck bringst, was du an dir selbst schätzt und gebe dir selbst den geeignetsten Ratschlag.

- Auf Grundlage eines Beitrags von Marcia Maria Lins de Medeiros

Hausaufgabe: Verhaltet euch eine Woche lang zu Hause liebevoll. Umarmt jeden Tag eure Geschwister einmal extra, nehmt euch jeden Tag zehn Minuten Zeit, mit einem eurer Brüder oder Schwestern zu spielen, flickt ein abgenutztes Stofftier, teilt euren Nachtsch, oder ...

11. STUNDE

Ziele

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied über Liebe und/oder führen Sie eine Entspannungs-/ Konzentrationsübung durch.

Übung

Fordern Sie die Schüler auf, ihren Brief an sich selbst noch einmal durchzulesen und darüber nachzudenken. Lassen Sie sie sowohl ihre/seine eigenen persönlichen Ziele als auch die Verhaltensweisen oder Methoden aufschreiben, mit denen diese Ziele erreicht werden können. Die Ziele können sich darauf beziehen, wie die eigene innere Gefühlswelt sein soll und wie sie erreicht werden kann oder wie die Beziehungen zu anderen aussehen sollen; es können auch persönliche Ziele in Bezug auf Erziehung oder Beruf usw. sein. Fordern Sie die Schüler nun auf, mit einem Mitschüler die Ziele und Methoden zu besprechen.

Bitten Sie die Schüler dann, ihre Ziele und Methoden dahingehend zu bewerten, ob sie mit der liebevollen Einstellung zu sich selbst übereinstimmen.

Inhalt: Eine Methode zur Bewertung eines jeden Ziels ist, die kurz- und langfristigen Auswirkungen der Ziele und der entsprechenden Methoden zu erfassen.

Eingreifen: Der Lehrer kann dann Beispiele anführen, die gesellschaftlich relevant sind, beispielsweise drogengefährdete Jugendliche. Fordern Sie die Schüler auf, eigene Beispiele zu nennen. Oder, wenn sie noch ein Beispiel brauchen: Ein Ziel könnte es sein, sich glücklich, selbst- sicher und stark zu fühlen. Manche greifen dafür vielleicht zu Alkohol, andere zu Speed. Dadurch kann dieses Ziel vielleicht schnell erreicht werden, aber

was sind die langfristigen Folgen? Beeinträchtigen diese Folgen die Ziele anderer Menschen? Gewinnen Sie die Unterstützung der Schüler für diese Fragen und tragen Sie Antworten zusammen. Es ist wichtig, dass Sie durch ihren Tonfall signalisieren, dass Sie die Emotionen der Schüler voll und ganz akzeptieren, doch zeigen Sie auch ganz klar die Konsequenzen auf.

Schneiden Sie, sollte noch ein wenig Zeit bleiben, Situationskarten als Diskussionsgrundlage und für ein Rollenspiel aus. Wenden Sie dafür die Werte Liebe, Frieden und Respekt an.

12. STUNDE

Tätige Liebe

Diskutieren Sie kurz die folgenden Fragen und arbeiten Sie einige Lösungen heraus.

- Was hindert uns daran, unsere Ziele zu erreichen?
- Handelt es sich um wahre Liebe, wenn man sich selbst oder jemand anderem nur deshalb Schaden zufügt, weil der andere es gern möchte?
- Wenn ein Kind jeden Tag beispielsweise nur Bonbons essen möchte, bin ich dann, wenn ich dem Kind all die Bonbons gebe, eine gute Mutter/ein guter Vater? ... Was wären die Folgen für das Kind?
- „Tätige“ Liebe kann so definiert werden: Wenn das, was man tut, einem selbst oder jemand anderem schadet, dann handelt es sich nicht um Liebe.

Sprechen Sie über den Reflexionspunkt: Wenn wir uns innerlich stark fühlen, ist es leicht, liebevoll zu sein.

Übung

Lassen Sie die Schüler sich kurze Sketche zu typischen Verhaltensmustern ausdenken, die das Erreichen eines Ziels vereiteln, aber auch hilfreiche Alternativen aufzeigen.

Übung: Lassen Sie die Schüler zwei Dinge aufschreiben, die sie in dieser Woche tun werden, um ein bestimmtes Ziel zu erreichen.

Beenden Sie die Stunde mit einer Entspannungs-/ Konzentrationsübung.

13. STUNDE

Liebevolle Beziehungen

Denkt an die verschiedenen Leute, die ihr liebt. Sprecht in kleinen Gruppen über den Reflexionspunkt: Liebe ist das Prinzip, welches in zwischenmenschlichen Beziehungen Würde und Tiefe entstehen lässt.

Fragen Sie:

- Wie zeigen die verschiedenen Menschen in ihren Familien Liebe, bzw. wie können sie ihre Liebe zeigen?
- Wie würdet ihr, wenn ihr Eltern wärt, euren Kindern eure Liebe zeigen?
- Wie könnt ihr eurer Familie eure Liebe zeigen?
- Wie wirken sich unter der Woche liebevolle Handlungen zu Hause aus?
- Wie fühlt und benehmt ihr euch und wie denkt und spricht ihr innerhalb dieser verschiedenartigen Beziehungen?
- Wie zeigen wir normalerweise in allen liebevollen Beziehungen unsere Liebe?

Jede Gruppe kann dann die Ergebnisse der Klasse vorstellen.

Übung

Schreibt jemandem, den ihr liebt, eine kurze Bemerkung oder eine Karte, in der ihr eure Wertschätzung ausdrückt.

Mögliche Übung: Falls die Klasse ein eigenes Projekt entwickeln möchte, fragen Sie die Schüler, was sie gern tun möchten. Worin liegen die Bedürfnisse der Schule? Worin liegen die Bedürfnisse der Gemeinschaft?

Sprache/ Literatur

Schreiben Sie jeden Tag einen Reflexionspunkt zum Thema Liebe an die Tafel, über den die Schüler beim Hereinkommen nachdenken sollen.

Spielen Sie während diesen Minuten ein Lied zum Thema Liebe. Sprechen Sie einige Minuten darüber. Lassen Sie die Schüler Essays schreiben, wobei gleichzeitig die Schreibfähigkeit verbessert und das Vokabular erweitert wird.

Literaturwerkstatt

Fragen Sie die Schüler nach Charakteren aus der Literatur, mit denen sie sich kürzlich beschäftigt haben. Was haben diese Personen getan, damit ein liebevolles Umfeld entstanden ist, welche Handlungen haben dieses Umfeld zerstört? Fragen Sie, von welcher Person sich die Schüler in dieser Welt gern begleitet wissen möchten und warum. Schreiben Sie ein kurzes Essay zu diesem Thema.

Fordern Sie die Schüler dazu auf, ihre Lieblingsgeschichten zum Thema Liebe mitzubringen, Geschichten, die bei Menschen

dazu geführt haben, etwas Besonderes zu tun. Räumen Sie ihnen etwas Zeit ein, einzelne Passagen vorzulesen.

Regenbogenblume

In der Klasse von Natalie Ncube an der High-School für Jungen in Zimbabwe wurde die Kurzgeschichte von Valentin Katayev „Regenbogenblume“ gelesen.

In dieser Geschichte geht es um ein Mädchen, das sich verirrt hatte und eine alte Dame traf. Diese alte Dame gab ihm eine magische Regenbogenblume, die jeden Wunsch erfüllen konnte.

Die Blume hatte sieben Blütenblätter, für jedes Blütenblatt hatte das Mädchen einen Wunsch frei.

Das Mädchen vergeudete sechs dieser Wünsche und verwendete den siebten und letzten Wunsch darauf, einen verkrüppelten Jungen zu heilen.

Frau Ncube notierte: „Nach dem Vorlesen der Geschichte diskutierten wir über den Charakter des Mädchens.

Den Schülern fiel auf, dass sich auf Grund von Eifersucht, Neid und unnötigem Stolz der Charakter des Mädchens bei den ersten sechs Blütenblättern immer weiter verschlechterte. Erst als ihr nur noch das letzte Blütenblatt blieb, wurde sie nachdenklich und versuchte, den Wunsch „weise“ anzuwenden. Zunächst hatte sich das Mädchen materielle Dinge gewünscht und fühlte sich unglücklich, unzufrieden und nicht erfüllt. Als sie dann den gelähmten Jungen sah, tauchten bei ihr viele Werte auf.“

Weitere Übungen

Diskussion in der Klasse: Führen selbstsüchtige Wünsche im Leben zu Zufriedenheit und Glück? Was ist selbstsüchtiges

Verhalten und was bedeutet es, auf das Selbst zu achten?

Listet die positiven und negativen Eigenschaften des Mädchens (oder der Hauptfigur in einer vom Lehrer ausgewählten Geschichte) auf.

Hausaufgabe: Schreibt eine Geschichte zum Thema „Was ich tun würde, wenn ich eine Regenbogenblume hätte“.

Zeichnet die Regenbogenblume und schreibt eure Wörter in die Blütenblätter.

Verschiedene Arten von Liebe

Lassen Sie die Schüler eine Aufstellung von verschiedenen Arten der Liebe machen (väterliche, mütterliche, brüderliche, romantische, platonische, universelle Liebe, Liebe für die Menschheit, Liebe für Tiere, Liebe für die Natur, Liebe für das eigene Land usw.)

Die Schüler sollen Kurzgeschichten zu mindestens drei verschiedenen Arten von Liebe lesen und dann einige Gedichte schreiben, in denen mindestens zwei verschiedene Arten von Liebe thematisiert werden.

Sprechen Sie über den Reflexionspunkt: Liebe kann für das eigene Land empfunden werden, für ein erstrebenswertes Ziel, für die Wahrheit, für Gerechtigkeit, für Ethik, für Menschen, für die Natur.

Romantische Liebe vs. platonische Liebe

Übung

Beziehen Sie „romantische Liebe“ und „platonische Liebe“ auf Werke, die vor Kurzem im Unterricht durchgenommen wurden und beziehen Sie sich auch auf Klassiker und auf Literatur oder

mündlich überlieferte Geschichten aus dem kulturellen Umfeld der Schüler.

Wenn Sie sich dabei wohlfühlen, fragen sie die Schüler, wie ihrer Meinung nach heutzutage die Rollen bei einer platonischen Liebe aussehen sollten. Wie sollten die Rollen in einer romantischen Liebesbeziehung sein?

Was sollten Menschen niemals tun? (Diese Frage bietet die Möglichkeit, zu bestätigen, dass jede Art von Gewalt einem Freund oder einer Freundin gegenüber falsch ist.)

Wie alt sollten nach Meinung der Schüler Menschen sein, wenn sie heiraten? (Die Schüler geben normalerweise ein höheres Alter als erwartet an!). Worin liegen die Vorteile, wenn man mit dem Heiraten noch wartet? (Die Schüler haben mehr Zeit für die Schule, mit einer besseren Bildung können sie ihren Familien mehr bieten usw.)

Der Verfolger

Lesen Sie „Der Verfolger“, Teil 1. Lenken Sie die Aufmerksamkeit auf die folgenden Worte: „Junge Menschen, die einen Liebestrunk brauchen, haben in den seltensten Fällen fünftausend Dollar in der Tasche. Wenn sie die hätten, bräuchten sie keinen Liebestrunk.“ Fragen Sie: „Was verraten uns diese zynischen Worte über die Einstellung des alten Mannes zur Liebe?“

Austausch:

„Kann man mit Geld Liebe kaufen? Was ist wahre Liebe?“

Spielen Sie das Lied der Beatles „Can't Buy Me Love“ und von den Backstreet Boys „As Long as You Love Me“ und fahren Sie dann mit der Diskussion fort.

Die unten genannte Lehrerin las ihren Schülern zum

Abschluss der Stunde einen Abschnitt aus dem Buch „Jung bleiben – ein Leben lang“ von Deepak Chopra vor:

„Losgelöst zu sein bedeutet, frei zu sein von äußerlichen Einflüssen, die das wirkliche Selbst überschatten. Diese Lektion wird uns nicht durch unsere Kultur vermittelt. Die meisten Menschen legen einen höheren Wert auf Engagement, Begeisterung, Leidenschaft, starke Beteiligung usw. und erkennen dabei nicht, dass diese Qualitäten nicht das Gegenteil von Losgelöstheit sind.

In einer Beziehung eingebunden zu sein, bedeutet letztendlich, die Liebe und das Verständnis dafür aufzubringen, die andere Person das sein zu lassen, was sie sein möchte. Der Widerspruch besteht darin, dass man zur Erlangung der größten Leidenschaft am Leben in der Lage sein muss, zurückzustehen und sich selbst sein zu können. Es ist notwendig, die eigene Freiheit zu finden und dafür muss man seine eigenen Erwartungen, vorausgesetzte Ergebnisse und egoistische Standpunkte loslassen.“

- Beitrag von Natalie Ncube

Liebe heißt, die Angst loszulassen

Lassen Sie die Schüler ein Buch zum Thema Liebe lesen. Der Lehrer kann Auszüge aus dem Buch „Liebe heißt die Angst verlieren“ von Gerald Jampolsky lesen.

Diskussion: Sprechen Sie über einen oder mehrere Reflexionspunkte zum Thema Liebe.

Geschichte/ Sozialkunde

Während die Klasse Texte über verschiedene Kulturen liest, kann der Lehrer verschiedene Wege aufzeigen, wie Liebe ausgedrückt werden kann. Regen Sie eine Diskussion an und for-

dern Sie die Schüler dazu auf aufzuzeigen, wie sich Liebe in den verschiedenen Kulturen, die sie in den letzten Monaten kennen gelernt haben, zeigt.

Stellen Sie der Klasse die folgenden Fragen:

- Worin würde sich die Welt von der heutigen unterscheiden, wenn alle Regierungen nach dem Prinzip der Liebe handeln würden?
- Wie würde sich die derzeitige Regierung unseres Landes ändern, wenn sich jedes Regierungsmitglied bei seiner Arbeit von dem Prinzip der Liebe für alle leiten ließe?
- Wie würden wir uns verändern, wenn wir nach dem Prinzip der Liebe für alle handeln würden?
- Es heißt: „Für die menschlichen Bedürfnisse ist genug da, nicht aber für die menschliche Gier.“ Wie würdet ihr Fairness für alle gewährleisten?
- Nennt einige Dinge, die wir tun könnten und die diese Liebe und Fairness allen gegenüber widerspiegeln.

Naturwissenschaft

In den Naturwissenschaften spielt die Liebe eine interessante Rolle. Es gab Zeiten, in denen die Liebe für einen Anderen jemanden veranlasst hat, eine Krankheit zu erforschen und Heilmethoden zu entwickeln. Und doch war es in der Menschheit ein Mangel an Liebe, der dazu geführt hat, entsetzliche kriegerische Mittel zu erfinden. Fragen Sie: „Welche anderen Beispiele für Liebe und Wissenschaft fallen euch ein? Sollte in der Wissenschaft Liebe eine Rolle spielen? Haben Wissenschaftler eine moralische Verpflichtung für das, was sie erschaffen?“

Kunst

Verschiedene Slogans

Führen Sie die Übung zur Vorstellung einer liebevollen Welt aus der 1. Stunde dieses Kapitels Liebe durch. Fragen Sie dann:

„Kann Kunst der Welt die Qualität der Liebe näher bringen?“
Entwickelt verschiedene Slogans zum Thema Liebe und arrangiert sie zu einem Poster. Bleibt währenddessen in einem Zustand von Liebe.

Gestaltet nette und liebevolle Dinge. Beispiele: Entwerft Karten für eure Eltern, Großeltern oder Freunde, entwerft Karten für einen Freund, der umgezogen ist oder für ein Kind, das im Krankenhaus liegt usw.

Wandgemälde

Fordern Sie die Schüler dazu auf, als Gruppe ein schnelles, spontanes Wandgemälde zu malen. Teilen Sie die Klasse in Gruppen auf. Die erste Gruppe ist für den Himmel verantwortlich, die zweite für den Boden und die Bäume, die dritte für die Gebäude, die vierte für die Tiere und die fünfte für die Menschen. Spielen Sie dazu etwas Musik. Führen Sie noch einmal die Übung zur Vorstellung einer liebevollen Welt durch, und fügen Sie noch nähere Einzelheiten zu der Schönheit des Himmels, der Wiesen, Bäume, Gebäude und Tiere hinzu. Lassen Sie die Schüler sich vorstellen, sich während des Malens in dieser Welt zu befinden.

- Beitrag von Diana Hsu

Museum

Besuchen Sie ein Museum in ihrer Nähe oder eine Kunstgalerie und schauen Sie sich die Gemälde und Skulpturen an,

welche die Qualität der Liebe ausdrücken. Oder fragen Sie Künstler aus der Gegend, zu Ihnen in die Klasse zu kommen und einige ihrer Kunstwerke vorzustellen. Modellieren Sie mit Ton oder Gips eine Figur, die Liebe zum Ausdruck bringt.

- Beitrag von Eleanor Viegas

Musik

Lernen Sie Lieder über Liebe für jeden Menschen, einschließlich für sich selbst. Wählen Sie ihre Lieblingslieder aus. Gehen Sie zu einem Waisenhaus oder in ein Krankenhaus und spielen Sie die Lieder vor.

Untersuchen Sie Liebeslieder aus verschiedenen Jahrzehnten. Unterscheiden sich die Aussagen und Gefühle über romantische Liebe von Jahrzehnt zu Jahrzehnt? Unterscheiden sich die Lieder über Liebe für die Menschheit von Jahrzehnt zu Jahrzehnt?

Eines Tages

Refrain: C F
 Eines Tages wird es auf dem Planeten
 e7/C d7/C e7/C d7/C e7/C
 Vollkommenen friedlich und harmonisch sein.
 Es F/G C
 Und alle Menschen überall
 Es F/G C
 Werden sich ohne Angst lieben.

1. Strophe: B/F F B/F F
 Ich weiß, der Tag kommt bald,
 As/Es Es F
 An dem es keinen Hass mehr gibt,
 B/F F B/F F
 Und wir einander mit Liebe ansehen,
 As/Es Es F
 Ich weiß, es ist noch nicht zu spät.

2. Strophe: B/F F B/F F
 Man wird keine Waffen brauchen,
 As/Es Es F
 Und wir werden keinen Krieg erleben.
 B/F F B/F F
 Und spielen nur zusammen,
 As/Es Es F
 Denn dafür ist das Leben da!

(Wiederholung von Refrain und 1. Strophe)

3. Strophe: B/F F B/F F
 Lasst uns also unsere Schwierigkeiten aus dem Weg räumen
 As/Es Es F
 Unseren Ärger beiseite schieben.
 B/F F B/F F
 Wenn wir uns alle zusammentun können,
 As/Es Es F
 Werden wir uns eines Tages ganz nahe sein.

(Zweimalige Wiederholung des Refrains)

- Beitrag von Max und Marcia Nass

Hauswirtschaft

Führt eins eurer hauswirtschaftlichen Projekte bei euch zu Hause durch. So könnt ihr beispielsweise mit sehr viel Liebe eine Hauptspeise oder einen Nachtisch zubereiten. Überrascht eure Eltern damit!

Diskutieren Sie die zentrale Rolle von Liebe im eigenen Zuhause. Wie können wir uns so mit Liebe anfüllen, dass wir davon abgeben können?

Sport/ Tanz

Erarbeiten Sie einen Tanz zur universellen Liebe.

Führen Sie die Schüler durch die Visualisierungsübung Welt der Liebe. Verwenden Sie das Wiederholungselement als Teil eines Schauspiels.

TOLERANZ



***Toleranz heißt, das Gute in Menschen
und Situationen zu schätzen.***

KAPITEL 4 - TOLERANZ

Reflexionspunkte.....198

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde	Mangel an Toleranz	199
2. Stunde	In deinen Mokassins gehen.....	201
3. Stunde	Nachrichten zum Thema Toleranz.....	202
4.-8. Stunde	Gäste und Geschichten	203
9. Stunde	Liebe und ein Mangel an Liebe	204
10. Stunde	Innerer Frieden und Toleranz.....	207
11. Stunde	Intoleranz in der heutigen Zeit.....	208
12. Stunde	Nachricht an die Welt.....	209
13. Stunde	Abbau von Vorurteilen	210
14. Stunde	Erhöhung der Toleranz.....	214

Themenbereiche

Sprache/ Literatur	214
Geschichte/ Sozialkunde.....	218
Naturwissenschaft	221
Wirtschaft.....	222
Kunst	223
Musik.....	224
Hauswirtschaftslehre.....	224
Elektronik.....	225
Tanz	225

Reflexionspunkte zum Thema Toleranz

- ◆ Das Ziel ist Frieden, die Methode ist Toleranz.
- ◆ Toleranz bedeutet, offen und empfänglich für die Schönheit der Unterschiede zu sein.
- ◆ Durch Toleranz werden Masken, die zum Streit führen, entfernt und eine spannungsgeladene Atmosphäre, die durch Unwissenheit entstanden ist, entschärft, denn man erkennt dann die Individualität und die Vielfalt der Dinge. Stereotypen und Stigmata, die sich auf Menschen anderer Nationalität, Religion oder Erbanlagen beziehen, können durch eine tolerante Blickweise erkannt und beseitigt werden.
- ◆ Toleranz bedeutet gegenseitiger Respekt durch gegenseitiges Verständnis.
- ◆ Angst und Unwissenheit sind die Samen der Intoleranz.
- ◆ Liebe ist der Same der Toleranz, Mitgefühl und Fürsorge sind das Wasser.
- ◆ Durch Mangel an Liebe entsteht ein Mangel an Toleranz.
- ◆ Tolerant ist, wer das Gute in Menschen und Situationen zu schätzen weiß.
- ◆ Toleranz ist auch eine Fähigkeit, schwierigen Situationen zu begegnen.
- ◆ Die Unannehmlichkeiten des Lebens zu tolerieren bedeutet, loszulassen, leicht zu sein, andere leicht zu machen und weiter zu gehen.
- ◆ Wer verständnisvoll und aufgeschlossen ist, zieht Menschen an, die anders sind und zeigt seine Toleranz praktisch durch aufrichtige Akzeptanz und entgegenkommendes Verhalten. Das führt dazu, dass Beziehungen blühen.

Unterrichtsstunden

Beziehen Sie in der Wertezeit ab und an eine Entspannungs-/Konzentrationsübung mit ein. Lieder erschaffen eine besondere Atmosphäre, in der ein Wert erfüllt werden kann. Das Vorbereitungsteam könnte täglich ein Themengebiet und dazu passend ein Lied aussuchen. Wählen Sie Lieder aus, die von der Menschheitsfamilie handeln. Fordern Sie auch ruhig die Schüler dazu auf, ihre eigenen Lieder zum Thema mitzubringen. Manche Schüler lernen auch gerne traditionelle Lieder.

Unterrichtsstunden zum Thema Toleranz

1. STUNDE

Mangel an Toleranz

Spielen Sie ein Lied zum Thema Frieden oder Liebe für die Menschheit.

Entwickeln Sie anhand von Fragen und Diskussionen allgemeine Vorstellungen von Toleranz. Toleranz wird definiert als „eine faire und objektive Einstellung denjenigen gegenüber, die anders denken und handeln und die einer anderen Rasse, Religion oder Nationalität angehören; Freiheit von Fanatismus.“ (Random House College Dictionary)

Zeigen Sie die folgenden Reflexionspunkte. Diskutieren Sie anhand der unten angeführten Fragen das Thema.

- ◆ Toleranz bedeutet gegenseitiger Respekt durch gegenseitiges Verständnis.
- ◆ Das Ziel ist Frieden, die Methode ist Toleranz.
- Es heißt, dass Toleranz ein wesentlicher Faktor für den Frieden in der Welt ist. Welcher Zusammenhang besteht zwischen

Toleranz und dem Frieden in der Welt?

- In der heutigen Welt gibt es viele Beispiele für einen Zusammenhang zwischen Krieg und äußerster Intoleranz. Welche Beispiele aus der jüngsten oder früheren Geschichte fallen euch ein?

Beginnen Sie mit einer von den Schülern erwähnten Situationen. Fragen Sie, durch welche Faktoren der Konflikt hervor gerufen wurde. Erstellen Sie eine Liste und fragen Sie dann:

- Welches sind die Konsequenzen dieses Konflikts?
- Wie hoch ist der Preis des Konflikts auf materieller Ebene?
- Wie hoch ist der Preis des Konflikts auf menschlicher Ebene?
- Gibt es einen Zusammenhang zwischen persönlichem Frieden und Toleranz? Wie könnte dieser Zusammenhang eurer Meinung nach aussehen?

Zeigen Sie an der Tafel die folgenden Reflexionspunkte.

- ◆ Angst und Unwissenheit sind die Samen der Intoleranz.
- ◆ Liebe ist der Same der Toleranz, Mitgefühl und Fürsorge sind das Wasser.

Lesen Sie die Kurzgeschichte „Ein Teller Suppe“ aus dem Anhang. Sprechen Sie über die Geschichte und fragen Sie dabei die Schüler, von welcher Annahme die Charaktere jeweils ausgehen und welche Annahme sie in der Mitte des Stücks hatten. Wie haben sich diese Annahmen im Verlauf der Geschichte verändert? Fragen Sie: „Wer hat in dieser Geschichte wahre Toleranz gezeigt?“

Hausaufgabe: Lassen Sie die Schüler in den nächsten Wochen in den Nachrichten oder in Zeitungsartikeln Beispiele für Toleranz und Intoleranz finden. Bitten Sie die Schüler, ihre Augen offen zu halten und nach Symbolen, Bildern, Liedern, Geschichten und Gedichten zum Thema Toleranz Ausschau zu halten.

2. STUNDE**In deinen Mokassins gehen**

Spielen Sie ein Lied zum Thema Frieden oder Liebe und schreiben Sie währenddessen die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel.

- ◆ Toleranz bedeutet gegenseitiger Respekt durch gegenseitiges Verständnis.
- ◆ Toleranz bedeutet, offen und empfänglich für die Schönheit der Unterschiede zu sein.

Übung

Fordern Sie die Schüler dazu auf, sich mit jemandem zusammen zu tun, mit dem sie normalerweise nicht viel zusammen sind, und entscheiden Sie, wer „A“ und wer „B“ ist. Dies ist eine Stilleübung, durch welche die Schüler entdecken können, wie es sich anfühlt, jemand anders zu sein.

Erklären Sie, dass A nun für 10 Minuten spazieren gehen soll. B folgt A und macht all die Dinge, welche A tut, angefangen von der Länge, der Geschwindigkeit und dem Rhythmus der Schritte und der Art und Weise, wie er die Füße aufsetzt, bis hin zur Haltung der Hände und der Art, wie er die Arme schwingt. Er sieht und hört, was A sieht und hört. Anders ausgedrückt: B verbringt 10 Minuten Zeit damit, zu entdecken, was es heißt, A zu sein.

Nach 10 Minuten sprechen die beiden darüber, was B in der Rolle von A entdeckt hat und was für ihn anders war.

Dann werden die Rollen getauscht und o. g. Ablauf wiederholt. Tragen Sie zum Schluss die Entdeckungen der Schüler an der Tafel zusammen.

- Beitrag von Diana Beaver

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte und fragen Sie die jungen Erwachsenen nach Beispielen aus ihrem eigenen Leben.

- ◆ Angst und Unwissenheit sind die Samen der Intoleranz.
- ◆ Liebe ist der Same der Toleranz, Mitgefühl und Fürsorge sind das Wasser.

3. STUNDE

Nachrichten zum Thema Toleranz

Besprechen Sie mit den Schülern Nachrichten, Symbole, Bilder, Lieder, Gedichte und Geschichten zum Thema Toleranz, die sie in den Unterricht mitbringen. Verwenden Sie die gesammelten Dinge dazu, eine Toleranz-Collage an der Wand anzufertigen. Vielleicht möchte die Klasse die gesamte Collage auch in Form eines des Toleranz-Symbols gestalten.

Die Schüler könnten dann ihre Nachrichten künstlerisch in die Collage einbauen. Verzeichnen Sie bei Nachrichten über Intoleranz die Beispiele auf einer Weltkarte.

- Beitrag von Pilar Quera Colomina und Sabine Levy

4. – 8. STUNDE (ODER NOCH WEITERE)**Gäste und Geschichten****Anmerkung für den Lehrer**

Sollte der Literaturlehrer diese Toleranz-Stunden unterrichten, können für die nächsten fünf Unterrichtsstunden die Ideen und Übungen aus dem Abschnitt Sprache/Literatur übernommen werden. In dieser Woche sollte der Unterricht Wissen und Wertschätzung für verschiedene Kulturen erhöhen.

Diskutieren Sie täglich vor den Übungen jeweils einen der folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Toleranz bedeutet, offen und empfänglich für die Schönheit der Unterschiede zu sein.
- ◆ Liebe ist der Same der Toleranz, Mitgefühl und Fürsorge sind das Wasser.
- ◆ Durch Toleranz werden Masken, die zum Streit führen, entfernt und eine spannungsgeladene Atmosphäre, die durch Unwissenheit entstanden ist, entschärft, denn man erkennt dann die Individualität und die Vielfalt der Dinge. Stereotypen und Stigmata, die sich auf Menschen anderer Nationalität, Religion oder Erbanlagen beziehen, können durch eine tolerante Blickweise erkannt und beseitigt werden.
- ◆ Tolerant ist, wer das Gute in Menschen und in Situationen zu schätzen weiß.
- ◆ Wer verständnisvoll und aufgeschlossen ist, zieht Menschen an, die anders sind und zeigt seine Toleranz praktisch durch aufrichtige Akzeptanz und entgegenkommendes Verhalten. Das führt dazu, dass Beziehungen blühen.

Übung

Planen Sie einige Unterrichtsstunden mit informativen, altersgemäßen fiktiven und wahren Geschichten über verschiedene

Kulturen und diskutieren Sie danach die Informationen.

- Welche Werte sind in dieser Kultur wichtig?
- Wie werden sie zum Ausdruck gebracht?

Oder laden Sie Menschen aus verschiedenen Kulturen in den Unterricht ein, die mit der Klasse über ihr Erbe, ihre Traditionen und die dahinter liegenden Werte sprechen. Vielleicht sind sie auch bereit, den Schülern Musik, ein Lied, ein Gedicht oder Kunst aus ihrer Kultur vorzustellen, einen Tanz beizubringen oder ihre Vorstellung von einer fried- vollen Welt mitzuteilen.

Übung

Lassen Sie die Schüler ein Gedicht oder Lied über die Menschheitsfamilie als Regenbogen kreieren.

Abschließende Übung: Bitten Sie zum Abschluss der Woche die Schüler, sich in einem Kreis aufzustellen und in wenigen Sätzen auszudrücken, was sie entdeckt haben und wirklich bei einer anderen Kultur schätzen.

9. STUNDE

Liebe und ein Mangel an Liebe

Diskutieren Sie folgenden Reflexionspunkt: Durch Mangel an Liebe entsteht ein Mangel an Toleranz.

Bemerkung: Dieser Reflexionspunkt kann sich auf zwei verschiedene Tatsachen beziehen:

1. Mangelnde Liebe für eine andere Kultur oder Rasse führt zu Intoleranz.
2. Mangelnde Liebe im eigenen Innern führt zu Intoleranz anderen gegenüber.

Fragen Sie die Schüler, was der o. g. Reflexionspunkt bedeutet. Bestätigen Sie beide Antworten (oder auch die weiteren).

Stellen Sie dann die folgenden Fragen und erstellen Sie eine Liste der Punkte, die genannt werden:

- Menschen machen vielerlei Unterschiede. Worin liegen ihre Vorurteile? Mal sehen, wie viele wir nennen können. Menschen machen Unterschiede auf Grund von _____. (Oft werden folgende Dinge genannt: Rasse Religion, Hautfarbe und Kultur.)

- Fallen euch noch weitere ein?
- Wie sieht es mit Geld aus?
- Oder mit dem Aussehen?
- Verachtet ihr Menschen, die arm sind?
- Oder hässlich?
- Oder nicht so schlau?
- Welche anderen Punkte fallen euch noch ein? (beispielsweise: Wohlstand, Bildung, Alter oder Position.)
- Warum tut man das? Besteht eine angeborene Notwendigkeit, besser zu sein als der andere? ... Oder denkt ihr, dass Menschen sich miteinander vergleichen, damit sie sich selbst gut (oder besser) fühlen?

Inhalt:

Oftmals vergleichen sich Menschen mit anderen, um sich selbst gut zu fühlen. Das ist ganz natürlich, und die meisten von uns tun das. Doch es gibt immer irgendeinen, der dümmer oder klüger, hübscher oder hässlicher ist. Wenn man sich selbst als wertvoll akzeptiert, besteht für einen Vergleich keine Notwendigkeit mehr. Man braucht dann nicht mehr so zu tun, als sei man besser.

Babies haben keine Vorurteile. Fanatismus ist etwas Erlernetes. Im Geschichtsunterricht haben manche von euch wirtschaftliche Faktoren untersucht, die zur Sklaverei und anderen Formen der Diskriminierung geführt haben. Wirtschaftliche Sanktionen haben in Südafrika das Ende der Apartheid herbei geführt.

In Zeiten des Wandels braucht es eine gewisse Zeit, bis sich die Einstellung der Menschen ändert. Manche Menschen hatten nur deshalb Vorurteile, weil sie ihnen als Realität vermittelt worden waren. Manchen war es noch nicht einmal bewusst, dass sie andere diskriminierten. Es wurde allgemein akzeptiert, anderen gegenüber gleichgültig zu sein. Um Einstellungen zu ändern, ist es wichtig, das Bewusstsein für Menschenrechte zu schärfen und zu erstehen, dass jeder Mensch wichtig und wertvoll ist.

Doch ich möchte heute noch einen anderen Faktor aussprechen, der über Gleichgültigkeit hinausgeht. Einige Menschen scheinen nichts anderes im Sinn zu haben, als Hass zu verbreiten. Vielleicht möchten sich einige von euch noch weiter damit beschäftigen. Doch manchmal tragen Menschen viel emotionalen oder seelischen Schmerz in sich. Geht dieser Schmerz weiter, kann er sich als Ärger äußern. Der Ausdruck des Ärgers ist nur der Versuch, sich von ihm zu befreien. Hass-Gruppen bieten dafür eine passende Plattform. Ärger zieht jedoch mehr Ärger nach sich, und somit nehmen die Verletzungen nur zu. Das Ganze endet in einer Gewaltspirale, die sich gegen sie selbst oder andere richtet.

Diskutieren Sie jede kleinste Reaktion der Schüler.

Untersuchungen haben gezeigt, dass Menschen mit einem hohen Selbstwertgefühl toleranter sind als Menschen mit einem geringen Selbstwertgefühl. Das unterstützt den heutigen Reflexionspunkt.

- Welcher Wert oder welcher Reflexionspunkt unterstützt die Vorstellung, dass jeder von euch einzigartig und wertvoll ist?

Übung

Die Schüler sollen ihre Gedanken zu dieser Stunde in einem eigenen Rap-Song oder einem Lied zu einer traditionellen Melodie ausdrücken oder eine Kurzgeschichte über Vorurteile schreiben.

10. STUNDE

Innerer Frieden und Toleranz

Frage:

„In welcher Beziehung stehen innerer Frieden und Toleranz?“

Diskutieren Sie dann den folgenden Reflexionspunkt: Liebe ist der Same der Toleranz, Mitgefühl und Fürsorge sind das Wasser.

Übung

Malen, zeichnen oder tanzen Sie Toleranz, Frieden, Liebe, Mitgefühl und Fürsorge oder lesen Sie einige ihrer Lieblingsausschnitte der Toleranz-Kollage vor.

11. STUNDE

Intoleranz in der heutigen Zeit

Wegen Empfindsamkeiten bzgl. von Vorurteilen mag es ratsam sein, für die nächsten Diskussionen eine Regel zu vereinbaren. „In unserer heutigen Diskussion kommen evtl. Vorurteile zur Sprache, die euch aufgeregt haben. Es kann sein, dass einer eurer Mitschüler sehr persönliche Dinge erzählt. Seid ihr dann auch bereit, das zu respektieren und das Gesagte für euch zu behalten? ... Heute werden wir über Intoleranz von Unterschieden sprechen, die ihr vielleicht an dieser Schule oder in eurer Gesellschaft bemerkt habt.“ Fragen Sie:

- Werden in unserer Gesellschaft einige Menschen diskriminiert?
- Werden an unserer Schule einige Menschen diskriminiert?
- Weswegen?
- Wurdet ihr jemals diskriminiert?
- Wie habt ihr euch dabei gefühlt?
- Wie alt wart ihr, als ihr zum ersten Mal eine Art von Diskriminierung erfahren habt? (Stellen Sie diese Frage nur, wenn der Grad an Vertrauen in der Klasse sehr hoch ist.)
- Warum diskriminieren eurer Meinung nach einige Menschen ihre Mitmenschen?
- Wie lernen es Menschen, andere zu diskriminieren?
- In welchem Alter habt ihr gelernt, andere zu diskriminieren?
- Welche Einstellung sollte jeder anderen gegenüber haben?

Übung

Lassen Sie die Schüler ein persönliches Essay zum Thema „Diskriminiert - integriert“ oder „entfremdet - integriert“ schreiben.

12. STUNDE

Nachricht an die Welt

Wiederholen Sie einige Punkte aus der letzten Stunde und lassen Sie, wenn erwünscht, eine erneute Diskussion zu. Fragen Sie dann:

- Wenn jeder tolerant wäre, wie würde die Welt dann aussehen?
- Welche Botschaft würdet ihr gern an die Welt richten?
- Was können wir uns selbst sagen, um anderen gegenüber toleranter zu sein? Erstellen Sie an der Tafel eine Liste.

Übung

Fordern Sie die Schüler dazu auf, ihre Botschaft an die Welt aufzuschreiben. Jeder Schüler kann sich den Adressaten seiner Empfehlung frei aussuchen – es kann das Staatsoberhaupt des Landes sein, Führungspersönlichkeiten der Welt, andere Schüler oder die Menschheit dieser Welt. Die Schüler können ihre Ratschläge in kleinen Gruppen vorlesen und jede Gruppe kann dann einen Slogan entwickeln. Zeichnen Sie die Slogans auf Poster oder auf Papierbahnen und hängen Sie diese an die Wand.

Anmerkung für den Lehrer

Wenn in ihrer Gruppe Schüler sind, die anderen ethnischen Gruppen gegenüber Hass zum Ausdruck bringen, fragen Sie sie nach ihren Zielen. (Bleiben Sie sachlich anstatt sie auszufragen.) Fragen Sie beharrlich, warum sie das wollen. Der beruflichen Erfahrung der Autorin nach wird jeder irgendwann sagen, dass man sich nach Sicherheit oder Wertschätzung sehnt. Bestätigen Sie den Wunsch danach, sich geliebt, sicher und erfüllt fühlen zu wollen.

Wenn Sie erst einmal ein Ziel formuliert haben, das auf Werten beruht, bitten Sie die Schüler, sich eine konstruktivere Möglichkeit zur Erreichung dieses Ziels zu überlegen. Fragen Sie: „Was ist das Ergebnis von Ärger?“ (Mehr Ärger.) „Was ist das Ergebnis von Gewalt?“ (Tod, mehr Ärger, tiefe Trauer, Vergeltung etc.) Lassen Sie die Schüler ein Mind Map erstellen oder eine Linie der Konsequenzen toleranten bzw. intolerantern Verhaltens ziehen. Bleiben Sie in der Beziehung klar und respektvoll. Sollten die Schüler für einige der Entspannungs-/ Konzentrationsübungen besonders empfänglich sein, so machen Sie diese Übungen täglich. Finden Sie etwas Positives, was sie tun können. Schauen Sie nach Gelegenheiten, fürsorgliche Qualitäten hervor zu heben. Schauen Sie nach Aufgaben, bei denen die Schüler zu zweit mit einem reifen, positiven Kooperationspartner aus einer anderen ethnischen Gruppe zusammen arbeiten.

13. STUNDE

Abbau von Vorurteilen

Fragen Sie:

- Was habt ihr Diskriminierendes von euren Klassenkameraden gehört? (Schreiben Sie die Dinge schnell an die Tafel.)
- Was geschieht normalerweise, wenn so etwas gesagt wird?

Fassen Sie das Gesagte zusammen, z. B. so: „Manchmal werden Gefühle verletzt, und wenn jemand etwas Aggressives sagt, wird alles noch schlimmer. Manchmal wird Aggression mit

Gegen-Aggression beantwortet, ob mit Worten oder mit Handlungen.“

Wenn das Gespräch auf den Angegriffenen kommt, der einfach weggeht, ohne etwas zu sagen, sagen Sie: „Manche reagieren auf Beleidigungen mit Rückzug. Ihre Antwort scheint dann passiv zu sein.“ Fragen Sie:

- Doch wie fühlt sich der, der geht, wirklich? (Erkennen Sie alle Antworten an.)

Erklären Sie: „Wenn jemand etwas Gemeines sagt, gibt es prinzipiell drei Arten von Antworten. Ihr habt aggressive und passive Antworten beschrieben.

Die dritte Art Antwort ist selbstbehauptend, z. B. wenn ihr während der Konfliktlösung mit Respekt sagt „Ich mag es nicht wenn du _____.“ Sondern: „Ich möchte, dass du _____.“ Oder: „Ich mag solche Witze überhaupt nicht.“ Oder: „Ich fühle mich nicht wohl wenn du ...“ Ihr behauptet euch auch selbst, wenn ihr die Sätze aus dem Kapitel Respekt verwendet: „Ich fühle mich _____ wenn du _____ tust, weil _____.“

Fragen Sie:

- Kann jemand von euch eines dieser Beispiele nehmen und auf den letzten Satz „Ich fühle mich ..., wenn du das tust, weil ...“ anwenden?

Dazu brauchen die Schüler Zeit. Reagieren Sie positiv auf ihre Bemühungen und helfen Sie, wenn es nötig sein sollte.

Sagen Sie: „Wir möchten unsere Gefühle oft nur mit unseren Freunden oder mit Menschen teilen, die wir wirklich gut kennen. Deshalb fühlt ihr euch vielleicht nicht wohl bei der Aussage „Ich fühle mich ...“ und wendet sie deshalb auch nicht an. Wie reagieren wir aber auf Gemeinheiten?“ Fragen Sie:

- Was passiert, wenn wir aggressiv antworten? (Erkennen Sie die Antworten der Schüler an. Manche sagen vielleicht: Menschen werden nur noch ärgerlicher; der Groll wird nur noch größer; manchmal kommt es zueiner Schlägerei; und der Wunsch nach Vergeltung entsteht.)
- Was passiert, wenn wir passiv bleiben? (Manche Schüler sagen vielleicht: Die Menschen bringen dir dann keinen Respekt entgegen und behandeln dich nur noch schlimmer; du fühlst dich ohnmächtig.)

Lassen Sie die Schüler in Kleingruppen Situationen, die sie als besonders schwierig empfunden haben, in einem Rollenspiel darstellen. Dann wird die Situation zurückgespult und mit einer toleranten „wohlwollenden“ Antwort erneut gespielt.

Dann sollen sich die Schüler Bemerkungen überlegen, die man als Antwort geben könnte – Bemerkungen, die eine tolerantere Sichtweise zeigen, die nicht als lasch oder aggressiv sondern als selbstbehauptend, „cool“ und wohlwollend empfunden werden. Beispiele: „Ja, es wäre auch keine so tolle Welt, wenn wir alle geklont wären.“ „Ich fühle mich wesentlich wohler, wenn ich Frieden übe.“ Oder „Was würdest du an ihrer Stelle tun?“ Lassen Sie einige Freiwillige die Antworten nachspielen. Applaudieren Sie ihnen. Lassen Sie die Schüler eine Liste der besten Antworten erstellen.

Anmerkungen für den Lehrer

Achten Sie auf alle Formen des Ausschließens, der Selbstsucht oder Gehässigkeit, hinter denen Angst und Unwissenheit stecken. Erschaffen Sie den Geist der Toleranz durch Dialog und Verständnis.

Helfen Sie den Schülern dabei, Intoleranz zu überwinden, indem Sie sie ermutigen, die Schönheit der Vielfalt mit ihrem ganzen Reichtum schätzen zu lernen. Betonen Sie die Tatsache, dass genaues Zuhören der erste Schritt in Richtung Toleranz ist. Helfen Sie ihnen dabei zuzuhören, tolerant zu sein, verstehen zu wollen und eine positive und passende Lösung zu finden. Verstärken Sie immer wieder den Respekt der Schüler durch gegenseitiges Verständnis.

Sprechen Sie darüber, wenn Konflikte aufkommen, die auf Intoleranz hindeuten.

- Welche Kleinigkeiten deuten schon auf Vorurteile oder Intoleranz hin?
- Was können wir tun, um das zu ändern?

Toleranz ist die Fähigkeit und die Kunst, Situationen zu begegnen und kreative Lösungen anzubieten.

- Beitrag von Pilar Quera Colomina und Sabine Levy

14. STUNDE

Erhöhung der Toleranz

Diskutieren Sie den folgenden Reflexionspunkt: Tolerant ist, wer das Gute in Menschen und Situationen zu schätzen weiß.

Fortsetzung der letzten Übung: Trainieren Sie die Fertigkeit der positiven Selbstbehauptung, indem Sie die Schüler 10 Minuten oder mehr die in der letzten Stunde gefundenen Antwortmöglichkeiten üben lassen. Entweder Sie oder die Schüler äußern die diskriminierenden Bemerkungen. Die anderen können Antworten anbieten, die bestimmt und voller Selbstachtung sind. Je länger man diese Antworten übt, und zwar bis man mit ihnen zufrieden ist, desto eher wird man sie auch praktisch anwenden. Lassen Sie einige Szene spielen, und bestärken Sie die Schüler dabei.

Abschlussübung: Jeder Schüler soll eine Liste der Dinge erstellen, die für die Toleranz hilfreich sind. Die Schüler können ihre Listen dann in kleinen Gruppen besprechen. Jede Gruppe soll dann einen Punkt auswählen, der ihnen für Toleranz am wichtigsten scheint, und ihn der Klasse vorstellen. Warum ist dieser Punkt der wichtigste? Fragen Sie die Klasse: „Seid ihr in der Lage, tolerant zu bleiben und den Standpunkt jeder Gruppe wertzuschätzen, auch wenn ihr anderer Meinung seid? Was könnte euch wohl dabei helfen?“

Sprache/ Literatur

Schreiben Sie jeden Tag einen Reflexionspunkt an die Tafel. Die Schüler sollen darüber nachdenken und sich dann dazu äußern.

Suchen Sie Werke heraus, die sowohl Toleranz als auch den Kampf zur Überwindung von Intoleranz thematisieren. Es gibt

so viele Geschichten, klassische Werke, historische Romane und Autobiographien über Diskriminierung und die Folgen von Intoleranz. Stellen Sie, wenn die Schüler in der Klasse ein Werk gelesen haben, die folgenden Fragen:

- Wie fühlte sich die Hauptperson?
- Wie hätten Sie sich an ihrer/seiner Stelle gefühlt?
- Verfasst als die Hauptperson eine Nachricht an den Täter und an die Welt.

Die Schüler können auch selbst entdeckte Literaturbeispiele einbringen. Verteilen Sie Referate zu einem Werk und lassen Sie die Schüler ein Gedicht über eine weitere Lektüre schreiben.

Lesen Sie Passagen aus Nelson Mandelas „Der lange Weg zur Freiheit“ oder einem anderen Werk des Lehrplans.

Übung

Sprechen Sie mit den Schülern über ihre Gefühle hinsichtlich der gelesenen Geschichte. Bitten Sie sie, einige Zeilen dazu zu schreiben, ihre Gedanken zu zeichnen oder ein kurzes persönliches Essay zu schreiben.

Ein Regenbogen

Konzept: Vergleicht die Vielfalt von ethnischer Herkunft, Kulturen und Menschen mit einem Regenbogen. Der Regenbogen wäre nicht annähernd so schön, wenn ein oder zwei Farben fehlen würden – in der Tat wäre er mit nur einer Farbe gar kein Regenbogen. Die Menschheitsfamilie ist wie ein Regenbogen mit einem großen Farbspektrum. Jede Kultur und Tradition trägt etwas Wichtiges dazu bei.

Übung

Lassen Sie die Schüler einen Regenbogen entwerfen. Wenn in der Klasse gerade ein Werk gelesen wird, so lassen Sie die Schüler einen großen Regenbogen an die Wand malen und in die Halbkreise des Regenbogens die unterschiedlichen Aspekte aus der Geschichte unter besonderer Berücksichtigung der positiven Eigenschaften der dargestellten Kultur hinein schreiben. Wenn die Schüler verschiedene Bücher lesen, können sie auch für jedes Buch, das sie gelesen haben, einen extra Regenbogen malen.

Bitten Sie die Schüler, sich ein Regenbogenlied oder -gedicht über die menschliche Weltenfamilie oder die Familie eines bestimmten Landes auszudenken.

In den Schuhen eines anderen gehen

Die Schüler sollen einen Charakter ausmachen, der sich von ihrem unterscheidet. Um Verständnis für ihn zu entwickeln, sollen sie eine Kurzgeschichte aus der Sicht dieser anderen Person schreiben und die Überzeugungen und die Gründe hinter den Handlungen dieses Charakters erklären.

Führen Sie ein Interview mit einer Person einer anderen Kultur durch. Schreiben Sie ihre/ seine Geschichte auf.

Wir stellen uns Migration vor

Übung

Bitten Sie die Schüler, sich eine Geschichte über die Auswanderung in ein anderes Land auszudenken – wenn sie selbst einer Minderheitsethnie angehören, sollten sie sich eine Migration in ein Land, welches nicht ihr Herkunftsland ist, vorstellen. Welche Hindernisse werden sich wohl in den Weg stellen? Unterscheiden sich diese Hindernisse von denen, die Minderheiten im eigenen Land vorfinden? Die Geschichte sollte damit enden, dass die

Hauptfigur den anderen einen Ratschlag gibt und sagt, wie Menschen behandelt werden sollten – ganz besonders er oder sie.

Schwierigkeiten tolerieren

Erklären Sie: Eine weitere Definition für das Wort Toleranz ist „Fähigkeit, Schmerz oder Entbehrung zu widerstehen oder zu ertragen, z. B.: „Meine Lärmtoleranz ist begrenzt.“ (Random House College Dictionary)

Die Reflexionspunkte für diese Art von Toleranz sind:

- ◆ Toleranz ist auch eine Fähigkeit, schwierigen Situationen zu begegnen.
- ◆ Die Unannehmlichkeiten des Lebens zu tolerieren bedeutet, loszulassen, leicht zu sein, andere leicht zu machen und weiter zu gehen.

So gesehen bedeutet Toleranz, schwierigen Situationen dadurch zu begegnen, dass man sie aus einer anderen Perspektive heraus betrachtet: nicht als riesigen Berg sondern als Maulwurfshügel. Es hängt natürlich ganz von der Situation ab, inwieweit man diese Perspektive einnehmen kann. Erklären Sie den Schülern, dass das, was manchmal als eine Riesen-Herausforderung – als Berg – erscheint, im Nachhinein oft nur ein Maulwurfshügel war. Es geht darum, die Umstände aus einer ganzheitlichen Sicht zu sehen.

Austausch/ Gespräch

Fordern Sie die Schüler dazu auf, sich über „Selbstgespräche“ zu unterhalten oder über Methoden, die ihnen helfen, mit Schwierigkeiten umzugehen. Würdigen Sie alle ihre Beiträge.

Übung

Wählen Sie die Biographie einer Person aus, die in ihrem Leben außergewöhnliche Toleranz bewiesen hat. Die Schüler sollen nun wesentliche Abschnitte, die den Wert der Toleranz deutlich machen, auswählen und laut vorlesen.

Geschichte/ Sozialkunde

Das Jahr der Toleranz

Hintergrund: Die UNESCO (Organisation der Vereinten Nationen für Erziehung, Wissenschaft und Kultur) erklärte das Jahr 1995 zum Jahr der Toleranz, mit der Begründung, dass Toleranz „ein wesentlicher Bestandteil für den Weltfrieden“ sei. Die Generalversammlung der Vereinten Nationen gab folgende Erklärung ab: Angesichts wieder auflebender ethno-nationalistischer Konflikte, der Diskriminierung von Minderheiten, fremdenfeindlicher Übergriffe, besonders gegen Flüchtlinge und Asylsuchende, Arbeiter mit Migrationshintergrund und Organisationen und Ideologien von Immigranten, sowie rassistisch motivierter Gewalttaten, ... drückt sich Intoleranz durch Ausgrenzung von gefährdeten Gruppen und deren Ausschluss aus der Gesellschaft, oder durch Gewalt gegen sie sowie durch deren Diskriminierung aus. Intoleranz ist die Abwehr gegen andersartige Kulturen und Individuen. Wenn sich Intoleranz in der Gesellschaft ausbreitet und institutionalisiert wird, werden demokratische Grundsätze ausgehöhlt und der Weltfrieden in Gefahr gebracht ... Es ist ganz wichtig, sich ins Gedächtnis zu rufen, dass die grundlegenden menschlichen Werte, die uns vereinen, stärker sind als die Kräfte, die uns auseinander bringen.“ (aus International Year of Tolerance, 1995, UNESCO)

Faktoren, die zu Intoleranz führen

Übung

Schauen Sie sich verschiedene Konflikte in der Welt, aus der heutigen Zeit oder der unmittelbaren Vergangenheit, an, bei denen der Hauptfaktor Intoleranz war. So ist Genozid beispielsweise eine extreme Form der Intoleranz und war ein Hauptfaktor bei den Konflikten in Ruanda und im Kosovo. Denken Sie an noch weitere Konflikte.

- Bilden Sie Kleingruppen und lassen Sie jede Gruppe über einen anderen Konflikt sprechen. Jede Gruppe soll die Faktoren, die zu Ausbrüchen der Intoleranz geführt haben, untersuchen.
- Sammeln Sie, während die Gruppen der Klasse alle Faktoren, die zum Konflikt beitragen, vortragen, ebenfalls Stickpunkte. Ergänzen Sie die Liste, falls die Schüler nicht alle Punkte genannt haben. Liegen jedem Konflikt die gleichen Faktoren zu Grunde?
- Untersuchen Sie nach dem Erstellen der Liste die Anti-Werte bzw. zerstörerische Reaktionen wie Hass und Ärger hinter jedem Faktor.
- Führen Sie die Kleingruppenarbeit fort, in der die Schüler alternative Strategien gegen die Beschleunigung und Eskalation der Konfliktpotentiale entwickeln. Welche Methoden hätten zu einer Entschärfung der Auslösefaktoren geführt, die für den Ausbruch der Intoleranz verantwortlich waren?
- Finden Sie diesen Auslöser auch hier an dieser Schule? Welchen bzw. welche?
- Welche positiven Dinge können wir tun, um Toleranz aufzubauen?

Die o. g. Übung kann mehrere Tage in Anspruch nehmen.

Zugehörigkeitsgefühl

Wiederholen Sie die Reflexionspunkte zum Thema Toleranz und suchen Sie nach Worten und Handlungen, die den Menschen dieser Schule ein Zugehörigkeitsgefühl vermitteln könnten.

Ein Sketch

Bitten Sie die Schüler, etwas über den persönlichen Kampf eines Einzelnen gegen Intoleranz aus der Geschichtsepoche, die gerade im Unterricht durchgenommen wird, zu lesen. Lesen Sie am nächsten Tag eine Geschichte über Toleranz und Integration. Ein Sketch: Jede Kleingruppe wählt sich selbst eine Szene, die sie gerne darstellen möchte. Besprechen Sie die Sketche hinterher. Fordern Sie jede Gruppe dazu auf, eine Botschaft an den Täter zu formulieren. Womit soll er aufhören, was soll er stattdessen tun? Fragen Sie bei jeder Geschichte nach den Gefühlen.

Geschichte zum Leben erwecken

Laden Sie Menschen aus den Kulturen ein, die sie im Unterricht durchgenommen haben, um ihre Geschichte zu erzählen.

Wie kulturelle Vorurteile erzeugt werden

In den vergangenen zweitausend Jahren gab es viele Kriege und Eroberungen. Eine Methode der Machterhaltung war sehr oft das Ausnutzen kultureller Vorurteile. Die Eroberer beanspruchten die überlegene Position und wiesen den Eroberten einen untergeordneten Status zu. Dieser Mangel an Achtung rechtfertigte ungleiche Behandlung bis hin zur Unmenschlichkeit. Oft kam es vor, dass die Eroberer auf ihre Überlegenheit pochten und Beweise der natürlichen Begabungen der Eroberten zerstörten.

Die Mythen und Fehlinformationen, die von den Eroberern in die Welt gesetzt wurden, überdauerten die Zeit, und es wurde immer schwieriger, Intoleranz und Vorurteile aus dem Weg zu räumen.

Fragen Sie:

- Fallen euch Beispiele aus dem Unterricht dazu ein?
- Gibt es Beispiele dazu in eurem eigenen Land?

Führen Sie Beispiele mit lokaler od. regionaler Bedeutung an. So zerstörten z. B. die Spanier bei der Eroberung Mexikos, Hochkulturen der Schrift, Astrologie und Mathematik.

- Welche allgemeinen Vorurteile bestehen hier im Land?
- Wie waren die Ureinwohner unseres Landes?
- Waren sie glücklich? Blühte ihre Kultur?
- Was gibt es an derzeitigen kulturellen Vorurteilen?
- Wie können wir Verständnis und Toleranz fördern?

Beschäftigen Sie sich mit den Reflexionspunkten. Entwickeln Sie Ideen zur Förderung von Toleranz und schreiben Sie sie an die Tafel.

Fordern Sie die Schüler dazu auf, eine Woche lang täglich Toleranz zu üben. Ermuntern Sie sie dazu, die Klasse an ihren Beispielen teilhaben zu lassen.

Naturwissenschaft

Konzept: Es gab Zeiten in der Geschichte des Menschen, in der die Wissenschaft zu Intoleranz und Vorurteilen beigetragen hat, indem einzelne Wissenschaftler versuchten, kulturelle Unterschiede zu untermauern. Manchmal war Intoleranz auch ein wesentlicher Bestandteil ihrer eigenen Kultur, ohne dass es ihnen bewusst wurde, dass es sich hier um Vorurteile handelte.

(Beziehen Sie sich auf die vorangegangene Übung.)

- Fallen euch dazu Beispiele ein?

Ein Beispiel aus der Psychologie liefert der Intelligenztest, der kulturspezifische Fragen stellt oder Fragen, mit der bestimmte ethnische Gruppen nicht vertraut sind. Menschen, die diese Kultur nicht kennen oder das Themengebiet, zu dem die Fragen gestellt werden, schneiden schlecht ab und werden dann als „weniger intelligent“ abgestempelt. (Einige von uns würden auch schlecht abschneiden, wenn Eskimos uns zu zehn verschiedenen Arten von Schnee befragen würden!)

- Welche Fragen könnten wir uns selbst stellen, wenn wir eine wissenschaftliche Studie, die keinerlei kulturelle Vorurteile enthält, entwickeln möchten? Lassen Sie die Schüler – evtl. in Kleingruppen - eine entsprechende Liste von Fragen erstellen.

Wirtschaft

Förderung von Intoleranz durch Angst vor Güterknappheit

Sprechen Sie über die wirtschaftlichen Faktoren in Bezug auf Vorurteile. Diskutieren Sie beispielsweise:

- Wird die Angst vor Knappheit geschürt, um Intoleranz zu erhöhen? Weswegen?
- Stehen diskriminierende Arbeitspraktiken und Geldgewinn häufig miteinander in Beziehung?

Übung

Finden Sie Statistiken aus der Wirtschaft, die diese Hypothese untermauern.

Darlehen für die Armen

Jahrelang haben sich die Banken geweigert, Armen Geld zu leihen, und haben damit den Kreislauf von Armut und Vorurteilen gegen Arme in Gang gehalten. Die Grameen Bank in Bangladesh widerlegt dieses Stereotyp und beweist, dass die Armen, wenn sie die Chance zur Geldanleihe bekommen, aufleben und alle Erwartungen übertreffen. Ihre Rückzahlungsquote liegt höher als bei einer normalen Bank. Vielleicht fällt Ihnen ein ähnliches Projekt ein. Untersuchen Sie diese Geschäftspraktik in Bezug auf Toleranz.

Kunst

Untersuchen Sie die Kunst verschiedener Kulturen.

Stellen Sie Repliken von Kunstgegenständen mehrerer Kulturen her und zeigen Sie sie der ganzen Schule in einer Ausstellung. Stellen Sie für jeden Gegenstand eine Karte mit entsprechenden Hintergrundinformationen her.

Zeichnen Sie Figuren mit traditioneller Kleidung verschiedener Kulturen. Einige Schüler können Kinder zeichnen, andere ältere Menschen oder Familien. Sie könnten zu einer Kultur verschiedene Bilder zusammen stellen oder ein Poster zu vielen verschiedenen Kulturen herstellen.

Entwerfen Sie ein Wandgemälde zu kultureller Vielfalt, das Akzeptanz und Liebe ausstrahlt.

Künstlerische Vielfalt

Nehmen Sie strukturiertes Papier und zeigen Sie den Schülern, wie man eine originalgetreue Zeichnung von einer Pflanze oder einem anderen Gegenstand ihrer Wahl anfertigt. Wenn die

Schüler möchten, können sie sie auch farbig ausmalen. Anschließend sollen sie ein größeres Blatt der selben Textur nehmen und nun ein halb-abstraktes Bild entwerfen, indem sie ihre Zeichnung in unterschiedlich große Stücke reißen und diese Stücke dann wieder vorsichtig auf das größere Blatt Papier kleben, dabei jedoch einen kleinen Abstand zwischen jedem Stück lassen. Dann sollen sie überprüfen, zu welchem Ausmaß sie Toleranz verwendet haben. Fragen Sie die Schüler, ob sie der Meinung sind, dass das endgültige Bild interessanter ist als die ursprüngliche Zeichnung.

- Beitrag von Eleanor Viegas

Musik

Singen Sie Lieder, in denen die Völker der Welt als Familie gesehen werden. In dem Lied „One Family“ von Red Grammer wird die Menschheitsfamilie mit allen Geschwistern als „ein Mantel mit vielen Farben“ gesehen.

Lernen Sie fünf Musikstücke oder Lieder aus fünf verschiedenen Kulturen.

Hauswirtschaftslehre

Untersuchen Sie ein Themengebiet aus der Sicht fünf verschiedener Kulturen, einschließlich ihrer eigenen.

Wenn Sie im Unterricht beispielsweise gerade das Thema Essen durchnehmen, so sammeln Sie Rezepte aus verschiedenen Kulturen.

Wenn Sie sich mit Textilien beschäftigen, so untersuchen Sie Webstoffe oder Stickereien verschiedener Kulturen.

Laden sie Menschen in den Unterricht ein, die Meister ihres

Fachs sind, darüber sprechen und ihre Arbeit vorstellen. Die Schüler sollen dann drei positive Dinge über die Arbeiten jeder Kultur aufschreiben und sie den Vertretern der Kulturen erzählen.

Elektronik

Entwerfen Sie Anti-Gewalt-Plakate zu Toleranz und Respekt. Die Schüler können hier mit Hilfe ihrer elektronischen Kenntnisse Lichteffekte erzeugen

- Beitrag von Mick Jones

Tanz

Lassen Sie die Schüler beim Tanz Kleidung verschiedener Kulturkreise anziehen. Gliedern Sie den Tanz in Teile, in denen alle zusammen tanzen, und in Teile, in denen die verschiedenen Tanzrichtungen zur Geltung kommen, um die Integrität der jeweiligen Tanzkultur zu bewahren.

EHRlichkeit



***Es existiert ein tiefer Zusammenhang
zwischen Ehrlichkeit und Freundschaft.***

KAPITEL 5 - EHRlichkeit

Reflexionspunkte 230

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde	Der König und die Blumensamen	231
2. Stunde	Ein Schauspiel	232
3. Stunde	Geschichten, aktuelle Ereignisse und Mind Maps	233
4. Stunde	Korruption und Fairness.....	234
5. Stunde	Eine Minute Mut	235
6. Stunde	Wer die Privatsphäre respektiert und wer sich einmischt	237
7. Stunde	Vertrauen.....	238
8. Stunde	Situationskarten.....	239
9. Stunde	Dem Druck standhalten	240

Themenbereiche

Sprache/ Literatur	241
Geschichte/ Sozialkunde.....	242
Wissenschaft	243
Wirtschaft.....	244
Kunst	246
Schülerrat/ Schülerregierung	247
Hauswirtschaftslehre	247
Sport	248

Reflexionspunkte zum Thema Ehrlichkeit

- ◆ Ehrlichkeit bedeutet, die Wahrheit zu sagen.
- ◆ Wenn ich ehrlich bin, herrscht Klarheit in mir.
- ◆ Eine vertrauenswürdige Person ist ehrlich und wahr.
- ◆ Ehrlichkeit bedeutet, dass es zwischen Denken, Sagen und Tun keine Widersprüche oder Unstimmigkeiten gibt.
- ◆ Harmonie entsteht durch ehrliche Gedanken, Worte und Handlungen.
- ◆ Ehrlichkeit ist das Bewusstsein darüber, wie man sich in einer Rolle und in Beziehungen richtig und angemessen verhält.
- ◆ Mit Ehrlichkeit gibt es keine Heuchelei oder Oberflächlichkeit, also nichts, was in dem Geist und im Leben anderer Menschen Verwirrung stiften oder Misstrauen schüren könnte.
- ◆ Integrität erreicht man im Leben nur durch Ehrlichkeit, denn das innere und äußere Selbst sind dann gleich.
- ◆ Ehrlichkeit bedeutet, das, was einem anvertraut wurde, gut zu verwenden.
- ◆ Es besteht eine tiefe Verbindung zwischen Ehrlichkeit und Freundschaft.
- ◆ Manchmal ist die Wurzel der Unehrllichkeit die menschliche Gier.
- ◆ Für die menschlichen Bedürfnisse ist genug da, nicht aber für die menschliche Gier.
- ◆ Eine ehrliche Person weiß, dass wir alle miteinander verbunden sind.
- ◆ Ehrlichkeit dem eigenen, wirklichen Selbst und dem Zweck einer Aufgabe gegenüber erzeugt Vertrauen und inspiriert auch andere dazu.
- ◆ Wenn ich ehrlich bin, kann ich lernen, zum Gebenden zu werden, und kann dies auch anderen beibringen.

Unterrichtsstunden

Spielen Sie auch weiterhin täglich ein Lied. Führen Sie täglich oder alle zwei bis drei Tage eine der Entspannungs-/ Konzentrationsübungen durch, so wie es passt. Jugendliche haben oft Spaß daran, ihre eigenen Übungen zu entwickeln.

Unterrichtsstunden zum Thema Ehrlichkeit

1. STUNDE

Der König und die Blumensamen

Lesen Sie die Geschichte „Der König und die Blumensamen“ aus dem Anhang. Sprechen Sie zunächst allgemein über die Geschichte, und diskutieren Sie dann darüber in Bezug auf den folgenden Reflexionspunkt: Eine vertrauenswürdige Person ist ehrlich und wahr. Fragen Sie:

- Fallen euch Situationen ein, in denen ihr die Ehrlichkeit eines anderen Menschen wirklich geschätzt habt?
- Fallen euch Situationen ein, in denen eure Ehrlichkeit geschätzt wurde?

Übung

Schreiben Sie einen kurzen Aufsatz zu der Frage, warum der König das kleine Mädchen ausgewählt hat, oder fordern Sie die Schüler dazu auf, einen kurzen persönlichen Aufsatz über Ehrlichkeit und die Menschen in ihrem Leben zu schreiben.

Hausaufgabe: Lassen Sie die Schüler aus der Zeitung oder Radiosendungen Geschichten zu Ehrlichkeit und Korruption zusammentragen.

2. STUNDE

Ein Schauspiel

Lassen Sie die Schüler Sketche entwickeln, die das Thema Ehrlichkeit und Unehrlichkeit darstellen. Die Schüler können dabei Inhalte aus Geschichten, die sie aus den Nachrichten oder aus dem Unterricht kennen, verwenden. Beispielsweise eine Szene im Büro eines Börsenmaklers mit Investoren, ein Feudalherr aus dem Mittelalter, ein aktueller Konflikt in der Welt oder ein Thema aus dem Sozialkundeunterricht. Wenn Sie mit einer großen Gruppe arbeiten, so teilen Sie diese in kleinere Gruppen. Nachdem die Sketche entwickelt und aufgeführt wurden, kann die Klasse über wirtschaftliche und soziale Auswirkungen diskutieren. Fragen Sie:

- Welche Auswirkungen hat Betrug auf die Menschen?
- Welche Auswirkungen hat diese Unehrlichkeit auf das Leben der Menschen?

Fordern Sie die Schauspieler dazu auf, dem Sketch ihr subjektives Gefühl hinzuzufügen. Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Manchmal ist die Wurzel der Unehrlichkeit die menschliche Gier.
- ◆ Für die menschlichen Bedürfnisse ist genug da, nicht aber für die menschliche Gier.

Wiederholen Sie die Sketche. Diesmal jedoch soll jeder Schauspieler einen „Schatten“ haben, eine Person, die die wahren Gefühle des Schauspielers ausspricht und auf die Fragen der Klasse zu den Gedanken des Schauspielers antwortet. Ein Schauspieler kann mehr als einen Schatten haben, wenn einige Schüler unterschiedliche Vorstellungen haben.

3. STUNDE**Geschichten, aktuelle Ereignisse
und Mind Maps****Übung**

Besprechen Sie mit den Schülern noch weitere Geschichten über Ehrlichkeit oder Korruption. (Oder diskutieren Sie über ein Beispiel von Korruption aus dem Geschichtsunterricht.) So verbrannten beispielsweise vor Kurzem in einem Land mehr als zwanzig Kinder, weil sie in einem Lager unter sehr schlechten Wohnverhältnissen lebten. Zwar haben die Besitzer Geld erhalten, um die Häuser zu sanieren, das Geld jedoch nicht für diesen Zweck verwendet. Ein Teil des Geldes wurde sogar dazu verwendet, Reporter zu bestechen, damit sie nicht über diesen Fall berichteten.

Lassen Sie die Schüler zunächst Geschichten zum Thema Ehrlichkeit erzählen.

Diskutieren Sie folgende Reflexionspunkte:

- ◆ Harmonie entsteht durch ehrliche Gedanken, Worte und Handlungen.
- ◆ Eine ehrliche Person weiß, dass wir alle miteinander verbunden sind.

Gehen Sie dann dazu über, Geschichten über Unehrlichkeit und Korruption mit einzubeziehen. Lassen Sie die Schüler die Auswirkungen von korrupten Handlungen auf die Opfer, die Täter und andere beteiligte Menschen diskutieren. Sie sollen auch über die Konsequenzen für das allgemeine Wohl des Landes, in dem Korruption vorkommt, nachdenken. Untersuchen Sie sowohl die kurzfristigen als auch die langfristigen Auswirkungen auf alle Beteiligten.

Lassen Sie die Schüler in Zweier- oder Dreier- gruppen Mind Maps erstellen. Auf die eine Hälfte schreiben sie Auswirkungen von Ehrlichkeit, auf die andere Hälfte Auswirkungen von Unehrlichkeit und Korruption. (Wenn die jungen Erwachsenen mehrere Geschichten besprechen möchten, kann diese Übung mehrere Unterrichtsstunden in Anspruch nehmen.)

4. STUNDE

Korruption und Fairness

Die Schüler sollen die Mind Maps aus der vergangenen Stunde im Raum aufhängen und dann etwas Zeit darauf verwenden, die Vielfalt auf sich wirken zu lassen. Untersuchen Sie dann den Zusammenhang von Gier und Korruption. Einige Fragen sind hierzu möglich:

- Warum sind Menschen gierig? Was wollen sie?
- Was wollen sie für sich selbst?
- Was wollen sie für ihre Familie?
- Wollen sie Glück und Sicherheit?
- Entsteht aus korruptem Verhalten langfristig Glück oder Sicherheit?
- Sind alle reichen Menschen glücklich?

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Wenn ich ehrlich bin, herrscht Klarheit in mir.
- ◆ Wenn ich ehrlich bin, kann ich lernen, zum Gebenden zu werden, und dies auch anderen beibringen.

Übung

Die Schüler malen auf der einen Seite eines Blattes ein Bild, das Gier, auf der anderen Seite ein Bild, das Fairness darstellt.

5. STUNDE

Eine Minute Mut

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Mit Ehrlichkeit gibt es keine Heuchelei oder Oberflächlichkeit, also nichts, was in dem Geist und im Leben anderer Menschen Verwirrung stiften oder Misstrauen schüren könnte.
- ◆ Integrität erreicht man im Leben nur durch Ehrlichkeit, denn das innere und äußere Selbst sind dann gleich.

Suchen Sie eine Geschichte aus dem wahren Leben heraus, in der es um Ehrlichkeit oder um Unehrlichkeit geht. Es kann auch Schüler geben, die eine Geschichte erzählen möchten. Stellen Sie einige der folgenden Fragen:

- Möchtet ihr, dass eure Freunde ehrlich sind? Warum?
- Würdet ihr euch später wünschen, dass euer Mann/ eure Frau ehrlich ist? Warum?
- Denkt an einen Menschen in eurem Leben, der immer das gehalten hat, was er euch versprochen hat. Wie denkt ihr über diesen Menschen?
- Wie fühlt ihr euch, wenn euch jemand anlügt oder nicht das hält, was er verspricht?
- Wie fühlt es sich an, selbst unehrlich zu sein, wenn es rauskommt? Wenn es nicht rauskommt?
- Wann würden wir am liebsten lügen?

- Warum lügen Menschen?
- Gibt es Situationen, in denen eine Lüge in Ordnung ist?
- Wann ist Lügen nicht in Ordnung?
- Ist es möglich, zu lügen und gleichzeitig seine Integrität zu bewahren?
- Was sind die Auswirkungen von Unehrlichkeit?
- Wann kann eine Lüge andere verletzen oder das Leben eines anderen zerstören?

Anmerkung für den Lehrer

Das Folgende ist für Jugendliche im Alter von fünfzehn und sechzehn Jahren geeignet, oder, wenn es passt, auch für jüngere: Menschen verwenden normalerweise eine Lüge, um zunächst erst einmal Peinlichkeiten und mögliche Bestrafung zu vermeiden. Wenn sie dann aber die Lüge kaschieren müssen, werden die Dinge sehr kompliziert, denn sie müssen sich daran erinnern, was sie gesagt haben und was nicht.

Denkt einmal darüber nach, wie viel Energie man braucht, um eine Lüge zu kaschieren statt in einer Minute mutig die Wahrheit zu sagen.

Langfristig gesehen führt die Wahrheit dazu, dass wir uns in unserem Herzen und in unseren Beziehungen besser fühlen. Wir werden frei von der Sorge, die Lüge verstecken zu müssen. Manche Menschen gewöhnen sich jedoch an das Lügen und es zerstört das Vertrauen in Beziehungen.

Übung

Lassen Sie die Klasse eine Kurzgeschichte über eine wirkliche oder ausgedachte Situation schreiben, in der jemand gelogen hat. Oder denken Sie sich mit den Schülern eine mündliche Geschichte aus. Machen Sie eine Runde, bei der jeder Schüler einige Sätze zur Geschichte beisteuert.

6. STUNDE

Wer die Privatsphäre respektiert und wer sich einmischt

Anmerkung: Diese Stunde ist nicht unbedingt für alle Gruppen anwendbar. Es bietet jedoch den Schülern soziale Fertigkeiten an, die meinen, sie müssten in ihrer Ehrlichkeit alles von sich preisgeben. In diesem Programm wird Ehrlichkeit als ein universeller Wert verwendet, als Beitrag zu einer besseren Welt – und nicht als eine Aufforderung dafür, persönliche Angelegenheit zu offenbaren, die man eigentlich lieber für sich allein klären möchte.

Sagen Sie: „Ehrlichkeit bedeutet, die Wahrheit zu sagen. Ehrlichkeit bedeutet, fair zu anderen zu sein. Ehrlichkeit bedeutet jedoch nicht, dass man dem Gegenüber die eigene Seele „entblößen“ muss oder Menschen, denen man nichts anvertrauen möchte, alle Details des Privatlebens erzählen muss.“

- Welche Dinge sind ausschließlich eure Angelegenheit?
- Wem möchtet ihr das nicht anvertrauen?
- Was könnt ihr sagen, wenn euch jemand zu Dingen fragt, über die ihr nicht reden möchtet, ihr aber dennoch ehrlich sein wollt? (z.B. „Ich möchte jetzt nicht so gern darüber reden.)
- Möchtet ihr vielleicht auch in engen Beziehungen manchmal eure Privatsphäre?
- Wie könnt ihr das so vermitteln, dass der andere es versteht?
- Wann möchtet ihr euch gerne mitteilen?

„Es gibt auch Situationen, in denen Menschen unter dem Deckmantel der „Ehrlichkeit“ grausam sind.“ Fragen Sie:

- Fallen euch Beispiele ein?

- Wann kann man sagen, dass „zu große Ehrlichkeit“ gar keine wirkliche Ehrlichkeit ist, sondern ein Mangel an Liebe und Respekt der anderen Person gegenüber?
- Was ist die Balance zwischen Liebe und Ehrlichkeit?
- Ist ein ehrliches Herz ein Herz voller Liebe?
-

Übung

Lassen Sie ein Gedicht darüber schreiben, wie man Dinge auf ehrliche Art und Weise mit einem Freund bespricht.

7. STUNDE

Vertrauen

Austausch:

- Wie würdet ihr euch fühlen, wenn euer Chef euch ein bestimmtes Gehalt zusagen würde und euch dann lediglich die Hälfte zahlen würde?
- Wäre ein solcher Mensch ehrlich?
- Funktionieren Gemeinschaften besser, wenn die Menschen ihr Wort halten?
- Wie sieht es in persönlichen Beziehungen aus?
- Welche Art von Worten und Handlungen zerstören das Vertrauen in Beziehungen?
- Welche Art von Worten und Handlungen lassen Vertrauen in Beziehungen entstehen?

Übung

Diskutieren Sie in Dreier- oder Vierergruppen die Bausteine des Vertrauens. Zeichnen Sie eine „Vertrauenswand“ und schreiben Sie dann in die Bausteine die verschiedenen Worte und Handlungen, die in Beziehungen Vertraue entstehen lassen. Was ist beim Fundament wichtig? Entwerfen Sie, wenn Sie mit Gruppen arbeiten, in denen die Teilnehmer älter sind, eine „Vertrauenswand“ für Geschäftsbeziehungen.

8. STUNDE

Situationskarten

Lassen Sie die Schüler Kleingruppen bilden. In diesen Gruppen sollen sie nun Situationen finden, in denen sie sich aufregen, weil andere nicht ehrlich oder vertrauenswürdig sind und entsprechende Situationskarten entwerfen. Lassen Sie die Schüler eine der Situationen in die Situationskarten zur Ehrlichkeit (im Anhang) eintragen und sie dann vor der Klasse als Rollenspiel aufführen.

Wenn es möglich ist, kann der Lehrer die folgenden Fertigkeiten für zwischenmenschliche Beziehungen einführen oder einen Schüler dazu auffordern, diese darzustellen.

„Man muss mutig sein, sich dafür zu entschuldigen, dass man ein Versprechen nicht gehalten hat.“

Fragen Sie:

- Wenn jemand sein Versprechen euch gegenüber nicht gehalten hat, was würdet ihr ihm/ihr gern sagen?
- Wenn ihr euer Versprechen jemandem anders gegenüber nicht gehalten habt, was könntet ihr dann sagen? Bitte beginnt euren Satz mit „Ich“ und sprecht über eure Gefühle.

Verwenden Sie die zuvor erläuterte Kommunikationstechnik:
„Ich fühle mich _____, wenn _____
weil _____.“

Zum Beispiel: „Ich fühlte mich sehr schlecht, als ich zu spät gekommen bin, weil ich dich enttäuscht habe und ich die Freundschaft zu dir wirklich schätze.“

- Das ist eine Möglichkeit, mit der Situation umzugehen. Welche anderen Möglichkeiten gibt es? Diskutieren Sie die Konsequenzen aller Möglichkeiten. Spielen Sie auch diese Alternativen durch.

9. STUNDE

Dem Druck standhalten

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Eine vertrauenswürdige Person ist ehrlich und wahr.
- ◆ Ehrlichkeit dem eigenen, wahren Selbst und dem Zweck einer Aufgabe gegenüber erzeugt Vertrauen und inspiriert auch andere.

Sagen Sie: „Manchmal ist der Druck, lügen zu müssen, ziemlich hoch und es kann deshalb sehr schwer sein, diesem Druck Stand zu halten.“ Fordern Sie die Schüler dazu auf, in kleinen Gruppen Beispiele von problematischen Situationen zu entwickeln. Fragen Sie dann:

- Welche Dinge fallen euch ein, die euch dabei helfen, dem Druck zu _____ Stand zu halten. (Fügen Sie eins der o.g. Beispiele der Schüler ein, es kann dabei um Lügen, Betrügen, Stehlen usw. gehen.)
- Was könntet ihr zu euch selbst oder zu einem Freund sagen, wenn ihr versucht seid, unehrlich zu sein?

- Was hilft nicht?
- Würde es dir helfen, einer Versuchung zu wider- stehen, wenn du vorher über die Konsequenzen nachdenken würdest? Was käme dann heraus? (Die Lehrer möchten vielleicht noch weitere Fragen zu den Auswirkungen stellen, beispielsweise wie fühlt sich die Person, die betrogen hat? Ist sie glücklich? Welches sind die Auswirkungen auf Beziehungen zu Freunden? Wie sieht es mit Vertrauen und Vertrauensverlust, Verletzungen bei anderen, Glaube an sich selbst usw. aus?)
- Was fällt euch noch ein, was helfen könnte? Möchte jemand vielleicht eine persönliche Erfahrung berichten?

Übung

Teilen Sie die Schüler in Vierer- bis Sechsergruppen ein und lassen Sie die Gruppen Situationskarten zu Ehrlichkeit erstellen. (Im Anhang befinden sich unbeschriebene Situations-Karten – Blanko-Situationskarten.) Lassen Sie jede Gruppe eine Situation mit sowohl unehrlichen als auch ehrlichen Antworten und die Konsequenzen spielen. Die „Schauspieler“ können ihren Sketch auch hin und wieder mal unterbrechen, um den Zuschauern ihre Gedanken mitzuteilen.

Sprache/ Literatur

Lesen Sie Autobiographien von integeren Männern und Frauen im Hinblick darauf, was sie in der Welt bewirkt haben.

Wählen Sie Volksmärchen aus, klassische Romane oder andere Werke über Ehrlichkeit, Gier und Korruption. Sprechen Sie über die Folgen für den Einzelnen, die Familien und die Gesellschaft.

Lassen Sie die Schüler ihre eigenen Märchen, die sich an

kleinere Kinder richten, schreiben. Jede Geschichte soll sich auf je einen der Reflexionspunkte zum Thema Ehrlichkeit beziehen.

Sprechen Sie mehrere Tage lang über die Reflexionspunkte. Lassen Sie die Schüler eine Kurzgeschichte oder einen Aufsatz zu einem der Reflexionspunkte schreiben. Zum Beispiel: Es besteht eine tiefe Verbindung zwischen Ehrlichkeit und Freundschaft.

Lesen Sie mit der Klasse etwas über den Philosophen Epiktet und seine Lehren. In dem Roman „Ein ganzer Kerl“ von Tom Wolfe werden die Lehren von Epiktet durch einen ehemaligen Sklaven verkörpert, und einige der Personen in Wolfes Buch lernen, die persönliche Integrität höher zu schätzen als den materiellen Gewinn.

Geschichte/ Sozialkunde

Sketch:

Lassen Sie die Schüler einen Sketch entwerfen, in dem Ehrlichkeit und Fairness vs. Korruption und Gier thematisiert wird. Wenn Sie mit einer großen Gruppe von Schülern arbeiten, teilen Sie diese in kleinere Gruppen auf. Die Schüler könnten als Rahmen ein Thema wählen, das sie bereits im Unterricht durchgenommen haben. Es könnte beispielsweise um einen Feudal im Mittelalter gehen oder um einen Konflikt in der heutigen Welt. Diskutieren Sie nach den Sketchen die wirtschaftlichen und sozialen Auswirkungen.

- Welche Auswirkungen ergaben sich für die Menschen, die betrogen wurden?
- Wie wirken sich Unehrlichkeit oder Gier auf das Leben dieser Menschen aus?

Fordern Sie die Schauspieler nachher auf zu schildern, wie sie sich selbst dabei gefühlt haben.

Macht und Korruption

Austausch:

Denken Sie über folgenden Satz nach: Macht korrumpiert und absolute Macht korrumpiert vollkommen. Korruption und Amtsmissbrauch haben in vielen Gesellschaften zu einem Wohlstandsverlust geführt. Denken Sie an Beispiele, bei denen die Machthaber die Menschen des Landes um Bildung, medizinische Versorgung und sogar um Essen gebracht haben.

Fragen Sie:

- Besteht in der Geschichte ein Zusammenhang zwischen Gier, Korruption und der Missachtung der Menschenrechte? Findet dazu drei Beispiele.
- Wie lässt sich Ehrlichkeit auf allen Regierungsebenen am besten herstellen?
- Wie lässt sich Ehrlichkeit in allen Gesellschaftsschichten wieder herzustellen?
- Welche persönliche Überzeugung würde Machtmissbrauch verringern helfen?

Folgeübung: Die Schüler entwerfen, allein oder in Gruppen, einen Plan für die Wiederherstellung von Ehrlichkeit in Regierung oder Gesellschaft.

Wissenschaft

Wissenschaft und Ethik

Sprechen Sie über Ethik in der heutigen Wissenschaft und über die Auswirkungen von Unehrlichkeit.

So gibt es beispielsweise Fälle, in denen Wissenschaftler sich gegenseitig die Ideen gestohlen haben oder wissenschaftliche Daten falsch übermittelt haben.

- Wie wirkt sich das auf andere Wissenschaftler und die wissenschaftliche Gemeinschaft aus?
- Welchem Verhaltenskodex sollte man folgen?
- Was geschieht mit dem Fortschritt in der wissenschaftlichen Forschung, wenn es jemanden gibt, der Daten falsch darstellt?
- Was würdet ihr tun, wenn ihr Wissenschaftler wärt und warum?
- Wie ist das Verhältnis zwischen einem Mangel an Ehrlichkeit und Integrität bzw. Selbstachtung?

Name und Ruhm

Manchmal mangelt es an Integrität, wenn Menschen ruhm-süchtig sind und sich einen Namen machen wollen. Sie wünschen sich Bewunderung, Respekt und sogar Liebe von anderen.

Sie wollen sich mit Hilfe des Ruhmes – und der Liebe und des Respekts – mächtig fühlen und damit ihr Selbstwertgefühl steigern.

Diskutieren Sie folgende Frage: „Fühlen sich diese Menschen innerlich wirklich besser, wenn sie Respekt für etwas erhalten, was sie sich erschlichen haben und was nicht stimmt?“

Wirtschaft

Die Schüler entwickeln einen Sketch zum Thema Ehrlichkeit vs. Unehrlichkeit.

Wenn Sie mit einer großen Gruppe Schüler arbeiten, teilen Sie sie in kleinere Gruppen ein. Die Schüler könnten als Rahmen ein Thema wählen, das sie bereits durchgenommen haben oder sich auf aktuelle Ereignisse in ihrem Land bezieht. So könnte der Sketch beispielsweise im Büro eines Börsenmaklers spielen, in dem die Investoren und Makler das Internet oder andere

geeignete Mittel dafür verwenden, einen Plan zur persönlichen Bereicherung auf Kosten anderer zu entwerfen. Diskutieren Sie nach der Aufführung/den Aufführungen die wirtschaftlichen und sozialen Auswirkungen.

- Wie waren die Auswirkungen auf die Menschen, die betrogen wurden?
- Ist es fair, einen Sachverhalt falsch darzustellen und andere zu betrügen, wenn die Betroffenen „dumm genug sind, darauf reinzufallen“? Warum bzw. warum nicht?
- Wie wirken sich Unehrlichkeit oder Gier auf das Leben dieser Menschen aus?

Die Schüler sollen anschließend berichten, wie sie sich gefühlt haben.

Das eigene Geschäft

Austausch:

- Für einen erfolgreichen Geschäftsmann ist Ehrlichkeit von höchster Wichtigkeit.
- Wie weit ist Ehrlichkeit in der heutigen Geschäftswelt möglich?
- Wie würde die Geschäftswelt aussehen, wenn jeder ehrlich wäre?
- Würdet ihr euch von einem zukünftigen Geschäftspartner Ehrlichkeit wünschen?

Nachspielen:

Wie würdet ihr euch als ehrliche bzw. unehrliche Geschäftsleute fühlen? Spielt beides durch.

Ethik

Sprechen Sie über die ethischen Aspekte, die in der Wirtschaft relevant sind.

- Wenn medizinische Labore den Versicherungsgesellschaften zu hohe Rechnungen ausstellen, wer erntet die Gewinne und wer zahlt letztendlich?
- Wenn ein Einzelner gegen das Berufsethos verstößt und ein öffentliches Amt anstrebt, sollte er/sie gewählt werden?
- Wenn Menschen bei einem Autounfall oder bei der Arbeit falsche Verletzungen in Rechnung stellen, schädigen Sie dann andere? Warum?
- Was würdet ihr als Geschäftsinhaber dazu sagen?
- Was würdet ihr dem Arbeiter sagen wollen, der eine falsche Verletzung in Rechnung gestellt hat?

Kunst

Diskutieren Sie die ethischen Aspekte innerhalb der Kunstszene ihres Landes. Entwerfen Sie Slogans zu Ehrlichkeit und Integrität, und verwenden Sie diese dann auf künstlerisch gestalteten Plakaten oder Transparenten. Hängen Sie diese überall in der Schule auf.

Entwerfen Sie ein Bild, auf dem das Gefühl der Ehrlichkeit dargestellt wird – ein Bild bei dem Farbe und Form harmonieren. Finden Sie einen Künstler aus der näheren Umgebung, dessen Bilder genau diese Qualitäten zum Ausdruck bringen, oder schauen Sie sich die Bilder von Jackson Pollock an. Malen Sie mit Hilfe von Farben oder abstrakten Formen ihr eigenes Bild, das gefühlsmäßige Harmonie ausdrückt.

- Beitrag von Eleanor Viegas

Schülerrat/ Schülerregierung

Führen Sie an der Schule den Brauch ein, ehrliches und vorbildliches Verhalten zu belohnen, wenn beispielsweise ein verlorener Gegenstand wieder zurückgebracht wird. Die Mitglieder des Schülerrats oder der Schülervertretung könnten die Kriterien für die Belohnung festlegen, gemäß dem jeweiligen Kulturkreis. Vorschläge für Belohnungen sind:

- Ein Extra-Anruf oder ein Brief vom Rektor oder Lehrer.
- Ein „Dankeschön“ von dem Präsidenten des Schülerrats/Schülervertreter.
- Ein Zertifikat über ehrliches und vorbildliches Verhalten.
- Wenn ein Schüler für ehrliches/vorbildliches Verhalten ausgezeichnet wird, könnte sein Name in ein Ehrlichkeits-/Tugendbuch geschrieben werden. Wöchentlich oder monatlich könne für eine Preisvergabe ein Name gezogen werden. Die Preise könnten eine Kleinigkeit zu essen sein oder auch andere kleine Geschenke von Geschäften in der Umgebung, die besten Plätze beim Fußballspiel oder ... Lasst eurer Fantasie freien Lauf!

- Beitrag von Myrna Belgrave

Hauswirtschaftslehre

Diskutieren Sie das Thema Ehrlichkeit im Zusammenhang mit Hauswirtschaft.

Fragen Sie: „Welche Fähigkeiten brauchen wir, um vor Betrug sicher zu sein? Welche Fähigkeiten müssen wir entwickeln, um selbst ehrlich zu sein? Lohnt sich Ehrlichkeit? Inwiefern?“

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Harmonie entsteht durch ehrliche Gedanken, Worte und Handlungen.
- ◆ Ehrlichkeit bedeutet, das, was einem anvertraut wurde, gut zu verwenden.
- ◆ Eine ehrliche Person weiß, dass wir alle miteinander verbunden sind

Austausch

Inwiefern treffen die o. g. Punkte auf das Familienleben zu? Auf eure Nachbarschaft? Auf die Gesellschaft?

Sport

Diskutieren Sie die ethischen Aspekte im heutigen Sport. Der Lehrer möchte vielleicht die Faktoren zum Thema Ehrlichkeit und Ethik besprechen, die für seine Schüler gerade von größter Bedeutung sind. Ein Thema von welt-weitem Interesse sind die Olympischen Spiele. Die Ein-nahme von Anabolika und anderen Doping-Mitteln waren bei den letzten Olympischen Spielen ein wichtiges ethisches Thema. Diskutieren Sie darüber.

Sprechen Sie über die aktuellen Sportereignisse, wie beispielsweise den Radsport. Das weit verbreitete Doping zeigt, dass man letztendlich verliert, wenn man unehrlich ist.

- Beitrag von Irene Miller

Stellen Sie nun eine Verbindung zwischen Betrug und den Gefühlen uns selbst gegenüber her. Fragen Sie: „Wie würdet ihr euch fühlen, wenn ihr wüsstet, ihr habt nur deshalb gewonnen, weil ihr einen unfairen Vorteil ausgenutzt habt? Wie fühlt ihr euch, wenn ihr durch ehrliche Anstrengung gewonnen habt? Ist Gewinnen das Wichtigste?“

DEMUT



Selbstachtung ist die Grundlage von Demut.

KAPITEL 6 - DEMUT

Reflexionspunkte..... 254

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde	Helden	255
2. Stunde	Der angeberische Tonfall	257
3. Stunde	Die Stärken sehen Übung zur Selbstachtung und Demut	258
4. Stunde	Ein liebevolles und demütiges Herz.....	259
5. Stunde	Demut ist mein Freund	261
6. Stunde	„Niedere“ Aufgaben.....	263
7. Stunde	Besitzanspruch und Gleichgewicht	264
8. Stunde	Die Gefahr von „besser als“	266
9. Stunde	Stabil und bestimmt bleiben	267
10. Stunde	Zuhören	268
11. Stunde	Persönliches Zeichen.....	270

Themenbereiche

Sprache/ Literatur	270
Geschichte/ Sozialkunde.....	272
Naturwissenschaft	273
Kunst	273
Musik	274
Sport / Tanz.....	274

Reflexionspunkte zum Thema Demut

- ◆ Selbstachtung ist die Grundlage von Demut.
- ◆ Mit Selbstachtung kennt man die eigenen Stärken. Durch Ausgewogenheit zwischen Selbstachtung und Demut bejaht und schätzt man seine eigenen Qualitäten von innen heraus.
- ◆ Demut ermöglicht dem Selbst mit Würde und Integrität zu wachsen – zur Selbstdarstellung besteht dann keine Notwendigkeit mehr.
- ◆ Mit Demut verschwindet die Überheblichkeit.
- ◆ Mit Demut kann man Herausforderungen mit Leichtigkeit begegnen.
- ◆ Demut als ein Wert – in seiner höchsten Form – ermöglicht Selbstlosigkeit und Würde beim Einsatz für eine bessere Welt.
- ◆ Ein demütiger Mensch hört anderen zu und akzeptiert sie.
- ◆ Demut bedeutet, stabil zu bleiben und im Innern die Kraft zu bewahren, statt im Außen andere zu kontrollieren.
- ◆ Besitzstreben errichtet Mauern aus Arroganz, Demut baut sie ab.
- ◆ Durch Demut ist man in den Herzen der anderen großartig.
- ◆ Durch Demut entsteht ein offener Geist, und man erkennt die Stärken der anderen und von sich selbst. Überheblichkeit hingegen schädigt oder zerstört die Fähigkeit, die Einzigartigkeit anderer Menschen Wert zu schätzen, und ist somit eine subtile Verletzung ihrer Grundrechte.
- ◆ Die Tendenz, beeindruckend zu sein, dominieren oder die Freiheit anderer einschränken zu wollen, um sich selbst zu beweisen, führt zu einer Verringerung der inneren Erfahrung von Wertschätzung, Würde und Frieden im Geist.

Unterrichtsstunden

Fügen Sie ab und zu eine Entspannungs-/ Konzentrationsübung in die Wertezeit mit ein. Das Werte-Planungs-Team könnte täglich ein Thema auswählen und dazu entsprechend ein Lied spielen. Wählen Sie Lieder aus, in denen es um Leichtigkeit, Respekt, Liebe, Stärke, Würde und dem Wissen über das eigene Selbst geht. Vielleicht können die Schüler auch Lieder beisteuern, die sich auf das Thema beziehen. Manche Schüler lernen auch gern traditionelle Lieder.

Unterrichtsstunden zum Thema Demut

1. STUNDE

Helden

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel:

- ◆ Selbstachtung ist die Grundlage von Demut.
- ◆ Mit Selbstachtung kennt man die eigenen Stärken. Durch Ausgewogenheit zwischen Selbstachtung und Demut bejaht und schätzt man seine eigenen Qualitäten von innen heraus.
- ◆ Demut ermöglicht dem Selbst mit Würde und Integrität zu wachsen – zur Selbstdarstellung besteht dann keine Notwendigkeit mehr.
- ◆ Mit Demut verschwindet die Überheblichkeit.

Führen Sie die Schüler auf der Grundlage der o. g. Reflexionspunkte in das Thema Demut ein.

Erklären Sie: „Das Wort Demut wird in diesem Zusammenhang nicht als Unterwürfigkeit, Selbsterniedrigung oder als klein begeben definiert. Der Wert Demut wurde für dieses Programm deshalb ausgewählt, weil diesen Wert zu leben bedeutet, in

seiner Selbstachtung stabiler zu werden und somit nicht so sehr zur Überheblichkeit zu neigen.

Das Gegenteil von Demut ist Überheblichkeit. Überheblichkeit führt mit seiner Begleiterscheinung, dem Machthunger, zu Gefühllosigkeit.“ Fragen Sie:

- Habt ihr Menschen beobachtet, die sich arrogant verhalten?
- Welche Arten von Gefühllosigkeit kann man bei Leuten feststellen, die sich arrogant verhalten?

Entwerfen Sie eine Liste zu den Antworten, und diskutieren Sie dann die Reflexionspunkte. Fragen Sie:

- Wer sind eure Heldinnen und Helden, die die Qualitäten von Demut und Selbstachtung verkörpern?
- Wie zeigen sie diese Qualitäten?

Schreiben Sie die Namen der von den Schülern genannten Menschen auf, die beide Qualitäten verkörpern. Es kann sich dabei um Sportler handeln, um Tänzer, Persönlichkeiten aus der Geschichte, Künstler, Philosophen, Autoren, Schauspieler oder Charaktere aus Filmen, Superhelden oder auch Menschen aus der Nachbarschaft. Fragen Sie dann:

- Denkt an jemanden, der arrogant war. Welche Verhaltensweisen legt dieser Mensch an den Tag (Stimm-lage, Gesten, Worte)?
- Was ist die Beziehung zwischen Selbstachtung und Demut?

Übung

Lassen Sie Freiwillige sowohl Überheblichkeit als auch die Ausgewogenheit zwischen Selbstachtung und Demut vorführen. Lassen Sie die Freiwilligen dafür ganz einfache Aufgaben ausführen, zunächst mit Überheblichkeit, dann mit Demut, beispielsweise jemandem einen Stift reichen, jemanden um

einen Gefallen bitten oder einen Preis in Empfang nehmen. Die Schüler sollen sich auch Situationen ausdenken.

Beenden Sie die Stunde mit der Entspannungs-/Konzentrationsübung zur Selbstachtung.

2. STUNDE

Der angeberische Tonfall

Übung

Lassen Sie die Schüler aufschreiben, welche Antworten zwei ihrer Helden bzw. Heldinnen geben würden, wenn sie gefragt würden, worauf sie im Leben am stolzesten wären.

Praxis: Die Schüler gehen zu zweit zusammen und versetzen sich in die Rolle eines der Helden. Sie erzählen sich gegenseitig voller Selbstvertrauen und doch mit Demut, worauf sie so stolz sind.

Vielleicht könnten ein paar Schüler ihre Übung vor der ganzen Klasse aufführen. Es kommt anfangs vielleicht erst zu einem angeberischen Tonfall, dann folgen jedoch die stille Zuversicht und die Leichtigkeit der Demut. Fragen Sie nach Reaktionen auf jeden Tonfall.

Sagen Sie dann: „Ich möchte jetzt, dass ihr mit dem, der euch am nächsten steht, zusammengeht und ihr/ ihm drei Dinge sagt, in denen ihr gut seid. Sagt es eurem Partner mit Zuversicht und Demut und dann im Angeber-Ton.“

Diskutieren Sie die folgenden Fragen, vielleicht sogar in Kleingruppen. Fordern Sie jede Gruppe dazu auf, ihre Erkenntnisse der ganzen Klasse mitzuteilen.

- Wie fühlst du dich, wenn du diesen Angeber-Ton hörst?

- Was weißt du über den Angeber?
- Warum möchten wir manchmal gern angeben? Was wollen wir dann?
- Hilft uns unsere Angeberei, das zu erreichen?
- Welche anderen Möglichkeiten gibt es, das zu erreichen, was wir wollen?

3. STUNDE

Die Stärken sehen

Spielen oder singen Sie zu Beginn des Unterrichts ein Lied. Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an:

- ◆ Durch Ausgewogenheit zwischen Selbstachtung und Demut bejaht und schätzt man seine eigenen Qualitäten von innen heraus.
- ◆ Durch Demut entsteht ein offener Geist, und man erkennt die Stärken der anderen und von sich selbst.
- ◆ Demut als ein Wert – in seiner höchsten Form – ermöglicht Selbstlosigkeit und Würde beim Einsatz für eine bessere Welt.

Spielen Sie leise Entspannungsmusik und lesen Sie dann langsam die folgende Entspannungs-/Konzentrationsübung zu Selbstachtung und Demut vor.

Übung zur Selbstachtung und Demut

„Lasse deinen Geist zur Ruhe kommen ... Entspanne deine Zehen und deine Beine ... Entspanne deinen Bauch ... und deine Schultern ... Entspanne deine Arme ... und dein Gesicht ... Du bist nun sehr konzentriert, lasse deinen Geist jetzt in den

Zustand der Selbstachtung gleiten ... Du glaubst an Frieden ... Du bist fähig ... Denke an drei deiner Qualitäten ... Jeder Mensch bringt besondere Qualitäten in die Welt mit ... Da du die eigenen Qualitäten wertschätzt ... lasse zu dem Gefühl der Selbstachtung noch das Gefühl der Demut auftauchen ... Freue dich an der Leichtigkeit, die Demut mit sich bringt ... Ich bin, wer ich bin ... Mit Demut kann ich meine eigenen Stärken und die Stärken der anderen erkennen ... Ganz leise bewirke ich etwas in der Welt ... Ich konzentriere mich wieder auf meine Qualitäten ... Ich bin konzentriert ... angefüllt mit Respekt ... zufrieden ... Lenke deine Aufmerksamkeit nun ganz langsam wieder auf diesen Raum.“

Lassen Sie die leise Musik weiterlaufen und fordern Sie die Schüler dazu auf, sich über die angeschriebenen Reflexionspunkte Gedanken zu machen. Sie sollen an eine Zeit in ihrem Leben denken, als Demut und Selbstachtung etwas verändert haben. Vielleicht war es die Beobachtung eines anderen Menschen, vielleicht auch etwas, was sie selbst erfahren haben. Tragen Sie dazu etwas in ihr persönliches Journal ein.

4. STUNDE

Ein liebevolles und demütiges Herz

Lesen Sie eine Geschichte über einen überheblichen Menschen oder über einen Menschen, der voll Respekt, Demut und Liebe ist. Sprechen Sie danach über diese Geschichte. In diesen Geschichten geht es oft darum, dass derjenige, der überheblich ist, nur sich selbst liebt, wohingegen ein Mensch, der liebevoll und demütig ist, alle Menschen liebt.

- Besteht zwischen Demut und Liebe, bzw. zwischen Überheblichkeit und mangelnder Liebe ein Zusammenhang?

Sprechen Sie über die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Mit Demut verschwindet die Überheblichkeit.
- ◆ Ein demütiger Mensch hört anderen zu und akzeptiert sie.
- ◆ Demut führt dazu, dass man in den Herzen der anderen großartig ist.
- ◆ Durch Demut wird ein offener Geist geschaffen und man erkennt die Stärken von anderen und von einem selbst. Überheblichkeit hingegen schädigt oder zerstört die Fähigkeit, die Einzigartigkeit anderer Menschen Wert zu schätzen, und somit entsteht eine subtile Verletzung von deren Grundrechten.

Fragen Sie:

- Nennt mir bitte einige Beispiele hierfür. Inwiefern kann Überheblichkeit die Rechte anderer verletzen? (z. B. wenn ein Klassensprecher überheblich ist und den anderen Schülern nicht richtig zuhört, dann repräsentiert er/sie nicht die Belange der anderen Schüler.)
- Fragen Sie die Schüler, wenn sie bislang noch nicht mit der Überheblichkeit von Menschen in Machtpositionen in Berührung gekommen sind: Kennt ihr Beispiele aus der Geschichte, in denen Machthaber derart überheblich waren, dass sie die Rechte anderer völlig ignoriert haben?

Übung

Wählen Sie einen der Reflexionspunkte aus und nehmen Sie diesen als Ausgangspunkt für Prosa oder Gedichte. Oder schreiben Sie ein Gedicht, in dem Überheblichkeit und Demut kontrastiert werden.

Hausaufgabe: Während der Woche soll die Haltung geübt werden, die eigenen Stärken zu akzeptieren und zugleich die Stärken anderer Menschen zu sehen und sich an ihnen zu erfreuen.

5. STUNDE

Demut ist mein Freund

Einführende Worte: „Junge Erwachsene – und sogar ältere Menschen – haben sehr oft Probleme damit, mit Ruhm umzugehen. Das kann in alltäglichen Situationen vorkommen, wie beispielsweise Popularität als Sportler oder eine besondere Rolle in der Schule. Einige Menschen sagen, ihr Image hätte so sehr an Bedeutung gewonnen, dass sie das Gefühl hatten, niemand kannte sie mehr wirklich. Es gibt tragische Beispiele von jungen Schauspielern, die deshalb Selbstmord begangen haben. Andere haben eine kurze Zeit ihres Ruhmes genossen, waren aber am Boden zerstört, als dieser Ruhm verschwand.“

Austausch:

- Warum möchten eurer Meinung nach Menschen berühmt sein?
- Welche Vorteile haben sie, wenn sie berühmt geworden sind?
- Welche Gefahren birgt der Ruhm?
- Welche Nachteile?
- An was hängt man wohl, wenn man berühmt geworden ist?

Sagen Sie: „Lasst uns, bevor wir weiter machen, über einige Reflexionspunkte sprechen.“

- ◆ Die Tendenz, beeindrucken, dominieren oder die Freiheit anderer einschränken zu wollen, um sich selbst zu beweisen, führt zu einer Verringerung der inneren Erfahrung von Wertschätzung, Würde und geistigem Frieden.
- ◆ Hochmut kommt vor dem Fall.

Anmerkung für den Lehrer

Vielleicht denkt einer der Schüler noch darüber nach, dass Menschen auf emotionaler Ebene anfangs ganz in Ordnung sind, sich aber sobald sie dann von der ganzen Aufmerksamkeit angezogen werden, anfangen sich zu verändern. Es ist dann so, als ob sie die Beziehung zu sich selbst verlieren und zur Bestätigung stets auf andere oder auf äußere Dinge schauen. Ihr Wohlbefinden hängt dann davon ab. Wenn sie diese Beachtung von außen nicht mehr bekommen, fühlt dieser Mensch sich fallengelassen. Das könnte der Lehrer vielleicht noch anmerken.

Fragen Sie dann: „Was würde einem Menschen dabei helfen, während der Zeit des Ruhmes und wenn der Ruhm nachlässt, zufrieden zu bleiben?“ (Fordern Sie die Schüler dazu auf, Strategien zu entwickeln, wie beispielsweise: einige wenige enge Freunde zu haben, die einen selbst wirklich kennen, das Selbstwertgefühl auf die inneren Qualitäten aufbauen etc.)

Bieten Sie den Schülern an, kleine Diskussionsgruppen zu bilden, um Strategien zu entwickeln. Jede Gruppe kann die Ergebnisse dann der ganzen Klasse vorstellen.

Hausaufgabe: Die Schüler sollen jeden Tag in der Woche etwas Nettes für jemand anderen tun – und zwar mit dem Gefühl, das wirklich tun zu wollen, ohne dafür Anerkennung zu bekommen.

Beenden Sie die Stunde mit einem Lied zum Thema Selbstachtung oder Liebe.

6. STUNDE

„Niedere“ Aufgaben

Sagen Sie:

„Viele von uns müssen sog. Niedere Aufgaben erledigen.

Wie kann man Freude an diesen Aufgaben haben und trotzdem würdevoll sein? Wie können wir unsere Selbstachtung erhalten und Würde erfahren, und zwar mit dem Wert Demut und nicht mit dem Gefühl der „Demütigung“?

Einige Gedanken dazu:

- Zu verschiedenen Zeiten in unserem Leben spielen wir alle unterschiedliche Rollen. Unsere Rollen unterscheiden sich sogar innerhalb des Tages, je nach dem, mit wem wir es zu tun haben.
- Die Kooperation eines jeden ist wesentlich für die erfolgreiche Erfüllung einer Aufgabe. Jede Rolle ist wichtig.

Fragen Sie:

- Habt ihr euch jemals „schlecht“ oder nicht so gut gefühlt, wenn ihr alltägliche Dinge oder niedere Tätigkeiten erledigt habt? Warum bzw. warum nicht?
- Welche Gedanken oder welche Einstellung verhelfen euch dazu, euch gut und wertvoll zu fühlen?
- Habt ihr jemals eine erledigte Aufgabe nachfolgenden Kriterien bewertet:
- Die Qualität, mit der ihr sie ausgeführt habt?
- Die zwischenmenschlichen Qualitäten, die ihr erfahren habt?
- Die Werte, die ihr gezeigt habt?
- Wenn ihr Arbeiten nach irgendeiner der o. g. Kriterien bewertet, glaubt ihr dann, dass eure Selbstachtung stabil bleibt oder sich sogar steigert?

- Fallen euch noch anderen Kriterien ein, die auf Werten beruhen, anhand derer man Aufgaben bewerten könnte?

Zusätzlicher Inhalt: Manche Menschen haben eine Attitüde denjenigen gegenüber, die niedrig bezahlte Arbeit verrichten. Es scheint, als hätten sie irgendwie entschieden, oder vermittelt bekommen, dass sie besser als der andere seien. Es gibt eine Geschichte über einen Professor, der an der Universität in einer seiner Prüfungen gefragt hat, wie die für diesen Seminarraum zuständige Raumpflegerin heiße. Einer der Studenten fragte, ob es sich dabei um einen Scherz handle. Der Professor verneinte. Er sagte, dies sei eine wichtige Frage fürs wirkliche Leben, dass es wichtig sei, die Menschen, die mit einem arbeiten, zu kennen und zu respektieren.

Diskutieren Sie in kleinen Gruppen. Erstellen Sie eine Liste der Werte und Qualitäten, die sie zur Verrichtung jeder Arbeit für wichtig erachten. Lassen Sie die Ergebnisse einer jeden Gruppe anhand eines Sketches, eines Gedichts oder einer schriftlichen Präsentation vorstellen.

7. STUNDE

Besitzanspruch und Gleichgewicht

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied.

Diskutieren Sie in Kleingruppen die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Demut bedeutet, stabil zu bleiben und im Innern die Kraft zu bewahren, statt im Außen andere zu kontrollieren.
- ◆ Besitzstreben errichtet Mauern aus Arroganz, Demut baut sie ab.

Fragen Sie:

- Was bedeutet es, andere zu kontrollieren versuchen? Welche unterschiedlichen Arten der Kontrollausübung gibt es?
- Wann möchten wir andere kontrollieren?
- Wann bemerkt ihr, dass andere euch kontrollieren möchten?
- Warum möchten Menschen gern über andere bestimmen? (z.B.: Sie fühlen sich sicherer, wenn alles so läuft, wie sie es möchten.)
- Ist dieses Verhalten jemals angebracht? Wann?
- Wann ist dieses Verhalten aufdringlich oder nicht angebracht?
- Was könnten wir sagen oder tun, wenn der andere aufdringlich oder zu bestimmend ist?
- Welche dieser Methoden sind „wohltätig“, d. h. mit fester aber freundlicher Stimme sprechen, den Respekt für die andere Person aufrecht erhalten und genau benennen, was genau der andere lassen sollte.

Erarbeiten Sie Beispiele, die „bestimmt wohltätig“ sind, und verwenden Sie dabei die o. g. Kriterien. Lassen Sie von einigen Freiwilligen diese Antworten darstellen.

Übung

Die Schüler können in Kleingruppen noch weitere Punkte besprechen. Fordern Sie die Schüler dazu auf, Reflexionspunkte zu entwickeln, die ihnen helfen, stabil zu bleiben, wenn sie versucht sind, jemand anderen in unangemessener Weise zu kontrollieren oder wenn sie befürchten, jemanden zu verlieren. Das könnte insbesondere bei Problemen des Besitzanspruchs über den Freund/ die Freundin von Bedeutung sein. (In machen Klassen besteht vielleicht der Wunsch, dieses Thema noch über weitere Stunden hinaus zu bearbeiten.)

Optionale Übung für gefährdete junge Erwachsene: Dies ist ein guter Zeitpunkt, den Verhaltenskreislauf zu untersuchen, der normalerweise in Beziehungen mit Missbrauch vorkommt.

8. STUNDE

Die Gefahr von „besser als“

Sagen Sie: Es ist wichtig, die Qualitäten anderer Menschen zu sehen, und es ist auch wichtig, die Qualitäten, die ihr an anderen Menschen wertschätzt, zu kennen. Sich aber „besser als“ (höher gestellt) zu fühlen, lässt Probleme entstehen. Genau dieses Verhalten kann bei Einzelpersonen, bei Cliques an der Schule oder bei Gruppen anderen gesellschaftlichen Gruppen gegenüber beobachtet werden.“

Fragen Sie:

- Welche Probleme kann das Gefühl von „besser als“ andere entstehen lassen?
- Welche Verhaltensweisen konntet ihr an Menschen, die sich als etwas Besseres fühlen, beobachten (Verhalten, Stimmlage, Wörter etc.)?
- Wie fühlt ihr euch, wenn sich andere euch gegenüber so verhalten?
- Woher haben die Menschen eine solche Verhaltensweise? (Es kann von den Eltern oder Altersgenossen erlernt werden etc.)
- Warum tun eurer Meinung nach Menschen so etwas? (Sie versuchen so, sich gut bzw. besser zu fühlen.)
- Da alle Menschen unterschiedlich sind und unterschiedliche Qualitäten und Begabungen haben, müssen wir sie unterscheiden können. Deshalb müssen wir manchmal auch vergleichen. Denkt ihr, es ist möglich, zu vergleichen ohne zu beurteilen?

- Ist es möglich, zu vergleichen und trotzdem den anderen anzunehmen? Wie?

Schreiben Sie die Antworten der Schüler an die Tafel. Fragen Sie dann:

- Welches Verhalten würdet ihr euch von Menschen untereinander wünschen, was sollten die Menschen übereinander denken?
- Wie hängen Selbstakzeptanz und die Akzeptanz anderer miteinander zusammen?
- Was können wir zu uns selbst sagen, damit wir jedem Menschen mit Akzeptanz begegnen können?

Übung

Entwickeln Sie einige Slogans, die Antworten auf o. g. Fragen geben. Schreiben Sie diese dann auf ein großes Blatt Papier, verzieren Sie das Blatt.

9. STUNDE

Stabil und bestimmt bleiben

Schreiben Sie den folgenden Reflexionspunkt an die Tafel:

Mit Demut kann man Herausforderungen mit Leichtigkeit begegnen. Fragen Sie:

- Inwiefern kann Demut dazu beitragen, dass ihr bei Herausforderungen leicht und vertrauensvoll – im Besitz eurer vollen Kraft – bleibt?
- Wie ist es, wenn andere euch beleidigen? Wie könnt ihr in solchen Situationen den Wert Demut für euch nutzen und gleichzeitig eure Würde bewahren?

- Wie ist es eurer Erfahrung nach, wenn jemand euch für etwas, das ihr getan habt, keine Anerkennung zollt, obwohl ihr sie verdient hättet? Wie könnt ihr in solchen Situationen den Wert Demut für euch nutzen und gleich-zeitig eure Würde bewahren?
- Springt ein wenig Arroganz an, wenn euch jemand konstruktive Kritik oder einen Vorschlag macht? Wie kann euch in dieser Situation der Wert Demut helfen, euch nicht aufzuregen, die Situation klar zu erkennen und den Vorschlag zu bewerten?

Diskutieren Sie die drei unterschiedlichen Situationen in Kleingruppen und fordern Sie die Gruppen dann auf, eine Situation nachzustellen, zunächst ohne und dann mit dem Gleichgewicht von Demut und Selbstachtung. Sie können die Schüler auch dazu anweisen, sich in drei Gruppen aufzuteilen. Jede Gruppe übernimmt dann eine der Situationen.

10. STUNDE

Zuhören

Sagen Sie: „Manchmal fängt man an, sich innerlich schlecht zu fühlen, wenn andere darüber sprechen, was sie für tolle Dinge getan haben.“ Fragen Sie: „Ist euch das jemals passiert?“

Bestätigen Sie die Aussagen: „Es ist manchmal sehr schwierig, so vielen tollen Dingen zuzuhören, denn wir vergleichen uns innerlich mit den anderen. Manchmal geht es auch nur darum, dass der andere die gesamte Aufmerksamkeit erhält, und wir wünschen uns dann auch etwas Aufmerksamkeit. Deshalb üben wir heute eine weitere Fähigkeit, und zwar wie wir anderen zuhören und gleich-zeitig in unserer Selbstachtung bleiben. Eine große Hilfe bietet hier die Demut.“

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel und diskutieren Sie:

- ◆ Ein demütiger Mensch hört anderen zu und bleibt dabei innerlich glücklich.
- ◆ Durch Demut erkennt man die Stärken der anderen und von sich selbst.
- ◆ Durch Demut wird der Geist offen.

Fordern Sie die Schüler dazu auf, an drei Dinge zu denken, auf die sie stolz sind. In einer Gruppe von vier Schülern sollen sie über diese Dinge sprechen. Die drei anderen Schüler der jeweiligen Gruppe sollen das Gleichgewicht zwischen Selbstachtung und Demut während des Zuhörens üben. Nachdem der Schüler alles gesagt hat, sollen sich die zuhörenden Schüler positiv über das Gesagte äußern. Dabei sollen sie die Qualitäten, die der Sprecher erwähnt hat, hervorheben, bzw. Qualitäten, die beobachtet wurden, hinzufügen. Daraufhin erzählt jeder Schüler der Reihe nach seine Geschichte, auf die er stolz ist, die anderen drei hören aufmerksam zu und wiederholen anschließend den Teil, den sie am besten gefunden haben. Die Zuhörer können die Geschichte auch folgendermaßen positiv kommentieren: „Ja, es ist toll, dass du das getan hast!“

Austausch:

Fragen Sie, ob es den Schülern schwer gefallen ist, die Erzählung des anderen nicht zu unterbrechen und noch einen drauf zu setzen, was noch besser war. Sagen Sie den Schülern, dass das Bedürfnis, eine bessere Geschichte entgegenzusetzen, ein Zeichen dafür ist, dass man gern besser als der andere sein möchte. Erwähnen Sie, dass Zutrauen und Demut zusammen dazu beitragen, dass man sich innerlich gut fühlt und auch Freude an den Qualitäten des anderen hat.

11. STUNDE

Persönliches Zeichen

Diskutieren Sie den folgenden Reflexionspunkt: Durch Ausgewogenheit zwischen Selbstachtung und Demut bejaht und schätzt man seine eigenen Qualitäten von innen heraus.

Übung

Weisen Sie die jungen Erwachsenen dazu an, zehn Qualitäten oder Werte aufzuschreiben, die sie haben. Dann sollen sie die Wörter einkreisen, welche wichtig für ihre Selbstachtung ist. Stellen Sie dann Materialien zur Verfügung, mit denen die Schüler für sich ein persönliches Zeichen erstellen können. Dieses Zeichen soll Ausgewogenheit zwischen Selbstachtung und Demut ausdrücken.

Sprache/ Literatur

Sprechen Sie mit den Schülern täglich über einen oder zwei Reflexionspunkte. Wählen Sie dafür passende Kurzgeschichten aus. Überlegen Sie sich noch weitere Reflexionspunkte.

Denken Sie sich ein Gedicht zu Demut aus.

Schreiben Sie ein Gedicht über eine überhebliche Person mit falscher Demut – einen Heuchler.

Lesen Sie Geschichten über Persönlichkeiten aus der Geschichte, die Demut und Größe gezeigt haben – und die eine Vision für das Wohl der ganzen Welt hatten. Informieren Sie sich beispielsweise über das Leben und die Errungenschaften von Mahatma Gandhi.

Lesen Sie eine Autobiographie eines Menschen, der Demut und Größe verkörpert hat.

Suchen Sie nach Geschichten über Menschen in der heutigen Zeit, die Beispiele für Selbstachtung, Demut und/oder Selbstlosigkeit sind.

Tragen Sie Stücke über Demut und Überheblichkeit zusammen. Ein klassisches Beispiel für dieses Thema bildet hier das Stück König Lear von William Shakespeare.

Schreiben Sie eine Kurzgeschichte über einen Menschen mit falscher Demut, der eine Ahnung von der Schönheit wahrer Demut bekommt, oder?

Schreiben Sie ein Märchen für kleine Kinder, in dem es um einen Helden oder eine Heldin mit einem demütigen Herzen und viel Liebe für andere Menschen geht. Lassen Sie einige Schüler ihre Geschichten laut vorlesen. Fordern Sie die Schüler auch dazu auf, ihre Geschichten an die Homepage von Living Values: An Educational Program, www.livingvalues.net zu senden, damit noch mehr Menschen in den Genuss kommen.

Interview

Fordern Sie die Schüler dazu auf, jemanden in der Gemeinde zu interviewen, dessen Handeln sich positiv auf das Leben des Schülers oder auf das Leben anderer Menschen in der Gemeinde ausgewirkt hat. Die Schüler sollen herausfinden, worauf diese Menschen am meisten stolz sind und die Geschichte dieses Menschen schreiben.

Geschichte/ Sozialkunde

Lesen Sie mit der Klasse die Reflexionspunkte. Diskutieren Sie den Wert Selbstachtung und Demut als entscheidende persönliche Merkmale von wahren Dienern. Fragen Sie: „Welche Persönlichkeiten der Geschichte verfügten über die richtige Balance zwischen Selbstachtung und Demut?“

Überheblichkeit und Menschenrechte

Da Sie (als der Lehrer) den regulären Lehrplan ihres Geschichtsunterrichts gestalten, suchen Sie Beispiele für Überheblichkeit heraus. Besteht ein Zusammenhang zwischen der Überheblichkeit einer Führungspersönlichkeit, den Tendenzen, die eigene politische Partei/ die eigene Rasse/ den eigenen Stamm als überlegen zu betrachten, dem Aufbau von exzessivem Nationalismus und der konsequenterweise daraus folgenden Ablehnung und dem Missbrauch der Menschenrechte? Suchen Sie Beispiele für Überheblichkeit und Überlegenheit bei Führungspersönlichkeiten und untersuchen Sie die Folgen. Suchen Sie ebenfalls nach Beispielen von Führungspersönlichkeiten, die Selbstlosigkeit und Demut verkörpern. Sind deren politische Strategien und Praktiken konstruktiver? Fordern Sie die Schüler dazu auf, die Qualitäten der Führungspersönlichkeiten zu untersuchen, verbinden Sie dann deren Werte mit deren Strategien, den Methoden und den daraus resultierenden Folgen.

Führungspersönlichkeiten, die für ihre Demut bekannt sind

Welche Führungspersönlichkeiten der Welt, aus der Vergangenheit oder der Gegenwart, sind für ihre Demut bekannt? Welche historischen Ereignisse waren bei diesen Menschen der Antrieb für ihr Verhalten?

Naturwissenschaft

Den Zweck fest im Sinn behalten

Sagen Sie: „Stellt euch vor, ihr seid Wissenschaftler. Gebt euer Ziel an und tragt es vor. Habt ihr gesagt, um der Menschheit zu dienen oder eine bessere Welt zu ermöglichen? Warum werdet ihr dann überheblich in Bezug auf eure großartige Entdeckung, die ihr vor Kurzem gemacht habt? Schreibt auf, welche großartigen Erfindungen ihr gemacht habt. Erzählt dann in Vierergruppen nacheinander von euren Erfindungen. Gebt zunächst damit an, und erzählt dann der Gruppe von derselben Erfindung, doch behaltet dieses Mal euer Ziel fest im Sinn. Hat der Gedanke, zum Wohl beizutragen, stattdessen Überheblichkeit die Ausgewogenheit von Demut und Selbstachtung entstehen lassen?“

Kunst

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Durch Demut ist man in den Herzen der anderen großartig.
- ◆ Die Tendenz, beeindruckt zu sein, dominieren oder die Freiheit anderer einschränken zu wollen, um sich selbst zu beweisen, führt zu einer Verringerung der inneren Erfahrung von Wertschätzung, Würde und Frieden im Geist.

Fügen Sie der Diskussion noch folgende Anmerkungen hinzu: Demut kann ein guter Freund eines Künstlers sein. Mit Demut und Selbstachtung wächst die Fähigkeit, offen zu bleiben und somit innerlich kreativer zu sein. Ein weiterer Vorteil von Demut ist: man wird bei Kritik anderer nicht überreagieren oder aus der Bahn geworfen werden, sondern in der Lage sein, sich selbst ehrlich zu beurteilen und das einzubeziehen, was die anderen gesagt haben.

Malen Sie ein Bild zum Thema Selbstachtung und Demut vs. Überheblichkeit.

Machen Sie eine Skulptur zum Thema Würde.

Beschäftigen Sie sich mit einem Künstler aus ihrem Kulturkreis, der die Schönheit von Demut und Würde in menschlicher Form darstellt.

Musik

Suchen Sie Musikstücke heraus, die das Gefühl von Würde und Selbstlosigkeit entstehen lassen.

Gibt es in ihrem Kulturkreis einen Künstler, der sowohl für seine Demut als auch für seine großartige Musik bekannt ist?

Sport / Tanz

Demut und Selbstachtung sind eine großartige Hilfe bei Sieg und Niederlage. Sprechen Sie unter diesem Gesichtspunkt über Fairness.

Entwickeln Sie einen Tanz zum Thema Würde.

Entwickeln Sie einen modernen Tanz, der den steinigen Weg vom Gefühl der Demütigung zur Selbstachtung und Demut – zu Würde und Gnade – beschreibt.

KOOPERATION



Kooperation entsteht, wenn Menschen ein gemeinsames Ziel verfolgen.

KAPITEL 7 - KOOPERATION

Reflexionspunkte.....280

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde	Wer mit uns kooperiert oder auch nicht!.....	281
2. Stunde	Die Notwendigkeit von Kooperation.....	282
3. Stunde	Mit ganzem Herzen kooperieren	284
4. Stunde	Kooperation zur Bewältigung von Herausforderungen	287
5. Stunde	Kooperative Sprache und kooperatives Verhalten ..	288
6. Stunde	Spiele zu Kooperation.....	289
7. Stunde	Mind Maps.....	291
8. Stunde	Grenzen	291
9. Stunde	Kooperation mit mir selbst und mit meiner Familie.....	293
10. Stunde	Ein Sketch.....	294
11. Stunde	Ein Projekt zur Kooperation	294
12. Stunde	Welcher Wert ist beim Kooperieren notwendig?	295

Themenbereiche

Sprache/ Literatur	296
Geschichte/ Sozialkunde.....	298
Wissenschaft	300
Wirtschaft.....	301
Kunst	302
Musik.....	303
Hauswirtschaft.....	304
Sport/ Tanz.....	305

Reflexionspunkte zum Thema Kooperation

- ◆ Kooperation entsteht, wenn Menschen zusammen arbeiten, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen.
- ◆ Kooperation bedeutet, den Wert der Rolle eines jeden anzuerkennen und eine positive Einstellung beizubehalten.
- ◆ Gute Wünsche und reine Gefühle für die Aufgabe entstehen durch denjenigen, der kooperiert.
- ◆ Beim Kooperieren muss man wissen, was benötigt wird. Manchmal wird eine Idee gebraucht, manchmal muss man die Idee jedoch auch los lassen. Manchmal muss man führen, manchmal muss man jedoch auch folgen.
- ◆ Kooperation liegt das Prinzip der gegenseitigen Achtung zu Grunde.
- ◆ Wer kooperiert, erhält Kooperation.
- ◆ Wo Liebe ist, ist auch Kooperation.
- ◆ Die Grundlagen für Kooperation sind Mut, Überlegung, Sorgfalt und miteinander Teilen.
- ◆ Ich kann kooperieren, indem ich mir meiner eigenen Werte bewusst bleibe.

Unterrichtsstunden

Lieder erschaffen eine besondere Atmosphäre, in der ein Wert erfüllt werden kann. Das Werte-Planungs-Team könnte täglich ein Themengebiet und dazu ein passendes Lied aussuchen. Wählen Sie Lieder aus, bei denen Sie das Gefühl haben, sie sprechen die Schüler an, Lieder, die ihrem Alter entsprechen. „It’s about time“ von John Denver passt auf Grund des Textes zum Thema Kooperation: „Wer kann dir schon sagen, dass du verlieren musst, damit jemand anders gewinnt“ („Who’s to say

you have to lose for someone else to win“). Manche Schüler finden es auch gut, traditionelle Lieder zu lernen. Fügen Sie während des Werteunterrichts hin und wieder eine Entspannungs-/Konzentrationsübung ein. Die Übungen sind der Einfachheit halber am Ende des Buches im Anhang aufgeführt.

Der Lehrer könnte die Reflexionspunkte des Tages zum Thema Kooperation schon vor Beginn der Stunde an die Tafel schreiben, so dass die Schüler zum Klang der Musik leise den Raum betreten und überlegen können.

Unterrichtsstunden zum Thema Kooperation

1. STUNDE

Wer mit uns kooperiert – oder auch nicht!

Spielen Sie beim Eintreten der Schüler etwas Aufbauendes, ein Lied zum Thema Liebe zur Menschheit. Deuten Sie auf die von Ihnen an die Tafel geschriebene Anweisung:

- Denkt an eine Situation, in der ihr wirklich Kooperation gebraucht und auch erhalten habt. Vergegenwärtigt euch die Situation und schreibt einige Sätze dazu auf. Wie habt ihr euch gefühlt? Welche Qualitäten hat die andere Person angewandt?

Ersetzen Sie nach ca. fünf Minuten, wenn der Großteil der Schüler die Aufgabe beendet zu haben scheint, das Wort „auch“ mit dem Wort „nicht“, so dass es wie folgt heißt:

- Denkt an eine Situation, in der ihr wirklich Kooperation gebraucht und nicht erhalten habt.

Fordern Sie nach einigen weiteren fünf Minuten zwei Freiwillige dazu auf, ihre Geschichte zu erzählen. (Sicherlich gibt es sowohl

ernste als auch lustige Geschichten.) Fordern Sie drei weitere Schüler auf, je eine der folgenden Kategorien, entsprechend ihrer Geschichte, an die Tafel zu schreiben. Jeder Schüler soll nun zwei Listen erstellen, eine zur Kooperation und eine andere zum Mangel an Kooperation. Dabei beziehen sie die folgenden Kategorien mit ein:

1. Gefühle
2. Konsequenzen
3. Qualitäten der Person, die zur Kooperation aufgefordert wurde

Fragen Sie, nachdem einige Freiwillige ihre Geschichten erzählt haben, die anderen, ob sie der Liste an der Tafel noch etwas hinzu fügen möchten.

Übung

Bilden Sie kleine Gruppen. Die Aufgabe zum Thema Kooperation ist, sich ein Lied aus zu denken, in dem einige der Informationen, die während der Stunde zusammen getragen wurden, verwendet werden. Es kann auch eine Ode der Anerkennung für diejenigen in der Welt sein, die mit _____ kooperieren. (Geduld? Zuneigung? Füllen Sie die Lücke mit verschiedenen Qualitäten aus.) Jede Gruppe stellt dann ein Lied oder ein Gedicht vor.

2. STUNDE

Die Notwendigkeit von Kooperation

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel und lassen Sie währenddessen ein Lied zur Liebe für die Menschheit oder zu Kooperation laufen.

- ◆ Kooperation entsteht dann, wenn Menschen zusammen arbeiten, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen.
- ◆ Der Kooperation liegt das Prinzip der gegenseitigen Achtung zu Grunde.
- ◆ Gute Wünsche und reine Gefühle für die Aufgabe entstehen durch denjenigen, der kooperiert.

Jede Gruppe kann das Lied oder das Gedicht vorstellen, das zum Ende der letzten Stunde erarbeitet wurde.

Stellen Sie die ersten Fragen schnell, und verlangen Sie schnelle Antworten. Diese Fragen sind lediglich dazu da, das Interesse der Schüler zu wecken und etwas Spaß zu vermitteln.

- Wenn ihr ein Auto hättet und es bliebe im Schlamm stecken, wie viele Leute sollten euch dann helfen?
- Wenn ihr bei euch zu Hause die Wände streichen würdet, wie viele Leute sollten euch dabei helfen?
- Wenn ihr ein wirklich leckeres Essen haben möchtet, wie viele Leute sollten euch dabei helfen?
- Wenn ihr jemanden mit einem wunderschönen Strauß Blumen beeindrucken möchtet, wie viele Leute sollten euch dabei helfen?
- Wenn ihr einen Reisepass in nur zwei Tagen erhalten möchtet, wie viele Leute sollten euch dabei helfen?

Fragen Sie dann:

- Was ist Kooperation?
- Brauchen wir alle manchmal Kooperation?
- Bei welchen Dingen braucht ihr Kooperation?
- Wobei hättet ihr gern mehr Kooperation?
- Wie denkst du über eine Aufgabe, bei der dir eine Person hilft, die sich dabei freut, und wie fühlst du dich, wenn diese helfende Person mürrisch oder ärgerlich ist?

- Mit wem kooperiert ihr selbst?

Schreibübung: Schreibt zehn Beispiele auf, wie ihr selbst kooperiert und zehn Beispiele, wie ihr Kooperation erhaltet.

3. STUNDE

Mit ganzem Herzen kooperieren

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel, sprechen Sie jedoch nicht über sie.

- ◆ Wo Liebe ist, ist auch Kooperation.
- ◆ Gute Wünsche und reine Gefühle für die Aufgabe entstehen durch denjenigen, der kooperiert.
- ◆ Wer kooperiert erhält Kooperation.

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied oder singen Sie mit den Schülern zusammen ein Lied.

Ein Spaßlied mit Bewegungen

Machen Sie eine Übung, die Spaß vermittelt. Vielleicht wenden Sie die folgende Übung an, die uns von einer Teilnehmerin des anfänglichen LVEP-Trainings in Oxford, Silvija Tomcik, beigebracht wurde.

Lassen Sie die Schüler einen Kreis bilden und sich dann hinsetzen. (In manchen Kulturen wird es notwendig sein, zwei Kreise zu bilden, einen für die Mädchen, einen für die Jungen.) Sie sollten einen Kreis bilden, in dem die Schüler so nah beieinander sitzen, dass sie sich berühren.

Sagen Sie den Schülern, dass sie die folgenden drei Wörter lernen sollen. In dieser Sprache (Phantasiesprache) bedeutet

A-ram-sha-sha „Frieden“, gu-lee-gu-lee bedeutet „Liebe“ und A-ram-ish bedeutet „Glück“. Singen sie mit den Schülern das folgende Lied.

A-ram-sha-sha

A-ram-sha-sha A-ram-sha-sha

Gu-lee-gu-lee gu-lee-gu-lee Ram-sha-sha

A-ram-sha-sha A-ram-sha-sha

Gu-lee-gu-lee gu-lee-gu-lee Ram-sha-sha

A-ram-ish A-ram-ish

Gu-lee-gu-lee gu-lee-gu-lee Ram-sha-sha

A-ram-ish A-ram-ish

Gu-lee-gu-lee gu-lee-gu-lee Ram-sha-sha

Weisen Sie die Schüler an, jedes mal, wenn „A-ram-sha-sha“ gesungen wird, mit den Fingern dreimal auf das Knie ihres rechten Nachbars zu klopfen. Bei „Gu-lee-gu-lee“ sollen sie mit ihren Fingern auf den Kopf ihres linken Nachbarn klopfen. Bei der Stelle „A-ram-ish“ sollen sie beide Hände in die Höhe halten und sie dann herab sinken lassen, so als ob sie sich verbeugen würden. Das ist der Zeitpunkt, an dem die meisten Gruppen von Jugendlichen anfangen zu lachen. Singen Sie das Lied mit den Bewegungen erst langsam, steigern Sie dann das Tempo und singen es schneller. Singen Sie es noch einmal sehr schnell. Amüsieren Sie sich.

Wenn das Lied vorbei ist, fragen Sie:

- War es eben gerade leicht zu kooperieren?
- Warum?

Fordern Sie die Schüler nun dazu auf, sich die Reflexionspunkte an der Tafel anzusehen.

Fragen Sie:

- Wenn das Gefühl von Liebe oder Spaß vorhanden ist, ist Kooperation dann einfach?

Sagen Sie: „Denkt an eine Situation, in der das Kooperieren einfach war, in der man es von Herzen gern getan hat. Schreibt drei solcher Situationen auf. (Geben Sie ihnen dafür ca. fünf Minuten.) Schreibt jetzt bitte neben jede Situation die Qualität auf, die ihr erfahren habt und die euer Kooperieren leicht gemacht hat. (Geben Sie ihnen dafür einige Minuten). Fragen Sie, ob jemand seine Notizen vorlesen möchte.

„Schreibt bitte zu den folgenden Fragen eure Antworten auf. Schließt euch danach in kleinen Gruppen zusammen und diskutiert eure Antworten.“ Lesen Sie die folgenden Fragen langsam vor, machen Sie Pausen, um den Schülern genügend Zeit für die Antworten zu geben.

- Erstellt eine Liste der Dinge, bei denen euch Kooperation leicht fällt.
- Erstellt eine Liste der Dinge, bei denen ihr kooperativer sein möchtet oder bei denen euch Kooperation schwer fällt. (Wiederholen Sie die Frage.)
- Was geht innerlich in euch vor, wenn Kooperation leicht fällt?
- Was geht innerlich in euch vor, wenn Kooperation schwer fällt?
- Was könntet ihr zu euch selbst sagen, damit Kooperation leichter fällt?

Bilden Sie kleine Gruppen für eine anschließende Diskussion. Die Gruppen können ihre Ergebnisse dann der Klasse vorstellen.

Beenden Sie die Stunde mit der Entspannungs-/ Konzentrationsübung zum Thema Selbstrespekt.

4. STUNDE

Kooperation zur Bewältigung von Herausforderungen

Fragen Sie: „Was würde passieren, wenn jeder in der Welt kooperativ wäre?“

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte und nehmen Sie dabei folgende Sichtweise ein: Was würde in einer Gemeinschaft, einem Staat, einem Land oder in der Welt geschehen, wenn sowohl Geschäftsleute als auch Mitglieder der Regierung die Bedürfnisse und Probleme auf diese Art und Weise angehen würden?

- ◆ Die Grundlagen für Kooperation sind Mut, Überlegung, Sorgfalt und miteinander Teilen
- ◆ Ich kann kooperieren, indem ich mir meiner eigenen Werte bewusst bleibe.

Übung

Fordern Sie die Schüler auf, eine Weiterführung des folgenden Satzes aufzuschreiben: Die Welt braucht mehr Kooperation im Bereich von _____.

Besprechen Sie dann die Antworten.

Bilden Sie kleine Gruppen und fordern Sie jede Gruppe dazu auf, ein Anliegen auszuwählen und verschiedene Möglichkeiten zu diskutieren, wie man als Einzelner, als Gruppe, als Unternehmen, als Nicht-Regierungsorganisation oder als Regierung die Herausforderungen bewältigen könnte. Lassen Sie die Schüler wissen, dass sie in der nächsten Stunde Zeit haben werden, in der Gruppe an ihren Strategien weiter zu arbeiten. Fordern

Sie die Schüler dazu auf heraus zu finden, wodurch Kooperation leicht fällt und welche Verhaltensweisen oder Wörter dazu führen, dass die Bereitschaft zur Kooperation abnimmt.

5. STUNDE

Kooperative Sprache und kooperatives Verhalten

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied.

Sprechen Sie mit den Schülern über die folgenden Reflexionspunkte und fragen Sie während der Diskussion die Schüler nach ihren Beobachtungen zur letzten Stunden, insbesondere danach, welche Sprache und welches Verhalten das Gefühl beim Kooperieren verbessert oder verschlechtert haben.

- ◆ Kooperation bedeutet, den Wert der Rolle eines jeden anzuerkennen und eine positive Einstellung beizubehalten.
- ◆ Beim Kooperieren muss man wissen, was benötigt wird. Manchmal wird eine Idee gebraucht, manchmal muss man die Idee jedoch auch los lassen. Manchmal muss man führen, manchmal muss man jedoch auch folgen.
- ◆ Der Kooperation liegt das Prinzip der gegenseitigen Achtung zu Grunde.
- ◆ Die Grundlagen für Kooperation sind Mut, Überlegung, Sorgfalt und miteinander Teilen.

Fragen Sie:

- Welche Kommunikationsmethoden haben geholfen?
- Habt ihr die Bemühungen des Mitschülers um Kooperation positiv anerkannt? Wie hat sich das angefühlt?

- Haben die positiven Bemerkungen dazu geführt, dass eure Einstellung noch kooperativer wurde?
- Welche Methoden waren hinderlich?
- Welche Art von Vorschlägen wurden akzeptiert und welche nicht? Warum?
- Welche angewandten Qualitäten konntet ihr dabei beobachten?

Schreiben Sie den genauen Wortlaut und die Handlungen an die Tafel, die den Prozess der Kooperation begünstigt haben. Erstellen Sie Richtlinien für eine Kommunikation, welche die Kooperation verbessern.

Übung

Fahren Sie mit der gestrigen Übung in kleinen Gruppen fort, in der jede Gruppe Kooperationsstrategien zur Bewältigung von Herausforderungen erstellen sollte. Verwenden Sie die letzten zehn Minuten der Stunde darauf, jede Gruppe ihren Kommunikationsprozess reflektieren zu lassen, und fügen den Richtlinien relevante Punkte hinzu.

6. STUNDE

Spiele zu Kooperation

Übung

Lassen Sie die Schüler einen Kreis mit den Gesichtern nach außen bilden. Jeder Schüler hakt sich dann bei einem Nachbarn unter, dann setzen sich alle hin. Fordern Sie die Schüler jetzt auf, sich zu erheben, dabei jedoch eingehakt zu bleiben und den Kreis nicht zerreißen zu lassen. Fragen Sie:

- War jeder kooperativ?
- Musstet ihr einander helfen um erfolgreich zu sein?
- Was genau hat geholfen?
- Was hat nicht geholfen?

Übung

Bilden Sie Gruppen von sechs bis acht Schülern. Die Schüler in den Gruppen bilden dann einen Kreis, fassen sich an den Händen und balancieren auf einem Bein. Lassen Sie die Schüler dann abzählen „eins, zwei, eins, zwei“. Alle bleiben so stehen, wie sie gerade sind, und diejenigen, die „eins“ sind, lehnen sich nach vorn, diejenigen, die „zwei“ sind, lehnen sich nach hinten, solange, bis alle einen Punkt der Balance erreicht haben. Mit dem Erreichen dieses Punktes sollen sie die Richtung ändern und „fallen“.

Besprechen Sie nach diesem Spiel die aufgetretenen Schwierigkeiten. Lassen Sie die Schüler folgendes diskutieren: Wie haben wir diese Kooperation erlangt? Wie haben wir uns gefühlt? Was hat geholfen? Verstärken Sie sowohl das Gesprächsklima als auch das gegenseitige Zuhören.

- Beitrag von Pilar Quera Colomina

Fügen Sie noch einige Vorschläge zu den Richtlinien für gute Kommunikation hinzu, welche die Kooperation verbessern. Fragen Sie die Klasse, wie sie diese Richtlinien nennen würde: Machtvolle Kommunikation oder ...

Übung

Entwickeln Sie einen Slogan zu Kooperation. Die Schüler zeichnen oder malen ihren Slogan auf ein langes Stück Papier und hängen es dann an die Wand.

7. STUNDE**Mind Maps**

Lassen Sie die Schüler in Vierergruppen auf der einen Hälfte eines großen Blattes ein Mind Map zu Kooperation erstellen und auf der anderen Hälfte ein Mind Map zum Gegenteil. Sie sollen dabei die vorher entwickelten Richtlinien für Kommunikation beachten und anwenden. Zeigen Sie die Mind Maps.

8. STUNDE**Grenzen**

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel und spielen Sie währenddessen ein Lied.

- ◆ Ich kann kooperieren indem ich mir meiner eigenen Werte bewusst bleibe.
- ◆ Die Grundlagen für Kooperation sind Mut, Überlegung, Sorgfalt und miteinander Teilen.

Einleitender Kommentar: „Manchmal können wir uns als einzelne dazu entscheiden, mit jemandem nicht zu kooperieren.“

Fragen Sie:

- Wann ist Kooperation unmoralisch?

Lassen Sie die Gruppe Beobachtungen dazu anstellen, was Kooperation einfacher macht und was die Kooperationsbereitschaft verringert.

- Gibt es noch weitere Gründe, weshalb ihr nicht kooperieren mögt? Wie sieht es mit persönlichen Grenzen aus? Was ist, wenn man krank ist und etwas nicht leisten kann, oder genau in diesem Moment etwas anderes zu tun hat?

- Welche Kriterien könnt ihr anwenden um festzustellen, ob ihr zur Kooperation bereit seid?

Sagen Sie: „Verschiedene mögliche Kriterien sind:“ (Schreiben Sie die folgendes an die Tafel.)

- Was ist der Zweck dieser Aufgabe?
- Entspricht das meinen Werten?
- Kann ich die Zeit aufbringen?

Lassen Sie die Schüler in kleinen Gruppen diskutieren. Werfen Sie dabei noch eine weitere Frage auf: „Welches andere Kriterium könntet ihr noch hinzufügen?“ und weisen Sie auf die Reflexionspunkte hin. Die Schüler halten darauf hin noch einmal Rücksprache innerhalb der Gruppe, dann präsentieren sie die Werte, welche die Grundlage für ihre Kooperationsentscheidung bildeten. Die Schüler können ein Mitglied auswählen, welches für die Gruppe spricht, sie können ihre Ergebnisse aber auch als Team vorstellen.

9. STUNDE

Kooperation mit mir selbst und mit meiner Familie

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied.

Lassen Sie die Schüler zu den folgenden Fragen die Antworten aufschreiben. Spielen Sie, wenn Sie möchten, sanfte Musik.

- Welches sind die wichtigsten Werte, wenn ihr mit euch selbst kooperiert?
- Wie kooperiert ihr mit euch selbst?
- Welches sind die wichtigsten Werte, wenn ihr mit eurer Familie kooperiert?
- Wie kooperiert ihr zurzeit mit eurer Familie?
- Gibt es irgendeinen anderen Weg der Kooperation innerhalb eurer Familie?

Schriftliche Übung: Schreibt einen kleinen Aufsatz oder ein Gedicht zum Thema Kooperation zu Hause, wie ihr kooperiert oder wie mit euch kooperiert wird. (Bemerkung: Wenn Lehrer mit Schülern arbeiten, die in einem sehr negativen häuslichem Umfeld leben, ändern Sie die Aufgabenstellung: Schreibt einen kleinen Aufsatz über die Kooperation, die es eurer Meinung nach in jedem Haushalt geben sollte, oder über die Art der Kooperation, wie ihr sie euren Kindern entgegen bringen würdet.)

Sollte noch Zeit bleiben, besprechen Sie die Ergebnisse.

Hausaufgabe: Stellt euch selbst eine Aufgabe zu Hause, die ein Extra an Kooperation erfordert.

10. STUNDE

Ein Sketch

Diskutieren Sie das Konzept von wahrer Kooperation – eine Kooperation mit Zuneigung, mit einer aufrichtigen Einstellung und guten Wünschen. Entwickeln Sie Ihre eigene Vorstellung von wahrer Kooperation. Beachten Sie den Reflexionspunkt: Wo Liebe ist, ist auch Kooperation. Diskutieren Sie die Frage, wie man feststellen kann, ob es sich um unehrliche Kooperation handelt.

Übung

Lassen Sie die Schüler einen Sketch über unehrliche Kooperation vs. wahre Kooperation entwickeln. Es kann ein lustiges Stück werden.

11. STUNDE

Ein Projekt zur Kooperation

Übung

Wenden Sie die Prinzipien von wahrer Kooperation anhand eines Projekts an, welches die Klasse gerne durchführen möchte – vielleicht sogar im Klassenraum. Beispiele: eine Wandmalerei, an der alle zusammen arbeiten; Planung und Durchführung einer Aktion zum Sammeln von Geld, um sich an einem besonderen pädagogischen Projekt beteiligen zu können, Erkennen eines Bedürfnisses in der Schule oder in der Umgebung und Planung zur entsprechenden Unterstützung.

Ein Projekt zur Kooperation kann mehrere Tage oder Wochen dauern. Heben Sie während der Diskussion und Zusammenarbeit die positiven sozialen Fähigkeiten der Schüler hervor, welche die Harmonie und den Zusammenhalt untereinander verstärken. Konzentrieren Sie sich, wenn nötig, auf die Reflexionspunkte zum Thema Kooperation.

Überprüfen Sie gegebenenfalls die Reflexionspunkte, fügen Sie eventuell noch etwas hinzu und passen Sie die Richtlinien für Kommunikation entsprechend an.

12. STUNDE

Welcher Wert ist beim Kooperieren notwendig?

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte: Ich kann kooperieren, indem ich mir meiner eigenen Werte bewusst bleibe. Fragen Sie dann:

- Welcher Wert ist beim Kooperieren am wichtigsten?
- Welchen Wert habt ihr in unserem Projekt zur Kooperation am meisten gebraucht? (Die Schüler nennen sicherlich unterschiedliche Werte.)

Übung

Teilen Sie die Klasse in Gruppen auf und lassen Sie sie aus den verschiedenen Werten einen Wert aussuchen, von dem sie meinen, er sei beim Kooperieren der Wichtigste. Jede Gruppe soll das Thema diskutieren, sich auf einen Wert einigen und diesen Wert dann per Pantomime der ganzen Klasse vorführen.

- Beitrag von Marcia Maria Lins de Medeiros

Übung: Eine lustige Übung zum Abschluss der Stunde. Die Schüler stehen auf, entfernen sich von ihren Tischen, und Sie teilen die Klasse in Sechsergruppen auf. Sagen Sie den Schülern, dass das Ziel dieses Spiels darin besteht, kooperativ als eine Gruppe zusammen zu arbeiten. Die Schüler sollen im Klassenraum leise herum schlendern und sich dabei von ihrer Sechsergruppe entfernen. Sie dürfen zwar nicht sprechen, können sich jedoch mit Gesten verständigen. Der Lehrer ruft den Schülern verschiedene Dinge zu, und die Schüler sollen so schnell wie möglich das „erschaffen“, was ausgerufen wurde. Sie dürfen dabei nur sich selbst und diejenigen aus ihrer Gruppe verwenden. Sagen Sie ihnen, sie sollen nun damit anfangen, im Raum herum zu schlendern, lassen Sie die Schüler nun die folgenden Dinge darstellen:

Ein Auto

Ein Haus

Eine Pfütze

Violett

Dann soll sich die ganze Klasse zusammen schließen und so schnell wie möglich die Buchstaben „C“, „M“ und „S“ und die Zahl 4 formen. Auch hier dürfen sie für die Kommunikation zwar Gesten, nicht aber Worte, verwenden. Fragen Sie danach, wenn Sie möchten: „Was war für die Kooperation nützlich?“

- Beitrag von Ruth Liddle

Sprache/ Literatur

Lesen Sie Kurzgeschichten oder Bücher über Kooperation. Bei vielen großen Vorhaben von Menschen war Kooperation erforderlich. Wählen Sie entsprechend ihrer Kultur oder einer

anderen Kultur in ihrem Umfeld etwas Passendes aus. Fragen Sie, ob es in der vorgetragenen Geschichte einen Beweis für den folgenden Reflexionspunkt gibt: Wer kooperiert, erhält Kooperation.

Fragen Sie, ob einer der Schüler die Wahrheit dessen erfahren hat. Fragen Sie nach Beispielen.

Schreiben Sie eine Geschichte – es kann eine lustige Geschichte sein – darüber, dass jemand in ein Geschäft geht und dort von einem Verkäufer, der nicht kooperativ ist, beraten wird.

Schreiben Sie eine Geschichte über eine Welt, in der Kooperation herrscht.

Schreiben eines Klassenbuches

Lassen Sie die Schüler Antworten auf folgende Aussagen aufschreiben (einzeln oder in Gruppen):

- Beschreibt euren idealen Klassenraum für den Deutschunterricht.
- Beschreibt einen idealen Deutschschüler.
- Beschreibt den idealen Deutschlehrer.

Lassen Sie die Schüler in kleinen Gruppen die Antworten besprechen und die Ergebnisse mit der gesamten Klasse besprechen. Notieren Sie die wichtigsten Antworten an der Tafel.

Fragen Sie:

- Welche Regeln hättet ihr gern in eurer Klasse, damit euer Ideal ein Stück weit erreicht wird?

Nachdem die Schüler Regeln genannt haben, fragen Sie, welche nach Meinung der Schüler die wichtigsten sind.

- Beitrag von Kristan Mouat

Geschichte/ Sozialkunde

Kooperations-Spiel zu Rechten

Teilen Sie die Klasse in zwei Gruppen. Die Schüler der einen Gruppe stellen sich um ein großes Bettlaken. (Bei einem Segeltuch würden alle Schüler herum passen.) Legen Sie einen leichten Ball oder eine aufgepustete Erdkugel auf das Laken bzw. auf das Segeltuch. Die Schüler üben nun diesen Ball in die Höhe werfen und ihn zehnmal hintereinander auffangen. Diskutieren Sie danach die verschiedenen Rollen, die gespielt wurden, um diese Aufgabe erfüllen zu können. (Vielleicht ist einer der Anführer gewesen, in dem er gerufen hat „Hoch, runter“. Ein anderer hat vielleicht angefeuert. Ein weiterer könnte vielleicht ein gewilltes und kooperatives Gruppenmitglied gewesen sein.)

Überlegen Sie dann zusammen mit den Schülern, welche wichtigen Konzepte der Ball darstellen könnte. Wenn sich die Klasse bereits mit Menschenrechten, den Bestandteilen der Demokratie oder den Rechten der Kinder beschäftigt hat, wäre das eine geeignete Anschlussübung. So könnte die Klasse beispielsweise die Dinge diskutieren, die ihrer Meinung nach wichtig für das optimale Funktionieren einer Gesellschaft sind. Das könnte Demokratie, Bildung für Mädchen, gerechte Lohnzahlungen für Arbeiter oder Meinungsfreiheit beinhalten. Schreiben Sie jedes Konzept auf das Laken bzw. Segeltuch in einen Kreis (von ca. 30 cm Durchmesser) auf. Diese Kreise stellen Rechte innerhalb eines Landes dar. Ziel der Gruppe ist es, den Ball zehnmal aufkommen zu lassen, jedoch nur auf den gemalten Kreisen. Immer, wenn der Ball in einen der Kreise fällt, sagt eine Person laut „Ja – Redefreiheit in meinem Land!“ Die dahinter stehende Idee: Kooperation ist viel einfacher, wenn wir eine gemeinsame Vision haben – sei es eine Vision von Gleichheit, von Bildung für alle oder...

Ein Sketch von beiden Seiten

Gruppen von Schülern können Sketche zum Thema Kooperation in Büros von Regierungsbehörden oder Unternehmen entwickeln. Es kann auch ein Mangel an Kooperation dargestellt werden. Bevor dieser Sketch entsteht, sollte jedes Team folgendes diskutieren:

- Warum stellen Leute anderen Menschen Hindernisse in den Weg? (Beispiel: Wenn eine Person über wenig wirkliche Selbstachtung verfügt, kann sie das Bedürfnis haben, in irgendeinem Bereich ihres Lebens mächtig zu erscheinen.)
- Welche persönlichen Qualitäten sind für wahre Kooperation am wichtigsten?
- Welche Qualität ist am wichtigsten?

Herausforderungen in der Welt

Erörtern Sie verschiedene Probleme in der Welt und diskutieren Sie Lösungskonzepte, die Kooperation erfordern. Beispiele: Hunger in der Welt, Unterernährung von Kindern oder Gewalt. Kleine Gruppen von Schülern können sich ihr Themengebiet aussuchen, die Arbeit von relevanten Institutionen oder darauf bezogene Themen untersuchen und ihre Ergebnisse dann vorstellen.

- Beitrag von Pilar Quera Colomina und Sabine Levy

Kooperationstisch

Stellen Sie einen Regierungs-Kooperationstisch im hinteren Teil der Klasse auf. Die Schüler können abwechselnd daran arbeiten. Schüler können Hilfe und Unterstützung von der „regierenden Person“ erbitten, Fragen stellen, Beschwerden äußern usw. Die Aufgabe der „regierenden Person“ besteht darin, die Bitten anzuhören, zu verstehen, was die Person wirklich möchte und

angemessene Antworten oder Mittel anzubieten. Es ist wichtig für die „regierende Person“, ihre kooperative Verfassung aufrecht zu erhalten, so dass sich die bittstellende Person verstanden fühlt. Wenn die „regierende Person“ keine geeignete Lösung vorschlagen kann, wäre es angemessen zu sagen „Ich weiß es nicht, aber ich kann es für dich heraus finden.“ Durch diese Übung können die Schüler ein Verständnis für die Art der Kooperation erlangen, die ihre Regierung zeigen müsste. Die Klasse kann dann einigen Beispielen zuhören. Fragen Sie: „Welche kommunikativen Fähigkeiten sind erforderlich? Welche Werte sind hilfreich?“

Wissenschaft

Technik und Kommunikation

Die Technik der weltweiten Kommunikation hat ein solch hohes Niveau erreicht, dass Wissenschaftler heutzutage fast unmittelbar miteinander kommunizieren können. Erörtern Sie die folgenden Fragen:

- Wie können Wissenschaftler globale Kommunikation dazu verwenden, die Wissenschaft voran zu bringen?
- In welchen Wissenschaftsgebieten gibt es ausgezeichnete Kommunikation und Kooperation? (Die Behandlung von Krankheiten ist ein Gebiet.)
- In welchen Wissenschaftsgebieten gibt es nur wenig Kommunikation? (Neue Erfindungen ist ein Gebiet.)
- Warum?
- Welche Werte werden zur Überwindung dieses Missstandes benötigt?
- Welchen Ratschlag würdet ihr diesbezüglich gerne den Wissenschaftlern mit auf den Weg geben?

Kooperative Kommunikation, Forschung und Anwendung

In welchen Bereichen der Forschung oder Anwendung von wissenschaftlichen Erkenntnissen wird Kooperation benötigt? Einzelne Schüler oder kleine Gruppen könnten aktuelle Kommunikationsmethoden in ihrem Interessensgebiet untersuchen. Welche nationalen und internationalen Zeitungen, Organisationen, Ausbildungszentren usw. verbessern Kommunikation und Kooperation? Welche ethischen Prinzipien würden die Kooperationsbereitschaft vereinfachen?

Wirtschaft

Was den Wert Kooperation angeht, so ist die Weltwirtschaft ebenfalls ein sehr umfangreiches Studiengebiet. Industrieländer haben die Handelsgepflogenheiten in den Entwicklungsländern in erheblichem Maße behindert. Die Berichte über die menschliche Entwicklung aus dem UN-Entwicklungsprogramm dienen hier als ausgezeichnete Informationsquelle.

Handel und Kodex innerhalb von Kooperationsprojekten

Beschäftigen Sie sich mit der derzeitigen Debatte um die Politik der Welthandelsorganisation (WTO). Nach dem Fiasko des WTO-Gipfeltreffens in Seattle, Washington, im Herbst des Jahres 1999 wurden Veränderungen vorgeschlagen. Es sollte mehr Kooperation zwischen Regierung, Wirtschaft und Nichtregierungsorganisationen entstehen. Teilen Sie die Klasse in kleine Gruppen. Die Gruppen sollen Methoden untersuchen, die darauf abzielen, Umweltprobleme und die immer größer

werdende Kluft zwischen Arm und Reich an zu gehen. Jede Gruppe soll einen Kooperations-Kodex für Unternehmen, Regierungen oder Nichtregierungsorganisationen entwickeln. Beziehen Sie dabei auch den Nutzen, den alle Beteiligten davon tragen würden, mit ein. Stellen Sie die Ergebnisse der Klasse vor.

Dann sollen die Schüler die Rolle einer Regierung, eines Unternehmens oder einer bestimmten Gruppe, die sich um das Thema Arbeit oder Umweltschutz kümmert, einnehmen. Leiten Sie die Schüler dazu an, ihren eigenen Kooperations-Kodex zu erstellen. Wählen Sie drei Freiwillige aus, die in einer Gruppe, in der alle drei Rollen dargestellt werden, dieses Thema behandeln. Jeder soll der Klasse den eigenen Kooperations-Kodex vorstellen. Diese Gruppe kann dann versuchen, jeden Konflikt zu lösen.

Kunst

Cartoon

Erstellen Sie einen Cartoon, in dem die Charaktere kooperieren und somit zu einer besseren Welt beitragen.

- Beitrag von Marcia Maria Lins de Medeiros

Klassenprojekt

Denken Sie über ein Projekt mit der ganzen Klasse nach. Vielleicht möchten die Schüler für ein Sportereignis aus alten Zeitungen eine riesengroße Statue bauen. Oder aber sie möchten ein dauerhaftes Wandbild an eine der Schulmauern oder das Maskottchen der Schule über das Spielfeld malen. Fragen Sie: „Welche Arten von Kooperation werden benötigt?“ Sagen Sie den Schülern, sie sollen über die zu erledigenden Aufgaben einen Plan erstellen und dabei kooperativ sein – wie erhält man das Material, wer tut was. Unterbrechen Sie alle 30 Minuten die

Planung der Schüler und diskutieren Sie den Stand der Dinge. Fragen Sie:

- Welche Art von Kommentar trägt zu einem Gefühl der Kooperation bei?
- Welche Art von Kommentar zerstört das Gefühl der Kooperation?

Ermuntern Sie die Schüler darin, ihre Planungen mit einem Gefühl von Kooperation durch zu führen.

Kooperationstisch Kunst

Bauen Sie im Klassenraum einen Kooperationstisch auf. Lassen Sie die Schüler entscheiden, welche Art von Kooperation ihnen an diesem Tisch zur Verfügung stehen sollte. Möchten sie dort beispielsweise bestimmte Materialien vorfinden, Hilfe bei einem Problem, Komplimente oder Ermunterung in Bezug auf ihre Arbeit? Die Schüler können einige Tage lang abwechselnd an diesem Tisch sitzen. Der Preis für die erhaltene Dienstleistung an dem Kooperationstisch ist ein Dankeschön für die erhaltene Kooperation. Derjenige, der kooperiert hat, antwortet natürlich auf eine nette Art und Weise. Einige Antworten könnten sein: „Du hast gut gearbeitet“, „Du hast ein gutes Auge für Details“ oder „Du hast so gut zugehört oder gelernt, so dass es mir eine Freude war“ usw.

Musik

Der Musiklehrer kann viele Beispiele für Kooperation in der Musik erörtern, beispielsweise im Orchester oder in Bands.

Gerade in der Musik ist eine wirklich kooperative Einstellung oft unerlässlich. Sprechen Sie über Kooperation in der Musik, welche die Klasse zusammen erschaffen soll. Fragen Sie: „Was

unterstützt bei euch das Gefühl der Kooperation? Was beeinträchtigt Kooperation?“ Widmen Sie sich nun, nachdem einige Faktoren zu beiden Fragen herausgefiltert worden sind, der Fragestellung, wie die Faktoren, die den Kooperationsprozess beeinträchtigen, verändert werden könnten. Diskutieren Sie nach einigen Tagen die Ergebnisse.

Hauswirtschaft

Der Geist der Kooperation

Planen Sie ein kooperatives Projekt und verwenden Sie dabei die Fähigkeiten, welche die Schüler im Unterricht erworben haben. Fordern Sie die Schüler auf, den Kooperationsgeist zu erhalten. Diskutieren Sie die Faktoren, die das Gefühl der Kooperation sowohl unterstützen als auch beeinträchtigen.

Lassen Sie die Schüler sich gegenseitig ein positives Feedback erteilen und beobachten Sie, welche Wörter und Handlungen zur Kooperation sie mögen.

Beschäftigen Sie sich in der Woche mit verschiedenen Reflexionspunkten.

Ein ausgedachtes Vorhaben

Plant ein Vorhaben zur Kooperation. Tut jetzt so, als seid ihr alle zehn Jahre älter, Teil derselben Gemeinschaft und im selben Unterricht. Einige von euch haben bereits Kinder, einige sind angestellt tätig, andere sind den ganzen Tag zu Hause. Jeder junge Erwachsene kann sich eine Rolle auswählen.

Jeder Schüler soll sechs Dinge aufschreiben, bei denen er/sie sich Kooperation wünscht. So entsteht beispielsweise der Wunsch, Hilfe in verschiedenen Bereichen zu erhalten, z. B. bei

der Pflege eines Elternteils, bei der Kinderbetreuung, Ratschläge bei einer Geschäftsidee, Erlernen eines Handwerks oder jemanden zu haben, mit dem man jeden Tag sprechen kann.

Bilden Sie kleine Gruppen, in denen die Schüler ihre Ergebnisse besprechen können.

Dann schreiben alle Schüler je sechs Dinge auf, von denen sie annehmen, sie könnten von der Gemeinschaft, in der sie alle leben, benötigt werden. Jede Gruppe soll sowohl auf die Bedürfnisse des einzelnen schauen als auch auf die der Gemeinschaft und einen entsprechenden Plan aufstellen. Können durch einen von der Gemeinschaft aufgestellten Kooperationsplan einige individuelle Bedürfnisse erfüllt werden? Jeder Einzelne in der Gruppe soll entscheiden, was er oder sie zu diesem ausgedachten Vorhaben in Form von Kooperation beitragen kann.

Kooperation zu Hause

Fordern Sie die Schüler dazu auf, darüber nach zu denken, wie sie zu Hause besser kooperieren können. Bei den Geschwistern, bei den Eltern oder Betreuungspersonen, bei den Großeltern.

Diskutieren Sie verschiedene Arten der Kooperation – durch stille gute Wünsche, Worte, körperliche Hilfe, kleine nette Taten, Geduld usw.

Sport/ Tanz

Tanz

Teilen Sie die Klasse in drei Gruppen auf und stellen Sie den Kooperationsgeist durch Tanz dar. Schüler können ihre eigene Musik auswählen.

Spiel

Binden Sie mit einem Band die Fußknöchel von vier Schülern aneinander. Geben Sie ihnen einen Ball oder Luftballon, den die Schüler sich gegenseitig zuwerfen sollen. (Der Lehrer kann auch anstatt des Zusammenbindens der Knöchel ein Band oder einen Strick nehmen, der von den Schülern nur fest gehalten wird.) Weisen Sie die Schüler dann an, den Ball zwischen ihnen und einer anderen Gruppe, die in gleicher Weise an den Knöcheln verbunden ist, hin und her zu werfen. Das Ziel des Spiels ist, dass die Gruppen den Ball so oft wie möglich hin und her werfen, ohne dass er fallen gelassen wird. Sollten die Gruppen oft hinfallen, rufen Sie „Auszeit“, so dass die Gruppenmitglieder einige Minuten Zeit haben, darüber zu diskutieren, welche Art von Kooperation ihnen dabei helfen würde, stehen zu bleiben und den Ball nicht fallen zu lassen. Fordern Sie jede Schülergruppe dazu auf, der Klasse mit zu teilen, was sie gelernt haben.

Gruppentraining

Beenden Sie jede praktische Stunde, unabhängig davon, in welchen Gruppen der Sport betrieben wurde, mit ausschließlich positiven Kommentaren. Die Gruppenmitglieder und die Lehrer sollen sich darüber äußern, was gut gelaufen ist. Konzentrieren Sie sich vor allem auf das Spielen innerhalb der Gruppe. Wenn es angebracht ist, diskutieren Sie, was benötigt wird und entwickeln Sie eine Strategie, wie dieses auf positive und kooperative Weise erreicht werden könnte. Heben Sie dabei nicht nur einen Spieler lobend heraus, sondern beziehen Sie alle mit ein. Überprüfen Sie in einer Woche die Ergebnisse in Bezug auf die Moral und die Qualität des Spiels. Überprüfen Sie nach drei Wochen die Ergebnisse.

GLÜCK



*Glück kann man nicht kaufen.
Glück kommt von innen.*

KAPITEL 8 - GLÜCK

Reflexionspunkte.....312

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde	Glück.....	313
2. Stunde	Worte, die ich gerne höre	314
3. Stunde	Zu mir selbst sprechen	316
4. Stunde	Ratschlag an mich selbst.....	319
5. Stunde	Ist Glück käuflich?	320
6. Stunde	Spaß und Glück	321
7. Stunde	Einbeziehen und ausschließen.....	322
8. Stunde	Gefühle von Traurigkeit	323
9. Stunde	Zehn Grundlagen des Glücks.....	325
10. Stunde	Drogen	326
11. Stunde	Mind Map: Drogenkonsum und ein Leben ohne Drogen	328
12. Stunde	Über das Ziel nachdenken.....	328
13. Stunde	Aufbauende Sätze.....	330
14. Stunde	Zu Hause.....	331
15. Stunde	Charakter und Entwicklung.....	332

Themenbereiche

Sprache/ Literatur	333
Geschichte/ Sozialkunde.....	336
Naturwissenschaft	336
Kunst	336
Schauspiel.....	338
Musik	338
Hauswirtschaft.....	338
Sport / Tanz.....	339

Reflexionspunkte zum Thema Glück

- ◆ Schenke Glück und nimm es an.
- ◆ Mit Liebe und innerem Frieden gedeiht Glück ganz von allein.
- ◆ Durch Hoffnung und Entschlossenheit entsteht Glück.
- ◆ Gute Wünsche für jeden führen zu innerem Glück.
- ◆ Glück kann man nicht kaufen, verkaufen oder erwarten.
- ◆ Glück verdient man sich, wenn die Absichten und Handlungen rein und selbstlos sind.
- ◆ Glück im Geist ist ein friedlicher Zustand, in dem es weder Aufruhr noch Gewalt gibt.
- ◆ Freundliche und aufbauende Worte lassen eine glücklichere Welt entstehen.
- ◆ Wenn man mit sich zufrieden ist, entsteht Glück ganz von allein.
- ◆ Glück geben wir automatisch weiter, Leid auch.
- ◆ Immerwährendes Glück ist ein Zustand innerer Zufriedenheit.
- ◆ Durch Werte können die Menschen Prioritäten abwägen und zum richtigen Zeitpunkt aktiv präventive Maßstäbe anlegen.
- ◆ Verwendet man alle Kraft darauf, auf Kosten der Charakterentwicklung die gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Verhältnisse auszubauen, dann sind die Prioritäten im Leben nicht sinnvoll verteilt, und das Glück wird allmählich immer weniger.

Allgemeines

Fügen Sie ab und zu eine Entspannungs-/ Konzentrationsübung in die Wertezeit mit ein. Durch Lieder entsteht eine besondere Atmosphäre, in der Menschen einen Wert erfahren können.

Das Werte-Planungs-Team könnte täglich ein Thema auswählen und dazu passend ein Lied spielen. Vielleicht könnten die Schüler auch ihre Lieder, die sich auf das Thema Glück beziehen, mit einbringen. Manche Schüler lernen gern traditionelle Lieder.

Unterrichtsstunden zum Thema Glück

1. STUNDE

Glück

Spiele Sie beim Hereinkommen der Schüler ein Lied, das eine fröhliche Stimmung erzeugt.

Entwickeln Sie anhand von Fragen und einer Diskussion allgemeine Vorstellungen von Glück:

- Möchtet ihr alle gern glücklich sein? (Normalerweise nicken alle Schüler.)
- Wie versuchen die Menschen, Glück zu kreieren?
- Was könnte eurer Meinung nach funktionieren?
- Was nicht?
- Was gibt nur für einen kleinen Moment Glück?
- Was führt zu langanhaltender Zufriedenheit?
- Können wir unser eigenes Glück erschaffen?
- An welche Art von Gefühlen denkt ihr, wenn ihr an Glück denkt?
- Wann könnt ihr sie erfahren?

Übung

Geben Sie die folgenden Anweisungen, spielen Sie, wenn Sie möchten, sanfte Musik. Gewähren Sie den Schüler genügend Zeit, um auf jeden Satz zu antworten.

- Stellt eine Liste der Dinge zusammen, die Glück geben.
- Jetzt denkt einige Minuten an glückliche Momente in eurem Leben. Was war zu dem Zeitpunkt in euch und eurer Umgebung los? Bitte schreibt einige Erfahrungen auf einem anderen Blatt auf. (Gewähren sie sechs bis zehn Minuten.)
- Nun fügt eurer Liste einige dieser Dinge hinzu.
- Notiert bei jedem Punkt der Liste Qualitäten oder Werte, die ihr während dieser Aktivität oder zu diesem Zeitpunkt erfahren habt.
- Lassen Sie den Schülern, sofern sie es wünschen, etwas Zeit, in kleinen Gruppen über ihre Gedanken zu sprechen.

Kreative Übung: Schreibt ein Gedicht oder ein Lied über die Qualität (bzw. den Wert), die (bzw. der) auf eurer Liste am häufigsten genannt wird.

Bemerkung: Einige Schüler möchten vielleicht über Traurigkeit schreiben, denn Erinnerungen an Verlust oder Leid können während der Überlegungen auftauchen. Hören Sie aktiv zu, wenn ein Schüler seine Erfahrungen mitteilen möchte, bestätigen Sie dann den Wert oder die Qualität, den er/sie für am wichtigsten hält.

2. STUNDE

Worte, die ich gerne höre

Fragen Sie die Schüler wer sein Gedicht oder Lied aus der letzten Stunde vortragen möchte.

Austausch

- Inwiefern beeinflussen sich Menschen in Bezug auf Glück gegenseitig?
- Welche Worte oder Aussagen anderer machen dich glücklich?

- Was hörst du gern?
- Was nicht?
- Welche Art Worte äußern Menschen, die glücklich sind, natürlicherweise?
- Wie sähe unsere Welt aus, wenn jeder glücklich wäre?

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel:

- ◆ Schenke Glück und nimm es an.
- ◆ Freundliche und aufbauende Worte lassen eine glücklichere Welt entstehen.
- ◆ Glück geben wir automatisch weiter, Leid auch.

Fragen Sie dann:

- Welche Worte stechen wie Dornen?
- Gibt es Worte, die eurer Meinung nach so viel Schaden anrichten, dass ihr sie am liebsten aus dem Wortschatz der Menschen verbannen würdet?
- Welche Worte möchtet ihr gern von euren Freunden hören?
- Wie fühlt ihr euch, wenn euch jemand ein Kompliment gemacht hat, es eures Erachtens aber nicht ehrlich gemeint war?
- Wie fühlt ihr euch, wenn jemand eine anerkennende Bemerkung macht, und ihr merkt, dass es ernst gemeint war?
- Ist es wichtig, echt zu sein? Warum?
- Was würdet ihr gern von euren Eltern hören?
- Wenn ihr selbst Mutter oder Vater wärt, was würdet ihr eurem Kind sagen?

Übung

Lassen Sie die Schüler in kleinen Gruppen zusammen sitzen und eine Liste zum Thema „Die Worte, die ich gerne hören

möchte“ zusammenstellen. Die unterschiedlichen Gruppen könnten sich vielleicht an verschiedene Zielgruppen richten: Eltern, Freunde, Lehrer, Produzenten, Geschäftsführer usw. Lassen Sie jede Gruppe ihre Lieblingsaussage auswählen und auf ein großes Blatt Papier schreiben. Hängen Sie dieses Blatt dann auf.

Hausaufgabe: Gebt heute, morgen und übermorgen zwei Menschen durch eure Worte Glück.

3. STUNDE

Zu mir selbst sprechen

Schreiben Sie den folgenden Reflexionspunkt an die Tafel: Mit Liebe und innerem Frieden gedeiht Glück ganz von allein.

Stellen Sie folgendes Konzept vor: Zu mir selbst zu sprechen ist die Anerkennung eines Prozesses, der in jedem Menschen statt findet. Wir alle sprechen im Innern zu uns selbst. Das heißt Selbstgespräch oder innerer Dialog. In diesem Kapitel zum Thema Glück ist genau das ein wichtiger Aspekt, denn Selbstgespräche können positiv oder negativ, ermutigend oder entmutigend sein.

Austausch:

„In der letzten Stunde haben wir über Glück in Bezug auf andere gesprochen. Heute werden wir über Dinge sprechen, die wir zu uns selbst sagen.“ Fragen Sie:

- Was können wir zu uns selbst sagen, um innerlich Glück entstehen zu lassen?
- Was habt ihr zu euch selbst gesagt, als ihr eure Hausaufgabe gemacht habt, anderen durch Worte Glück zu schenken?

- Was passiert mit eurer emotionalen Energie, wenn ihr nett zu euch selbst sprecht?
- Was passiert, wenn ihr euch das Leben schwer macht, wenn ihr mit euch selbst sehr kritisch umgeht?
- Was passiert mit euren Gefühlen, wenn ihr sagt: „Ich werde das nie tun können“, oder „Ich werde das nie schaffen“?
- Entstehen andere Gefühle, wenn ihr sagt: „Das macht mir zwar etwas Angst, aber ich werde mein bestes tun“?
- Was sagt ihr zu euch selbst, wenn ihr einen Fehler gemacht habt?

Sagen Sie: „Achtet auf euren Tonfall, wenn ihr mit euch selbst redet. Was sagt ihr zu euch selbst, wenn ihr Angst vor dem Versagen habt? Wie wirkt es sich emotional aus, wenn ihr euch selbst als „dumm“ bezeichnet? Es ist gut, wenn sich Menschen für begangene Fehler schlecht fühlen, denn das bedeutet lediglich, dass sie es richtig machen möchten. Doch es gibt uns weitaus mehr Energie, das Richtige zu tun, wenn wir zu uns sagen: „Ok, ich habe einen Fehler gemacht, das ist menschlich. Ich kann aus Fehlern lernen. Was kann ich beim nächsten Mal tun, damit ich nicht noch einmal den gleichen Fehler begehe?“ Diskutieren Sie darüber.

Zeichnen Sie dann drei Spalten an die Tafel mit den Überschriften: Situation, entmutigend, ermutigend/aufbauend. Die Schüler sollen sich dieselbe Tabelle auf ein Blatt zeichnen. Füllen Sie dann die Spalten mit den Antworten auf die folgenden Fragen.

Situation	Entmutigend	Ermutigend/ aufbauend

Fragen Sie:

- Hat jemand von euch Schwierigkeiten damit, mit einer Aufgabe zu beginnen? (Schreiben Sie „Aufgaben, die gemacht werden müssen“ in die Spalte „Situation“.)
- Welche entmutigenden Gedanken können Schüler in dieser Situation haben? (Schreiben Sie zwei der gegebenen Antworten in die Spalte „entmutigend“.)
- Wie könntet ihr euch selbst ermutigen, wenn es schwierig ist, mit einer Aufgabe zu beginnen? (Schreiben Sie einige der Antworten in die Spalte „ermutigend/aufbauend“.)
- Was passiert, wenn eine Situation enttäuschend verläuft. Kennt ihr Beispiele? Welche entmutigenden Dinge werden dann gesagt/gedacht? (Füllen Sie wie bisher die Spalten aus.)
- Welche Selbstaffirmationen bauen euch in solchen Situationen auf?
- Wie ändert sich der Tonfall eurer inneren Stimme, wenn ihr euch kritisiert und entmutigt oder euch ermutigt und aufbaut?

Übung

Teilen Sie die Klasse in mindestens zwei Gruppen auf. Fordern Sie die Schüler dazu auf, schwierige Situationen zu beschreiben und die Spalten entsprechend mit entmutigenden und ermutigenden bzw. aufbauenden Gedanken auszufüllen.

4. STUNDE

Ratschlag an mich selbst

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied. Lassen Sie die Schüler über ihre Hausaufgabe aus der 2. Stunde berichten, in der durch Worte Glück gespendet werden sollte.

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel:

- ◆ Gute Wünsche für jeden führen zu innerem Glück.
- ◆ Glück im Geist ist ein friedlicher Zustand, in dem es keinen Aufruhr und keine Gewalt gibt.
- ◆ Gute Wünsche für jeden führen zu innerem Glück.

Fordern Sie jede der in der 3. Stunde gebildeten Übungsgruppen dazu auf, über einige der ermutigenden und aufbauenden Sätze zu berichten.

Einzelübung: Schreibt einen Ratschlag an euch selbst auf, wie ihr gern mit euch sprechen wollt.

Folgeübung: Verteilen Sie an die Schüler kleine Notizhefte (oder fordern Sie die Schüler dazu auf, sich eins zu besorgen). Die Schüler sollen ein „Ermutigungsbuch“ führen, in dem alle entmutigenden und aufbauenden Dinge, die sie zu sich selbst sagen, aufgeführt werden. In den nächsten drei Wochen sollen sie alle drei Spalten ausfüllen. Sprechen Sie ganz natürlich darüber und lassen Sie die Schüler geeignete Antworten in die Spalte „ermutigend/aufbauend“ eintragen.

5. STUNDE

Ist Glück käuflich?

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied.

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Glück kann man nicht kaufen, verkaufen oder erwarten.
- ◆ Glück verdient man sich, wenn die Absichten und Handlungen rein und selbstlos sind.
- ◆ Wenn man mit sich zufrieden ist, entsteht Glück ganz von allein.

Fragen Sie:

- Versuchen wir manchmal, uns Glück zu kaufen? Wie?
- Funktioniert das?
- Denkt ihr, ihr werdet für immer glücklich sein, wenn ihr etwas bekommt, was ihr unbedingt haben wolltet? Wie lange hält euer Glück dann vor?
- Wie fühlt ihr euch, wenn ihr nicht das bekommt, was ihr wolltet?
- Wenn ihr euch darüber aufregt, liegt es vielleicht daran, dass ihr euren eigenen Wert daran misst, ob ihr das bekommt?
- Warum ist das Glück nur vorübergehend, wenn es von einer äußeren Quelle kommt – von Wohlstand, materiellen Besitztümern oder Prestige?
- Wie könnt ihr glücklich bleiben, wenn ihr etwas, was ihr unbedingt haben wollt, nicht bekommt?
- Was sind reine und selbstlose Absichten und Handlungen?
- Welche Art von Gedanken und Handlungen lassen dauerhaftes Glück entstehen?

Übung

Entwickeln Sie auf Grundlage dieser Diskussion einen Sketch.

Hausaufgabe: Lassen Sie die Schüler darüber nachdenken, was dazu führen könnte, dass in diesem Klassenraum mehr Glück herrscht.

6. STUNDE

Spaß und Glück

Beginnen Sie die Stunde mit einem Lied, das glücklich stimmt, mit einem Spiel, einem Reihen- oder Kreistanz oder tun Sie einige Minuten irgendetwas anderes, das richtig Spaß macht.

Sprechen Sie mit den Schülern darüber, was sie wirklich glücklich macht.

- Denkt ihr, dass manchmal Spiel oder Spaß wichtig sind? (Im Gegensatz zu den anderen Fragen gibt es hier nur eine „richtige“ Antwort, nämlich Ja!)
- Welche Dinge, die ihr mit anderen unternimmt, machen euch glücklich?
- Welche Dinge, die ihr allein unternimmt, machen euch glücklich?
- Könnt ihr euch an eine Begebenheit erinnern, bei der ihr anderen geholfen habt und euch das glücklich gemacht hat?
- Manchmal ärgern die Menschen andere, um ihren Spaß zu haben. Denkt ihr, das ist fair? Warum bzw. warum nicht?
- Was sollten diese Menschen eurer Meinung nach wissen? Was würdet ihr ihnen gern über Glück erzählen?
- Wie könnte hier im Klassenraum mehr Glück herrschen?

Diskutieren Sie folgenden Reflexionspunkt: Denkt ihr, er trifft zu?

- ◆ Glück geben wir automatisch weiter, und Leid auch.

Übung

Sprechen Sie darüber, was Menschen tun können, um sich selbst, sich und die Natur oder sich selbst und andere glücklich zu machen. Lassen Sie die Schüler eine Woche lang ihre Erfahrungen mit einer dieser Möglichkeiten machen.

7. STUNDE

Einbeziehen und ausschließen

Austausch:

- Sehr oft bilden Schüler Cliques. Warum entstehen eurer Meinung nach Cliques?
- Welche guten Gründe gibt es für Freundeskreise? Was sind die Vorteile von Cliques?
- Manchmal meiden in Schulen die Mitglieder der einen Gruppe die Mitglieder einer anderen Gruppe. Wie fühlen sich eurer Meinung nach Menschen, wenn sie ausgeschlossen werden?
- Seid ihr schon jemals ausgeschlossen worden? Wie fühlen sich Menschen, wenn das passiert?

Anmerkung für den Lehrer

Vielleicht möchte der Lehrer entsprechend der Kultur und den Umständen dieses Thema noch weiter besprechen. Vielleicht möchte er/sie auch einige Geschichten, die er/sie kennt, mit den Schülern besprechen, wie beispielsweise Geschichten, in denen es um Teenager oder junge Erwachsene geht, die von anderen zurück gewiesen wurden und darauf hin Selbstmord begangen haben, oder über Menschen, die gewalttätig wurden und dann als Vergeltung für die Zurückweisung jemanden anderen umgebracht haben.

Sprechen Sie über ihre wirklichen Anliegen auf diesem Gebiet oder über ihre Gefühle, wenn sie Geschichten über Teenager hören, die andere Gleichaltrige umgebracht haben.

- Wie können wir andere einbeziehen anstatt sie auszuschließen?
- Was kann man tun, wenn man sieht, dass jemand ausgeschlossen worden ist?

Übung

Malen oder zeichnen Sie ein Bild, in dem die Farben des Glücks und der Zurückweisung einen Kontrast bilden. Oder stellen Sie eine Collage mit Bildern des Glücks oder Bildern von Glück und Leid zusammen.

8. STUNDE

Gefühle von Traurigkeit

Anmerkung für den Lehrer

Diese Stunde eignet sich dann, wenn zwischen den Schülern eine Atmosphäre von Respekt und Vertrauen herrscht, wenn der Lehrer gerne aktiv zuhört und gut mit den verschiedenen Facetten der Traurigkeit umgehen kann.

- Was ist das Gegenteil von Glück? (Am häufigsten wird folgendes genannt: Traurigkeit, Depression und Leid)
- Wodurch entstehen solche Gefühle? (Erkennen Sie die Antworten an, manchmal ist aktives Zuhören angebracht.)
- Könnte jemand von euch vielleicht ein Beispiel nennen, worüber er oder sie traurig ist?
- Welche Qualität bzw. Anti-Qualität und welcher Wert bzw. Anti-Wert entstehen dann?

Individuelle Übung

- Erstellt eine Liste und schreibt in eine Spalte die Dinge, über die ihr traurig seid.
- Schreibt dann neben jedes Wort in eine zweite Spalte die Qualitäten bzw. Anti-Qualitäten und die Werte bzw. Anti-Werte, die ihr damit verbindet. (Z. B. Zurückweisung, Verlust, nicht geschätzte Gefühle, Respektlosigkeit, Diskriminierung usw.)
- Schreibt in eine dritte Spalte, welche Qualität oder welcher Wert dieses Problem lösen würde?

Austausch:

- Was können wir tun, damit es uns besser geht?
- Wie können wir uns selbst pflegen? Welche Dinge helfen?
- Welche Dinge verstärken eurer Meinung nach das Gefühl des Glücks?
- Können wir unsere Sichtweise auf Dinge ändern, Dinge vielleicht von einer anderen Warte aus betrachten? Was hilft uns dabei?
- Wie können wir uns vor einigen dieser traurigen Dinge schützen?

Übung

Malen Sie ein Bild oder schreiben Sie ein Gedicht.

9. STUNDE

Zehn Grundlagen des Glücks

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied. Fordern Sie einige Freiwillige dazu auf, ihre Gedichte oder ihre Bilder aus der letzten Stunde der Klasse vorzustellen.

Übung

Lassen Sie die Schüler in Kleingruppen Grundlagen des Glücks entwickeln. Die Schüler sollen sich danach auf zehn Grundlagen einigen. Jede Gruppe stellt schließlich ihr Ergebnis der ganzen Klasse vor.

Ein Beispiel: **Zehn Grundlagen des Glücks**

Verfolge Deine Träume.

Schenke Glück. Sei freundlich.

Lache – mit anderen und über dich selbst.

Gestatte dir Zeit, in der du entspannst.

Denke tief über die Dinge nach,
die dir wichtig sind.

Akzeptiere dich. Akzeptiere andere.

Glaube an dich.

Genieße die Gegenwart.

10. STUNDE

Drogen

Anmerkung für den Lehrer

Diese Stunde kann für Teenager und junge Erwachsene in vielen Kulturkreisen angemessen sein, in manchen Fällen jedoch nicht. Die Lehrer, die dieses Material verwenden, müssen entscheiden, ob es hier passt oder nicht. Das Ziel dieser Stunde ist, mit den Schülern die Auswirkung von Drogenkonsum zu untersuchen und gesündere Alternativen zur Erreichung ihrer Ziele zu finden. Der Zweck dieser Stunde liegt darin, sich über die folgenden Dinge klar zu werden:

1. Die verschiedenen Emotionen, die man durch Drogenkonsum erfahren möchte.
2. Inwiefern Drogen eine vorübergehende Erfahrung vermitteln, jedoch auch Verhaltensweisen fördern, welche der eigenen Anpassungsfähigkeit und somit der langfristigen Erreichung der gewünschten Emotionen/ Ziele entgegen stehen.
3. Die negativen körperlichen Nebenwirkungen.
4. Gesündere Alternativen, um die gewünschten Erfahrungen und ersehnten Emotionen zu ermöglichen.

Austausch:

- Lassen Sie die Schüler eine Liste über Drogen erstellen, die sie in ihrem Umfeld kennen.
- Lassen Sie dann die verschiedenen emotionalen Erfahrungen zu jeder Droge aufschreiben.
- Lassen Sie die entsprechenden Nebenwirkungen zu jeder Droge aufschreiben. Stellen Sie Fragen zu körperlichen und negativen emotionalen Erfahrungen.
- Lassen Sie die Emotionen, die der einzelne erfahren möchte, in eine vierte Spalte schreiben.

Sprechen Sie über gesündere Alternativen, um diese Erfahrungen zu machen. Stellen Sie Fragen, wie beispielsweise: „Was ist wahres Glück?“, „Seid ihr wirklich selbstsicher, wenn ihr euch nur dann selbstsicher fühlt, wenn eine Droge genommen wurde?“, „Was könnt ihr statt dessen tun, um euch glücklich zu fühlen?“. Schreiben Sie die Alternativen in eine Tabelle.

Beispiel:

Droge	Erfahrung	Nebenwirkung	Was man erreichen möchte	Alternative
Alkohol	Glück Zuversicht Sorglosigkeit	teuer Kontrollverlust Gewalt/Ärger Bewusstlosigkeit schlechte Gesundheit	Glück Freiheit Respekt	
Cannabis	entspannt/ruhig friedvoll Verständnis sich frei fühlen Geselligkeit	Müdigkeit Lust auf Süßes Gedächtnisverlust Motivationsverlust	Frieden Einheit Harmonie	
LSD	visuelle Erfahrungen Wissen Verzerrte Wahrnehmung	schlimme Erfahrung Zerstörung von Gehirnzellen	Wissen	
Speed	Energie Lebendigkeit	Herzrasen Appetitlosigkeit	Enthusiasmus Kraft	

- Beitrag von Steve Eardley und Marie Ange Samuel

11. STUNDE

Mind Map: Drogenkonsum und ein Leben ohne Drogen

Austausch:

- Wann konsumieren junge Erwachsene Drogen?
- Ist die Wahrscheinlichkeit des Drogenkonsums bei Menschen, die sich nicht selbstsicher fühlen, größer?

Übung

Schreiben Sie verschiedene Umstände auf, in denen junge Erwachsenen wahrscheinlich Drogen konsumieren würden. Sprechen Sie über die verschiedenen Faktoren, die diese unterschiedlichen Umstände begleiten, wie beispielsweise sich niedergeschlagen zu fühlen, wenn man zurückgewiesen wurde oder ein gewisser Gruppenzwang und der Wunsch nach Anerkennung. Erstellen Sie ein Mind Map zu den verschiedenen Szenarien, vom Konsum gefährlicher Drogen bis zu einem Leben ohne Drogen. Beziehen Sie in das Mind Map die Auswirkungen auf das Selbst, die Noten, auf Freunde und Familie sowie auf finanzielle und rechtliche Probleme mit ein.

12. STUNDE

Über das Ziel nachdenken

Schreiben Sie folgende Reflexionspunkte an die Tafel:

- ◆ Durch Hoffnung und Entschlossenheit entsteht Glück.
- ◆ Glück verdient man sich, wenn die Absichten und Handlungen rein und selbstlos sind.

◆ Wenn man mit sich zufrieden ist, entsteht Glück ganz von allein.

Stellen Sie den Schülern nun die folgenden Fragen und gewähren Sie ihnen bei der Überlegung und dem Aufschreiben der Antworten etwas Zeit. Es könnte sanfte Musik dabei gespielt werden.

- Welches Ziel verfolgt ihr?
- Denkt über eure Erfahrungen mit Glück, die ihr in der ersten Stunde aufgeschrieben habt, nach. Welche Werte habt ihr dazu aufgeschrieben?
- Denkt über die Dinge nach, die derzeit in eurem Leben wichtig sind, und überlegt, welche Werte mit diesen Dingen einhergehen.
- Was möchtet ihr in eurem Leben erreichen?
- Welche Werte liegen diesen Dingen zu Grunde?
- Könnt ihr einige dieser Werte verkörpern, während ihr andere Ziele (z. B. Bildung, Beruf) zu erreichen versucht?
- Wofür lohnt es sich, euer Bestes zu geben?
- Könnt ihr innerlich zufrieden sein, wenn ihr wisst, dass ihr euer Bestes gebt?

Austausch:

Sprechen Sie in kleinen Gruppen über Ziele, darüber, das Beste zu geben und über Zufriedenheit.

Übung

Zeichnen Sie die Werte, die Glück vermitteln, in Form eines farbenfrohen Medaillons.

13. STUNDE

Aufbauende Sätze

Spielen Sie zu Beginn ein Lied.

Übung in Kleingruppen: Die Schüler sollen anhand ihres „Ermutigungsbuchs“ (s. 4. Std.) einige ihrer wirkungsvollsten ermutigenden/ aufbauenden Gedanken besprechen. Diskutieren Sie den folgenden Reflexionspunkt: Wenn man mit sich zufrieden ist, entsteht Glück ganz von allein.

Fordern Sie daraufhin jede Gruppe dazu auf, sich nach einander vor die Klasse zu stellen und einzeln je einen aufbauenden Satz, der ihm/ihr am besten gefällt, zu sagen.

Übung

Sollte noch Zeit übrig sein, denken Sie sich zwei Geschichten aus. In der einen Geschichte soll eine Person der anderen Leid zufügen und in der anderen Glück schenken. Entwickeln Sie zuerst die unglückliche Geschichte. Beginnen Sie jeweils mit derselben Ausgangssituation, gehen Sie reihum und fordern Sie die Schüler dazu auf, der Geschichte etwas hinzu zu fügen. Entwerfen Sie darauf hin eine Geschichte, in der jeder Glück schenkt.

14. STUNDE

Zu Hause

Diskussion/ Besprechung

- Welche Tätigkeiten von euch zu Hause machen anderen eine Freude?
- Welche Tätigkeiten anderer Menschen bei euch zu Hause lassen Glück entstehen?
- Welche Tätigkeiten von euch, die ihr gern lassen würdet, verursachen Leid?
- Was könnte euch beim Aufhören unterstützen? Welche Verhaltensweisen könntet ihr stattdessen versuchen?
- Wie viele von euch haben ältere Geschwister? Was habt ihr früher gern mit ihnen getan, als ihr noch klein wart?
- Denkt ihr, dass eure kleineren Geschwister das auch gern mit euch tun würden?
- Wie können wir zum Glück anderer Menschen beitragen und gleichzeitig unser eigenes Glück beibehalten?

Übung

Teilen Sie die Klasse in kleine Gruppen auf, in denen das oben Genannte besprochen wird. Lassen Sie die Schüler über Wege nachdenken, die anderen Glück schenken und die gleichzeitig das eigene Glück aufrecht erhalten. Fordern Sie die Schüler dazu auf, zu Hause drei bis vier gute Taten zu tun, das aber niemandem zu sagen.

Anmerkung für den Lehrer

Gefährdete junge Erwachsene aus schwierigen Familienverhältnissen möchten dieses Thema vielleicht noch weiter diskutieren. Das beste ist es dann, dieses Thema allein mit dem Schüler bzw. in einer kleinen Gruppe, in der jeder den anderen unterstützt und in der auch jedem Teilnehmer die Regeln der Vertraulichkeit klar sind, zu vertiefen. Hierfür relevante Fragestellungen könnten die folgenden sein:

- Wodurch verursachen andere Menschen Leid?
- Wie fühlst du dich, wenn das passiert?
- Was kannst du tun, damit du dich selbst sicher fühlen kannst?
- Hat jemand anderes irgendwelche Vorschläge, die sich in einer ähnlichen Situation als erfolgreich erwiesen haben?

Manchmal treten Möglichkeiten zutage, die der betroffenen Person bzw. dem Schüler helfen. Stellen Sie Mittel zur Verfügung oder geben Sie entsprechende Hinweise.

15. STUNDE

Charakter und Entwicklung

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Verwendet man alle Kraft darauf, auf Kosten der Charakterentwicklung die eigenen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Verhältnisse auszubauen, dann sind die Prioritäten im Leben nicht sinnvoll verteilt, und das Glück wird allmählich immer weniger.
- ◆ Durch Werte können die Menschen Prioritäten abwägen und zum richtigen Zeitpunkt aktiv präventive Maßstäbe anlegen.

Übung in kleinen Gruppen: Findet Beispiele für den ersten Reflexionspunkt. Untersucht oder entwickelt eine werteorientierte aktive Maßnahme, um mit einem der genannten Beispiele in eurer Umgebung am besten umzugehen. Schreibt die Vorschläge auf, seid dabei konstruktiv und präsentiert sie später der Klasse. Ist das ein Projekt, welches die Klasse umsetzen kann?

Sprache/ Literatur

Schreiben Sie jeden Tag einen Reflexionspunkt an die Tafel. Lassen Sie die Schüler einen Essay zu mindestens einem dieser Reflexionspunkte schreiben. An einem weiteren Tag könnten die Schüler eine persönliche Geschichte schreiben, die einen der Reflexionspunkte veranschaulicht.

Tragen Sie Lesematerial zusammen, in dem Glück beschrieben wird und untersuchen Sie in den gelesenen Werken, wodurch Glück entsteht. Sie könnten Volksmärchen, alte Legenden oder Bücher auswählen, die auf kraftvolle Weise Momente des Glücks bzw. des Leids aufzeigen. Sie könnten auch Werke von Philosophen alter Kulturen oder ihre eigene Lieblingsgeschichte über Glück aus ihrer Kindheit auswählen.

Genießt es, kleinen Kindern Geschichten vorzulesen.

Denkt in einem persönlichen Essay darüber nach, wann ihr mit euch zufrieden seid. Oder, wenn das nicht der Fall sein sollte, schreibt euch selbst einen Brief, in dem ihr euch Ratschläge für ein zufriedeneres Leben erteilt.

Schreibt eine Geschichte über „Das Geheimnis des Glücks“. Vielleicht gibt es auch andere Schüler, die diese Geschichte gern illustrieren.

Bedürfnis und Wunsch

Übung

Jeder Schüler sollte eine Liste von zwölf Dingen erstellen, die ihm/ ihr im Leben Glück vermitteln. Diskutieren Sie mit der ganzen Klasse den Unterschied zwischen Bedürfnissen und Wünschen. Die Schüler können ihre Auswahl in Dreier- oder Vierergruppen besprechen. Nun soll die Liste zunächst auf sechs, dann auf drei Dinge reduziert werden. Diskutieren Sie noch weiter, bis zum Schluss ein Punkt auf der Liste übrig bleibt, der Punkt, der das meiste Glück vermittelt. Die Schüler können dann an den Menschen, den sie mit diesem Punkt in Verbindung bringen, einen Dankesbrief schreiben.

- Beitrag von Ruth Liddle

Spiel: Juwelen des Glücks

Einführung: Glück ist ein Schatz, der unverkäuflich ist, den man aber erwerben und ansammeln kann. Der Sinn dieses Spiels ist es, so viele „Juwelen“ des Glücks wie möglich zu sammeln.

Gebraucht wird: Jede Gruppe von zwei bis vier Spielern braucht einen Würfel oder zwei, „Juwelen“ (farbige Spielmarken oder Knöpfe), einen Spielstein für jeden Mitspieler, ein Spielfeld und 24 Karten.

Vorbereitung:

Die Schüler können das Spielfeld und die Karten herstellen. Das Spielfeld hat fünf Reihen, die von fünf Spalten gekreuzt werden, verfügt also insgesamt über 25 Felder. Für jedes Spiel werden 24 Karten benötigt, jede Karte muss so groß wie ein Feld auf dem Spielfeld sein. Auf 12 Karten ist nichts, auf den anderen 12 Karten sind „Juwelen“ abgebildet. Juwelenkarten können dem Anhang entnommen werden, die Schüler können aber auch ihre eigenen Karten entwerfen.

Spiel: Die Spieler legen ihren Spielstein auf das mittlere Juwelen-Feld. Die 24 Karten werden gemischt und umgedreht auf die übrigen Felder des Spielfelds gelegt. Die Spieler würfeln darum, wer anfängt. Der erste Spieler würfelt und zieht seinen Spielstein horizontal oder vertikal entsprechend der gewürfelten Zahl. Dann wird die Karte auf dem Feld, auf dem der Spieler landet, umgedreht. Wenn es sich um eine Juwelenkarte handelt, liest der Spieler die Karte vor und nimmt die Anzahl der „Juwelen“, die auf der Karte verzeichnet ist (null, eins, zwei oder drei). Dann spielt jeder Spieler nach einander und zieht ebenso vor. Der Gewinner des Spiels ist derjenige, der die meisten Juwelen hat, wenn die letzte Karte umgedreht ist.

Andere Verwendung der Juwelenkarten:

- Als Gesprächsanlass. Habt ihr euch jemals so gefühlt? Welche dieser drei Situationen würde euch das meiste Glück verschaffen? Eurer Mutter? Einem eurer Freunde?
- Als ein Thema für einen Eintrag ins Klassen- oder ins eigene Journal.
- Als Ermunterung für die Schüler, ihre eigenen Karten zu entwerfen, die sich auf ihre Lebenserfahrung beziehen.
- Als eine Vorübung fürs Schreiben eines längeren Textes.
- Eine Folgeübung könnte das Entwerfen einer Unterhaltung, eines Sketches oder einer Szene aus einem Stück für mindestens zwei Personen beinhalten, worin deren Situation reflektiert wird.
- Entwerft euer eigenes Spiel vom Glück in Form eines bebilderten Brettes und einer Kiste. Entwickelt eine Werbung für Fernsehen, Radio, Internet oder eine bekannte Zeitschrift, um das Spiel zu vermarkten.

- Beitrag von Ruth Liddle

Geschichte/ Sozialkunde

Fordern Sie die Schüler dazu auf, über die letzten beiden Reflexionspunkte zum Thema Glück nachzudenken und die Aussagen mit geschichtlichen Beispielen zu untermauern bzw. zu widerlegen.

Suchen Sie nach Beispielen, in denen Länder danach streben, die grundlegenden Menschenrechte zu beachten und die Bedürfnisse ihres Volkes zu erfüllen. Vergleichen Sie die Häufigkeit an Bürgerkriegen und sozialen Unruhen in diesen Ländern mit der in Ländern, die lediglich den Bedürfnissen einer Minderheit nachkommen.

Naturwissenschaft

Welche wissenschaftlichen Erfindungen haben zum Glück der Menschheit beigetragen? Gibt es Erfindungen, die Traurigkeit entstehen lassen?

Austausch:

Verfolgt die Wissenschaft das Ziel, die Menschheit glücklicher zu machen? Warum, bzw. warum nicht? (Wenn nicht: Könnte das in einer besseren Welt das Ziel der Wissenschaft sein?)

Diskutieren Sie verschiedene Möglichkeiten, inwiefern Wissenschaft zum Glück der Menschheit beitragen könnte.

Kunst

Zeichnen Sie Glück.

Spielen Sie fröhliche Musik und fordern Sie die Schüler dazu auf, das Gefühl des Glücklichseins zu malen.

Untersuchen Sie die Reflexionspunkte und entwickeln Sie verschiedene Slogans zum Thema Glück. Verwenden Sie diese Slogans beim Entwurf von Postern oder Bildern. Überlegen Sie gemeinsam, wo diese Poster und Bilder aufgehängt werden sollten. Beispielsweise könnten Sie die Wände in verschiedenen Behörden, Krankenhäusern oder Kindergärten zieren. Erwägen Sie auch andere Möglichkeiten, sie an verschiedenen Stellen aufzuhängen.

Diskutieren Sie den folgenden Reflexionspunkt: Gute Wünsche für jeden führen zu innerem Glück. Fordern Sie die Schüler dazu auf, den ganzen Tag lang ganz bewusst gute Wünsche für sich selbst, für die anderen, für die Arbeit der anderen und für den Lehrer zu haben. Sprechen Sie am darauffolgenden Tag über diese Übung, und fordern Sie die Schüler dazu auf, diese Übung für den Rest der Woche fortzusetzen.

Schauen Sie sich Bilder und Photographien von Menschen in Glücksmomenten an. Zeichnen Sie sich selbst mit einem glücklichen Gesichtsausdruck. Schauen Sie beim Zeichnen in einen Spiegel.

Malen Sie in Zweiergruppen das glückliche Gesicht ihres Partners.

- Beitrag von Eleanor Viegas

Malt ein abstraktes Gemälde eurer glücklichen Gefühle. Lasst Farben und Formen auf dem Blatt tanzen. Schaut euch Bilder von Paul Klee, Chagall, Kandinsky und Künstler aus der Umgebung ihres eigenen Kulturkreises an. Ein Teil der Aufgabe besteht einfach darin, beim Zeichnen Glücksgefühle zu erfahren und sie mit Farben zum Ausdruck zu bringen.

- Beitrag von Eleanor Viegas

Malen Sie zwei Handlungen des Glücks in die Mitte eines Bildes. Dehnen Sie die Folgen dieser Handlungen farblich auf das gesamte Blatt aus.

Schauspiel

Die Schüler können für jüngere Schüler ein Puppenspiel zum Thema Glück entwickeln und vorführen, oder sie können ein Drehbuch oder eine Geschichte, in der ein Kontrast zwischen Glück und Leid thematisiert wird, einüben.

Musik

Spielen und genießen Sie fröhliche Musik, in der durch alle Zeitepochen hindurch das Leben gefeiert wird. Erfahren Sie, wie uns Musik automatisch aufmuntert. Finden Sie ein Musikstück, bei dem alle übereinstimmen, dass es glücklich stimmt. Fragen Sie: „Wie entsteht das? Welche Unterschiede in der Musik lassen sie fröhlich oder traurig klingen?“

Sprechen Sie darüber, was die Freude im Musikunterricht steigert. Experimentieren Sie damit, die Schüler Vorschläge machen zu lassen und mehr positive Rückmeldungen zu geben.

Hauswirtschaft

Sprechen Sie über den folgenden Reflexionspunkt: Freundliche und aufbauende Worte lassen eine glücklichere Welt entstehen. Fordern Sie die Schüler auf, zu diesem Reflexionspunkt ein einwöchiges Projekt zu entwickeln. Machen Sie mit ihnen ein Brainstorming, dann kann jeder Schüler entscheiden, wie er/ sie sich in dieses Projekt einbringen möchte. Ideen dazu könnten sein: ihre Kommentare während des Unterrichts zu verfolgen, eine Liste über die Kommentare, die sie zu Hause oder außerhalb von zu Hause geäußert haben, zu erstellen.

Übung

Entwerfen Sie einen praktischen oder dekorativen Gegenstand für zu Hause, der die Schüler an ihre eigene innere Schönheit erinnert und ihnen dabei hilft, zufrieden zu sein.

Sport / Tanz

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Spiel, das jeder Schüler mag – an dem sich auch der Lehrer beteiligt.

Tanzen Sie einen Glückstanz.

Spielen Sie ein Spiel oder tun Sie etwas, bei dem viel gelacht wird.

VERANTWORTUNG



Verantwortung heißt, mein Bestes zu geben.

KAPITEL 9 - VERANTWORTUNG

Reflexionspunkte..... 344

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde	Vertrauensspaziergang	345
2. Stunde	Ich glaube an	346
3. Stunde	Und ich glaube an	348
4. Stunde	Menschen, die etwas verändert haben.....	349
5. Stunde	Verantwortung zu Hause	350
6. Stunde	Eltern und ihre Kinder	352
7. Stunde	Verantwortung sich selbst gegenüber	352
8. Stunde	Pflichten eines Schülers	354
9. Stunde	Der konstruktive Umgang mit Schuld	355
10. Stunde	Vertrauenswürdigkeit	356
11. Stunde	Globale Verantwortung	357
12. Stunde	Rechte eines Weltbürgers.....	358
13. Stunde	Einsatz für eine bessere Welt	359
14. Stunde	Verantwortung bedeutet Integrität.....	361
15. Stunde	Ein Bild oder ein Sketch	362

Themenbereiche

Sprache/ Literatur	362
Geschichte/ Sozialkunde.....	363
Naturwissenschaft	363
Wirtschaft.....	364
Kunst	365
Musik.....	365
Hauswirtschaft.....	366
Sport / Tanz.....	367

Reflexionspunkte zum Thema Verantwortung

- ◆ Verantwortung bedeutet, seinen Beitrag zu leisten.
- ◆ Verantwortung bedeutet, zu erkennen, was gebraucht wird und sein Bestes zu geben.
- ◆ Ein verantwortungsbewusster Mensch behält bei der Erfüllung der ihm übertragenen Aufgabe sein Ziel fest im Auge. Er erfüllt seine Pflichten zweckorientiert und mit Integrität.
- ◆ Wenn wir Frieden möchten, haben wir die Verantwortung, friedvoll zu sein.
- ◆ Wenn wir eine saubere Welt möchten, haben wir die Verantwortung, uns um die Natur zu kümmern.
- ◆ Wenn ein Mensch verantwortungsbewusst ist, so ist er zufrieden, einen Beitrag geleistet zu haben.
- ◆ Als ein verantwortungsbewusster Mensch habe ich etwas Wertvolles anzubieten, und andere auch.
- ◆ Ein verantwortungsbewusster Mensch weiß, was Fairness bedeutet und sorgt dafür, dass jeder seinen Teil abbekommt.
- ◆ Verantwortung ist nicht nur eine Verpflichtung. Sie hilft uns auch, unsere Ziele zu erreichen.
- ◆ Jeder Mensch kann seine Welt in Augenschein nehmen und in seinem Verantwortungsbereich für eine Ausgewogenheit von Rechten und Pflichten sorgen.
- ◆ Mit Rechten gehen auch Pflichten einher.
- ◆ Der Respekt allen Menschen gegenüber ist die Voraussetzung für eine globale Verantwortung.
- ◆ Verantwortung bedeutet, die eigenen Ressourcen für einen Wandel zum Guten zu nutzen.

Allgemeines

Das Werte-Planungs-Team könnte täglich zu jedem Themengebiet ein Lied aussuchen. Wählen Sie Lieder aus, die dem Geschmack und dem Alter der Schüler entsprechen. Die Schüler könnten auch Lieder mitbringen, die sie motivieren, an einem Punkt Verantwortung zu übernehmen, wie z. B. „Circle of Life“ von Elton John oder „Conviction of the Heart“ von Kenny Loggins. Manche Schüler lernen auch gern traditionelle Lieder.

Beziehen Sie ab und zu eine Entspannungs-/Konzentrationsübung in die Wertezeit mit ein.

Unterrichtsstunden zum Thema Verantwortung

1. STUNDE

Vertrauensspaziergang

Spielen Sie ein Lied während die Schüler den Raum betreten. Geben Sie den Schülern eine kurze Einleitung in den Wert Verantwortung, stellen Sie die Frage, was Verantwortung bedeutet. Akzeptieren Sie alle Antworten.

Übung

Teilen Sie die Klasse in Vierergruppen ein. Einem Mitglied der Gruppe werden die Augen verbunden und es wird von den drei anderen Mitgliedern der Gruppe herumgeführt, aber nur mit Worten. Geben Sie den Hinweis, dass der Blinde seinen Weg umso einfacher finden kann, je verantwortungsvoller die Umherführenden sind. Nutzen wir unsere Fähigkeiten, genaue Anweisungen zu geben, bestmöglich? Diskutieren Sie die Ergebnisse und Erfahrungen.

- Beitrag von Pilar Quera Colomina

Fragen Sie die Gruppen: „Wie hättet ihr euch gefühlt, wenn euer Partner nicht verantwortungsvoll gehandelt hätte?“

Definitionen: Nun soll sich jede Gruppe eine Definition von Verantwortung überlegen. Lassen Sie die Schüler diese Definition als ersten Eintrag in ein persönliches Verantwortungsheft schreiben.

2. STUNDE

Ich glaube an ...

Fragen Sie:

- Woran glaubt ihr?
- Glaubt ihr an Frieden?
- Glaubt ihr daran, dass man sich um die Umwelt kümmern muss?
- Wie können wir den Wert Verantwortung nutzen, wenn wir wirklich an diese Dinge glauben?
- Was tut jemand konkret, der sich um die Umwelt kümmert? (Listen Sie auf Zuruf die Antworten an der Tafel auf.)
- Nehmen Sie ein Beispiel, das mehrere junge Erwachsene genannt haben, und fragen Sie:
- Wenn ihr daran glaubt, welches Verhalten unterstützt diese Überzeugung? Was würdet ihr tun?
- Bedeutet Verantwortung, dass meine Überzeugungen und Handlungen miteinander übereinstimmen?

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel. Fragen Sie die Schüler nach ihrer Meinung zu den Punkten. „Treffen sie zu?“

Diskutieren Sie sie anhand der vorangegangenen Fragen.

- ◆ Verantwortung bedeutet, dass man für das, woran man glaubt, sein Bestes tut.
- ◆ Wenn wir Frieden möchten, haben wir die Verantwortung, friedvoll zu sein.
- ◆ Wenn wir eine saubere Welt möchten, haben wir die Verantwortung, uns um die Natur zu kümmern.
- ◆ Mit Rechten gehen auch Pflichten einher.

Konzept: Wenn wir an gewisse Grundsätze oder Werte glauben, dann sollte unser Verhalten unsere Überzeugung und unsere Werte unterstützen. Wenn jemand beispielsweise daran glaubt, dass es wichtig ist, sich um die Umwelt zu kümmern, dann jedoch einen Fluss verunreinigt und Wasser verschwendet, dann stimmt das, was er sagt nicht mit dem, was er tut, überein.

Übung

Lassen Sie die Schüler mehrere „Ich glaube an ...“-Sätze in ihr persönliches Verantwortungsheft eintragen. Jedem Satz, der mit „Ich glaube an ...“ beginnt, sollte ein Satzfolgen, der mit „Ich hätte gerne das Recht zu ...“ beginnt und dann ein Satz, der mit „Meine Verantwortlichkeiten sind ...“ beginnt.

Austausch:

Lassen Sie einige Schüler freiwillig ihre Sätze vorlesen. Ein Schüler kann während des Vorlesens die „Ich glaube an ...“-Sätze an die Tafel schreiben. Behalten Sie diese Liste.

Hausaufgabe: Lassen Sie die Schüler in dem Zeitraum, in dem der Wert Verantwortung thematisiert wird, mindestens eine Handlung, die ihre „Ich glaube an ...“-Sätze unterstützt, täglich umsetzen. Fordern Sie sie dazu auf, diese Handlungen, alle

Konsequenzen dieser Handlungen und die Gefühle beim Verrichten dieser Handlungen in ihr persönliches Verantwortungsjournal zu schreiben.

3. STUNDE

Und ich glaube an ...

Schreiben Sie diesen Reflexionspunkt an die Tafel:

- ◆ Als ein verantwortungsvoller Mensch habe ich etwas Wertvolles anzubieten, und andere auch.

Spielen Sie zu Beginn des Unterrichts ein munteres Lied, und führen Sie dann die Entspannungs-/ Konzentrationsübung zur Ausgeglichenheit von Selbstachtung und Demut durch.

Übung

Spielen Sie Entspannungsmusik und lassen Sie die Schüler ihre Antworten auf die folgenden, langsam vorgelesenen Fragen aufschreiben. Gewähren Sie den Schülern genügend Zeit zum Überlegen und zum Aufschreiben.

- Woran glaubt ihr außerdem noch?
- Glaubte ihr an Loyalität?
- Glaubte ihr, ein guter Freund zu sein?
- Glaubte ihr, ein guter Schüler zu sein?
- Glaubte ihr an liebevolle Familien?
- Welche Rechte und entsprechenden Handlungen (Pflichten) passen zu jedem eurer „Ich glaube an ...“-Sätze?

Kleingruppen: Lassen Sie die Schüler in kleinen Gruppen die Antworten besprechen. Dann soll jede Gruppe drei „Ich glaube

an ...“-Sätze auswählen und die Rechte und Pflichten, die mit diesen Überzeugungen einher gehen, aufführen.

Austausch:

Fügen Sie, während jede Gruppe ihre Ergebnisse vorträgt, die Antworten zu der „Ich glaube an ...“-Liste an der Tafel hinzu.

4. STUNDE

Menschen, die etwas verändert haben

Vorbereitung für den Lehrer: Wählen Sie eine Kurzgeschichte, einen Essay oder einen Artikel über einen Menschen aus, der durch sein persönliches Engagement und sein Verantwortungsgefühl für ihr Land, Erbe oder ihre Region eine positive Veränderung bewirkt hat. Oder fordern Sie einige Schüler dazu auf, ihre Lieblingslektüre zu diesem Thema mit zu bringen.

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel:

- ◆ Verantwortung ist nicht nur eine Verpflichtung, sondern hilft uns auch, unsere Ziele zu erreichen.
- ◆ Verantwortung bedeutet, die eigenen Ressourcen für einen Wandel zum Guten zu nutzen.

Übung

Verteilen Sie weiße Blätter und farbige Stifte und fordern Sie die Schüler dazu auf, einen ihrer „Ich glaube an ...“-Sätze kunstvoll aufzuschreiben und zu verzieren. Mehrere andere Schüler und/ oder der Lehrer lesen in der Zeit laut ihren Lieblingsabschnitt über einen Menschen vor, der durch sein persönliches Engagement einen Wandel zum Guten bewirkt hat.

Diskutieren Sie die Reaktionen auf das Vorgelesene. Fragen Sie die Schüler, wie sie den zweiten Reflexionspunkt an der Tafel mit einer der Personen, um die es eben ging, in Verbindung bringen: „Was waren die Ressourcen dieser Person?“ Vielleicht war die einzige Ressource dieser Person die Energie ihres Engagements, ihre Überzeugungskraft beim Sprechen oder...?

Hängen Sie alle schön gestalteten Sätze ans Schwarze Brett oder an die Wand, wobei Sie sich leicht überlappen.

5. STUNDE

Verantwortung zu Hause

Austausch

- Wie habt ihr als Kinder Verantwortung gelernt?
- Betrachtet ihr euch jetzt selbst als verantwortungs-bewusst?
- Manchmal sind die Menschen in einigen Bereichen verantwortungsbewusst und in anderen nicht. In welchen Bereichen seid ihr verantwortungsbewusst?
- Wie würdet ihr euren Kindern Verantwortung beibringen?
- Welche Verantwortung haben Mütter?
- Welche Verantwortung haben Väter?
- Wie wärt ihr als Vater oder Mutter, wenn ihr erwachsen seid? Welche Verantwortlichkeiten wären für euch wichtig?
- Was geschieht, wenn Eltern ihrer Verantwortung nicht gerecht werden?
- Wie fühlt ihr euch, wenn andere Menschen ihr Versprechen nicht halten?
- Welche Verantwortung haben Töchter/ Söhne?

- Was geschieht, wenn Kinder ihrer Verantwortung nicht gerecht werden?
- Welchen Beitrag leistet ihr in euren Familien?
- Auf welchen Beitrag seid ihr besonders stolz?

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel. Fordern Sie die Schüler dazu auf, sich anhand der o. g. Fragestellungen nach Interessengebieten zu kleinen Gruppen zusammen zu schließen und die Reflexionspunkte in ihre Diskussion mit einzubeziehen.

- ◆ Verantwortung bedeutet, seinen Beitrag zu leisten.
- ◆ Verantwortung bedeutet, zu erkennen, was gebraucht wird und sein Bestes zu geben.
- ◆ Wenn ein Mensch verantwortungsbewusst ist, so ist er zufrieden, einen Beitrag geleistet zu haben.
- ◆ Mit Rechten gehen auch Pflichten einher.

Anmerkung für den Lehrer

Sowohl die häuslichen Umstände als auch die Erfahrungen eines jeden Menschen unterscheiden sich. Es kann also sein, dass einige Schüler der Klasse in ihrer frühen Kindheit Schwierigkeiten hatten oder sehr viel Leid erfahren haben. Gewähren Sie ihnen die Möglichkeit, über ihre Gefühle zu sprechen, akzeptieren Sie alles und hören Sie aktiv zu. Die Frage „Was für eine Mutter/ ein Vater wärt ihr, wenn ihr erwachsen seid?“ dient dazu, dass sich die Schüler auf eine positive Richtung konzentrieren und das Gelernte anwenden können. Es werden einige Folgeübungen dazu angeboten.

Übung zum Auswählen: Schreibt ein Gedicht oder einen Brief an eure Mutter oder an euren Vater (für diejenigen, die zuhause gute Erfahrungen gemacht haben). Oder schreibt einen kurzen Essay darüber, was für eine Mutter/ ein Vater ihr später einmal sein werdet.

6. STUNDE

Eltern und ihre Kinder

Option: Untersuchen oder präsentieren Sie kurz Auszüge aus der UN-Kinderrechtskonvention.

Übung

Sprechen Sie in kleinen Gruppen über Richtlinien zu Rechten und Pflichten von Eltern und Kindern und schreiben Sie die Ergebnisse auf. Jede Gruppe könnte eine andere Altersgruppe thematisieren.

Fragen Sie:

- Wie würde sich euer Leben jetzt ändern, wenn ihr Vater/ Mutter werden würdet?
- Was ist eurer Meinung nach das beste Alter, um Vater/ Mutter zu werden?
- Welchen Bildungsstand hättet ihr gern als Erwachsene?
- Warum?
- Inwiefern würde das euer und das Leben eurer Familie betreffen?
- Was ist eurer Meinung nach noch wichtig, bevor man eine Familie plant?

7. STUNDE

Verantwortung sich selbst gegenüber

Schreiben Sie den folgenden Reflexionspunkt an die Tafel und spielen Sie zu Beginn des Unterrichts ein aufbauendes Lied:

Jeder Mensch kann die Welt auf seine Art und Weise betrachten und für eine Ausgewogenheit von Rechten und Pflichten sorgen.

Besprechen Sie die Ergebnisse der Hausaufgabe: Besprechen Sie die Hausaufgabe, bei der die Schüler täglich mindestens eine verantwortungsbewusste Handlung erledigen sollten. Diese Unterhaltung führt ganz von selbst zu dem Thema der Verantwortung sich selbst gegenüber. Fragen Sie:

- Wie fühlt ihr euch, wenn ihr eure Pflichten erfüllt?
- Was genießt ihr dabei?
- War irgendetwas davon schwierig?
- Wie fühlt ihr euch und was sind die Konsequenzen, wenn ihr eure Pflichten nicht erfüllt?
- Wie motiviert ihr euch?
- Welche Verpflichtungen haben wir uns selbst gegenüber?
- Wie erschaffen wir eine Ausgewogenheit zwischen der Fürsorge für andere und der Fürsorge für uns selbst?
- Besteht ein Teil der Fürsorge für uns selbst auch darin, verantwortungsbewusst zu sein?
- Wie können wir gut für uns selbst sorgen, wenn wir Verantwortung für andere tragen?

Übung

Besprechen Sie in Kleingruppen, warum es schwierig ist, Verantwortung zu tragen und welche Gefühle dem zugrunde liegen. Was könnte man denken oder tun, um sich auf eine gesündere Weise besser zu fühlen. Lassen Sie die Gruppen ihre Erkenntnisse in Form eines Sketches oder eines Liedes der ganzen Klasse vortragen.

8. STUNDE

Pflichten eines Schülers

Austausch:

- Welche Pflichten habt ihr als Schüler?
- Welche Pflichten haben Lehrer?
- Stellt euch eine Schule vor, in der keiner der Lehrer seine Pflichten erfüllt. Was würde geschehen?
- Wie fühlt ihr euch, wenn ihr eure Pflichten als Schüler erfüllt?
- Wie fühlt ihr euch und was sind die Konsequenzen, wenn ihr eure Pflichten nicht erfüllt?
- Was sind eure langfristigen Ziele?
- Was sind eure kurzfristigen Ziele?

Übung

Fordern Sie jeden Schüler dazu auf, sich einen Bereich auszuwählen, in dem er/ sie sich verbessern möchte. Wo stufen sie sich auf einer Skala von eins bis zehn – wobei zehn die beste Note ist – ein? Weisen Sie die Schüler dazu an, darüber nachzudenken, was sie tun können, um sich in diesem Bereich zu verbessern und somit ihrem Ziel näher zu kommen. Die Schüler können das paarweise besprechen. Ihre neuen Verhaltensweisen sollten genau formuliert, praktisch und leicht überprüfbar sein. Somit können die Schüler feststellen, wann sie Fortschritte in Richtung ihres Ziels machen. Fordern Sie die Schüler dazu auf, drei konkrete Dinge aufzuschreiben, die sie machen können. Nach drei Tagen sollen sie zu zweit ihre Fortschritte überprüfen. Ermuntern Sie die Schüler dazu, auch weiterhin an der Erreichung ihrer Ziele zu arbeiten.

9. STUNDE

Der konstruktive Umgang mit Schuld

Fragen Sie:

- Wie fühlt ihr euch, wenn ihr das, was ihr eurer Meinung nach machen solltet, nicht tut?
- Bei welchen Dingen, die ihr tun solltet, sie aber nicht tut, fühlt ihr euch ein klein wenig schlecht?
- Bei welchen Dingen fühlt ihr euch sehr schlecht?
- Ist es wichtig, sich schlecht zu fühlen?

Sagen Sie: „Es ist ziemlich natürlich, sich wegen eines Fehlers, den man gemacht hat, schlecht, beschämt oder schuldig zu fühlen. Es bedeutet lediglich, dass man das, was geschehen ist, bedauert und stattdessen lieber etwas anderes getan hätte. Wir machen alle manchmal Fehler. Wir sind Menschen. Sich jedoch über einen langen Zeitraum schuldig oder traurig zu fühlen raubt uns unsere Energie. Ein konstruktiver Umgang anstelle dessen ist:

1. Denkt darüber nach, was ihr hättet tun wollen.
2. Erkennt die Qualität bzw. den Wert, den ihr dafür braucht.
3. Stellt euch den Wert in euren Gedanken vor und fühlt ihn.
4. Sprecht mit euch selbst auf freundliche Art und Weise. Wisst, dass ihr beim nächsten Mal, wenn dieser Umstand auftaucht, die Kraft haben werdet, das zu tun, was ihr wirklich möchtet.

Übung

Schreiben Sie die vier Schritte an die Tafel. Lassen Sie die Schüler einen persönlichen Aufsatz ins eigene Verantwortungsjournal schreiben, bei dem sie diese vier Schritte auf eine Situation anwenden, die sie gern verändern möchten.

10. STUNDE

Vertrauenswürdigkeit

Austausch:

- Wie fühlt ihr euch, wenn Menschen nicht das tun, was sie versprochen haben, oder sie verantwortungslos handeln?
- Wie fühlt ihr euch, wenn ein Freund über euch tratscht oder euch im Stich lässt?
- Wie fühlt ihr euch, wenn euer Freund vertrauenswürdig ist?
- Was können wir unseren Freunden sagen, wenn sie sich verantwortungslos verhalten oder uns im Stich lassen?

Übung

Die Schüler sollen sich in Vierer- oder Fünfergruppen zusammenschließen. Jeder Schüler der Gruppe soll zwei Situationen beschreiben, in der er/sie sich von jemandem im Stich gelassen gefühlt oder in der sich jemand ihm/ ihr gegenüber auf irgendeine Weise verantwortungslos verhalten hat. Diese Situationen sollen in einem Rollenspiel umgesetzt werden, es sollen dabei zwei unterschiedliche Lösungen zu jedem Problem entwickelt werden. Schlagen Sie den Schülern vor, mit einer „Ich“-Botschaft zu beginnen, z. B. „Ich fühle mich _____, wenn _____“. Eine weitere Definition für Verantwortung ist die Fähigkeit, Antworten zu geben. Fordern Sie die Schüler dazu auf, ihre Gefühle auszudrücken, Dinge zu erklären und den anderen zu ermuntern, anstatt denjenigen, der die verantwortungslose Rolle spielt, mit Ärger abzuschließen. Sie sollen die kommunikativen Fähigkeiten anwenden, die sie während der Unterrichtsstunden zu den Themen Frieden, Respekt und Glück gelernt haben.

Diskutieren Sie bei jedem Rollenspiel die Auswirkungen. Wenn Schüler über ihre realen Probleme sprechen, so gewähren Sie ihnen die Möglichkeit, Situationskarten zu entwerfen und mit der Diskussion oder dem Rollenspiel fortzufahren und positive, angemessene Lösungen zu entwickeln.

11. STUNDE

Globale Verantwortung

Beginnen Sie die Stunde mit einer beliebigen Entspannungs-/Konzentrationsübung zum Thema Frieden.

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Der Respekt allen Menschen gegenüber ist die Voraussetzung für eine globale Verantwortung.
- ◆ Ein verantwortungsvoller Mensch weiß, was Fairness bedeutet und sorgt dafür, dass jeder seinen Teil abbekommt.
- ◆ Verantwortung bedeutet, die eigenen Ressourcen für einen Wandel zum Guten zu nutzen.
- ◆ Ein verantwortungsbewusster Mensch behält bei der Erfüllung der ihm übertragenen Aufgabe sein Ziel fest im Auge. Er erfüllt seine Pflichten zweckorientiert und mit Integrität.

Fragen Sie:

- Welche Veränderungen täten eurer Meinung nach der Welt gut?
- Wenn ihr die Möglichkeit hättet, den Menschen in der Welt verantwortungsbewusstes Handeln vorzuschreiben, wo sollten sie dann eurer Meinung nach Verantwortung übernehmen?
- Würden diese Änderungen dazu führen, dass sich die Welt zum Guten ändert?
- Worin liegt unsere globale Verantwortung?

- Von welchen Änderungen würde unsere Stadt/Schule profitieren?
 - Wofür sollte eurer Meinung nach jeder verantwortlich sein?
 - Was sollte jeder eurer Meinung nach tun?
 - Was sollte jeder eurer Meinung nach nicht tun?
 - Welche Pflichten habt ihr als einzelne/r anderen Menschen gegenüber? Der Gesellschaft gegenüber?
 - Was ist unsere soziale Verantwortung?
 - Was ist unsere moralische Verantwortung?
- Bestätigen Sie die positiven Antworten.

Übung

Lassen Sie die Schüler kleine Gruppen bilden und für jeden Menschen auf der Welt – für den Weltbürger - Richtlinien für ein verantwortungsvolles Handeln aufschreiben.

12. STUNDE

Rechte eines Weltbürgers

Übung

Bilden Sie dieselben Gruppen wie in der letzten Stunde. Jede Gruppe soll nun darüber sprechen, welche Rechte ein Weltbürger haben sollte, d. h. die Rechte jedes Menschen in der Welt. Schreiben Sie die Rechte eines Weltbürgers auf ein großes Plakat.

Nun soll jede Gruppe ihre Listen zu Rechten und Pflichten (Verantwortlichkeiten) eines Weltbürgers miteinander vergleichen. Passen sie zusammen? Müssen einige der Pflichten abgeändert werden, so dass jeder Mensch die Rechte haben kann?

Erstellen Sie ein Plakat mit den Richtlinien für verantwortungsvolles Handeln. (Die Schüler brauchen wahrscheinlich eine weitere Unterrichtsstunde, um dieses zweite Plakat fertig zu stellen.)

Austausch:

Die Gruppen können ihre Plakate aufhängen. Gewähren Sie den Schülern nun genügend Zeit, damit alle durch den Raum gehen und sich jedes Plakat genau anschauen können.

13. STUNDE

Einsatz für eine bessere Welt

Besprechen Sie mit den Schülern, wie sie die Plakate finden.

Anmerkung für den Lehrer

Es kann vorkommen, dass einige Schüler zynisch reagieren in der Meinung, dass all die empfohlenen Rechte und Pflichten niemals auf unserem Planeten verwirklicht werden können. Zynismus ist die Folge der Enttäuschung darüber, dass die Welt nicht so ist, wie sie unserer Meinung nach sein kann. Bestätigen Sie die Gefühle und Bedenken dieser Schüler. Weisen Sie dann darauf hin, dass Menschen einen Wandel herbei führen können. Die Menschen haben die Welt so geschaffen, wie wir sie heute haben, und die heutige Jugend erschafft die Welt von Morgen. Das Verständnis, was für eine Welt sie möchten und welche Rechte und Pflichten eine solche Welt enthalten muss, bringt sie dabei einen großen Schritt voran.

Lesen Sie aus dem Anhang (Nr. 12) „Eine stille Leidenschaft für soziale Gerechtigkeit“.

Übung

Suchen Sie nach weiteren realen Beispielen von Menschen, die diese Rechte erlangt haben sowie von denen, die sich verantwortungsvoll verhalten. Viele Menschen setzen sich für eine bessere Welt ein. So finden beispielsweise in immer mehr Ländern freie und gerechte Wahlen statt, in Südafrika wurde die Apartheid abgeschafft, in manchen Ländern der Welt hat sich die Umweltverschmutzung verringert, und die Zahl der Analphabeten sinkt in vielen Ländern. Welche Menschen, Programme oder Strategien bewirken effektiv eine positive Veränderung? Werfen Sie vielleicht einen Blick auf die zwölf besten Beispiele der UN-Konferenz für Umwelt und Entwicklung (UN-Habitat) oder untersuchen Sie, auf welche Weise Nichtregierungsorganisationen (NGOs) und Entwicklungsprogramme der Vereinten Nationen den Ärmsten der Armen helfen. Gibt es in eurer Nähe NGOs, die sich für eine bessere Bildung, für bessere Gesundheit oder für Menschenrechte einsetzen?

Diskutieren Sie den folgenden Reflexionspunkt:

- ◆ Ein verantwortungsbewusster Mensch behält bei der Erfüllung der ihm übertragenen Aufgabe sein Ziel fest im Auge. Er erfüllt seine Pflichten zweckorientiert und mit Integrität.

Plan: Lassen Sie die Klasse aus ihrer Sammlung auf den Plakaten ein erreichbares Ziel als Projekt auswählen, für welches sie Verantwortung übernehmen. Es könnte beispielsweise etwas sein, das jeder für sich umsetzt, wie jeden Menschen mit mehr Würde zu behandeln, eine Nachbarschaftshilfe für Kinder anzubieten oder ... Fragen Sie die Schüler, für welche Aufgabe sie jeweils Verantwortung übernehmen möchten. Seien Sie offen für die Erfahrungen der Schüler und helfen Sie ihnen dabei, Lösungen für Probleme zu entwickeln.

14. STUNDE

Verantwortung bedeutet Integrität

Führen Sie das Thema ein: „Es scheint, dass vieles, was in der Geschichte schief gelaufen ist, daran lag, dass Menschen selbstsüchtige Ziele hatten, gierig waren oder ein übertriebenes Machtstreben hatten. Wir haben bereits über Beispiele gesprochen, als wir den Wert Ehrlichkeit durch-genommen haben. Lasst uns nun daran anknüpfen.“

Denken Sie über diese Punkte nach:

- ◆ Für die menschlichen Bedürfnisse ist genug da, nicht aber für die menschliche Gier.
- ◆ Ein verantwortungsbewusster Mensch behält bei der Erfüllung der ihm übertragenen Aufgabe sein Ziel fest im Auge. Er erfüllt seine Pflichten zweckorientiert und mit Integrität.
- Fallen euch weitere Beispiele ein?
- Wenn ihr für das Geld in unserem Land verantwortlich wärt, was wäre euer Ziel?
- Was wäre eure Pflicht?
- Wenn euch jemand bei eurer Arbeitsstelle auffordern würde, Geld zu veruntreuen, mit dem Hinweis, es handle sich ja nur um ein wenig Geld, was wäre dann eure Pflicht?
- Entspricht dieser Betrug euren moralischen Zielen, euren persönlichen Zielen, den Zielen eurer Familie oder euren gesellschaftlichen Zielen?

Manchmal geraten Leute in Konflikte, wenn sie ihre Moralvorstellungen noch nicht klar definiert haben. Wenn dann ein persönliches Ziel in Frage gestellt wird, werden die Moralvorstellungen über Bord geworfen. Betrachten Sie diesen Aspekt

im Hinblick auf folgenden Ausspruch: „Was du säest, wird du ernten.“ Fragen Sie:

- Was bedeutet das?
- Wie kann man diesen Aspekt auf diese Situation anwenden?

15. STUNDE

Ein Bild oder ein Sketch

Übung

Lassen Sie die Schüler ein Bild zu dem malen, an was sie glauben und darunter ihre zwei neu gewählten Verantwortungsbereiche schreiben.

Alternative Übung: Lassen Sie die Klasse in Achter- bis Zehnergruppen je einen Sketch entwickeln, in dem einerseits verantwortungsloses, andererseits verantwortungsbewusstes Handeln dargestellt wird. Es kann eine Komödie oder ein Drama sein.

Sprache/ Literatur

Fügen Sie der Liste noch weitere Reflexionspunkte hinzu, und verwenden Sie dabei das Wissen aus Ihrem eigenen Kulturkreis, Zitate und eigene Slogans.

Untersuchen Sie Volksmärchen im Hinblick auf Verantwortung. Vielleicht gibt es Lieblingsmärchen in der Klasse oder Märchen aus anderen Kulturkreisen.

Lesen Sie Geschichten über Menschen, die Opfer gebracht haben, weil sie sich moralisch oder persönlich verantwortlich fühlten und dadurch das Leben vieler Menschen gerettet haben.

Geschichte/ Sozialkunde

Untersuchen Sie das Thema Verantwortung im regulären Lehrplan, beispielsweise in Bezug auf das Erlernen unterschiedlicher Führungsrollen, auf den öffentlichen Dienst, die Funktionsweise von Verbänden oder den Inhalt der UN-Kinderrechtskonvention.

- Beitrag von Pilar Quera Colomina und Sabine Levy

Regierungsentwürfe

Fordern Sie die Schüler dazu auf, zwei verschiedene Regierungskonzepte zu entwerfen. In beiden Regierungen gibt es einen Premierminister, die Bürger sind friedvoll und verantwortungsbewusst. In der einen Regierung sind die Minister darauf aus, Macht anzuhäufen. In der anderen Regierung herrscht eine Ausgewogenheit von Liebe und Gesetz und absoluter Achtung für die Menschenrechte aller Bürger.

Austausch:

- Worin unterscheiden sich die beiden Gesellschaften?
- Worin liegt der Nutzen einer jeden Gesellschaft, sowohl für die Bürger als auch für die Welt als Ganzes?

Naturwissenschaft

Lesen Sie eine aktuelle Arbeit über ökologische Verantwortung.

Vermeidbare Pannen

Es gab bereits so viele wissenschaftliche Unglücksfälle, weil Menschen nicht verantwortungsbewusst gehandelt und zu ihrem Ziel gestanden haben. Denkt an Industrieunfälle oder Flugzeugabstürze, bei denen auf Grund technischer Fehler

Menschen ums Leben kamen. Ein weiteres Beispiel: Nur weil einige Laboranten ihre Tests nicht richtig ausgewertet haben, dachten einige Menschen fälschlicherweise, sie hätten eine Krankheit. Und andere wiederum dachten, sie wären gesund, obwohl sie eine sofortige Behandlung brauchten.

Denken Sie über den folgenden zusätzlichen Reflexionspunkt nach und führen Sie eine Diskussion im Zusammenhang mit dem oben Genannten:

- ◆ Ein verantwortungsbewusster Mensch ist beharrlich, weder stur noch blind, sondern motiviert, die ihm übertragene Aufgabe zu erfüllen und dabei seinem Ziel treu zu bleiben. Wenn er diese Rolle gut spielt, entsteht Leistungsfähigkeit und Effektivität. Und das wiederum führt zu großer Zufriedenheit, denn er hat einen bedeutenden Beitrag geleistet.
- Fallen euch noch weitere Pannen der Wissenschaft ein, die nur deshalb passieren konnten, weil jemand nicht verantwortungsbewusst gehandelt hat?

Aussprache:

- Was für ein Wissenschaftler wärt ihr gern?
- Was würde euch dabei helfen, das zu werden?
- Was würdet ihr den Wissenschaftlern dieser Welt gern sagen?

Wirtschaft

Ein verantwortungsbewusstes Unternehmen

Denken Sie über den folgenden Reflexionspunkt nach:

- ◆ Ein verantwortungsbewusster Mensch behält bei der Erfüllung der ihm übertragenen Aufgabe sein Ziel fest im Auge. Er erfüllt seine Pflichten zweckorientiert und mit Integrität.

Fragen Sie:

- Wenn ihr ein Unternehmen oder eine Firma zu leiten hättet, was wären dann eure Ziele?
- Was ist eure globale Verantwortung?
- Was ist eure gesellschaftliche Verantwortung?
- Was ist eure moralische Verantwortung?

Ethik von verantwortungsbewussten Unternehmen

Untersuchen Sie die Botschaften von Führungskräften in Unternehmen, die dazu dienen, eine positive Veränderung in der Welt herbei zu führen.

Kunst

Sprechen Sie über Verantwortung und beziehen Sie dabei einen Reflexionspunkt ihrer Wahl mit ein. Diskutieren Sie darüber, inwiefern Verantwortung im Kunstsektor eine Rolle spielt. Fordern Sie die Schüler dazu auf, ein Kunstprojekt zu den für sie wichtigen Pflichten zu entwickeln. Es könnte ein Poster sein, eine Kohlezeichnung oder etwas, das für die Schüler Symbolcharakter hat.

Entwickeln Sie ein Projekt. Vielleicht möchten die Schüler gern ihre Arbeiten in einem Einkaufszentrum in ihrer Nähe ausstellen. Schreiben Sie verschiedene Pflichten auf, die mit dieser Unternehmung einhergehen. Fragen Sie nach Freiwilligen für die verschiedenen Aufgabenbereiche.

Musik

Diskutieren Sie: Verantwortung bedeutet, seine Rolle bestmöglich zu spielen. Fragen Sie:

- Was geschieht, wenn wir in einer Band oder in einem Orchester unseren Part bestmöglich spielen?
- Was geschieht mit der Band, wenn sich ein Mitglied nicht verantwortungsbewusst verhält? Wenn es beispielsweise ein Stück nicht übt oder bei Proben oder Auftritten nicht rechtzeitig erscheint?
- Wie würdet ihr euch als Mitglied einer Band oder eines Orchesters dann fühlen?
- Was geschieht, wenn wir uns als Schüler nicht verantwortungsbewusst verhalten?
- Oder als Vater/ Mutter?
- Als ein Gärtner?
- Als ein Buchhalter?
- Wie fühlen wir uns innerlich, wenn wir unsere Rollen verantwortlich spielen? Was ist der Nutzen?

Spielen Sie Lieder aus ihrem eigenen Land oder aus anderen Ländern, die einen sozialen Wandel fordern.

Hauswirtschaft

„Lasst uns heute Spaß an unseren Pflichten haben. Wir als Menschen haben Glück – wir können Dinge entstehen lassen – wir erschaffen uns unsere Welt. In Bezug auf Verantwortung bedeutet das, seinen Beitrag zu einer Aufgabe zu leisten. Was möchtet ihr also gern erschaffen?“ (Bieten Sie verschiedene umsetzbare Möglichkeiten an.) „Sollen wir etwas kochen? Sollen wir einen Gemüsegarten anlegen? Sollen wir die Klasse schmücken? Sollen wir ...?“ Zunächst sollen sich die Schüler etwas auswählen, dann eine Liste der benötigten Dinge und der zu erledigenden Aufgaben erstellen, die von Teams übernommen

werden. Wenn sie sich beispielsweise für ein mexikanisches oder marokkanisches Gericht entscheiden, weil diese Kultur gerade durchgenommen wird, so kann sich eine Gruppe mit der Dekoration beschäftigen, eine andere Gruppe kümmert sich um die Beschaffung der Zutaten usw.

Sport / Tanz

Da Schüler und Kulturen unterschiedlich sind kann der Lehrer am besten einschätzen, in welchen Bereichen das Thema Verantwortung angesprochen werden muss. Besprechen Sie mit den Schülern, welche Rolle Verantwortung im Sport spielt.

- Habt ihr eine Verantwortung euch selbst gegenüber? Eurem Team gegenüber?
- Warum ist in einem Team jede Rolle gleich wichtig?
- Wie könnt ihr am besten eurer Verantwortung nachkommen?
- Was steht euch bei der Erfüllung eurer Verantwortung im Weg?
- Was könnt ihr tun, um jedes Hindernis zu überwinden?

Kreieren Sie einen Tanz – wie sich Verantwortungslosigkeit zu Verantwortungsbewusstsein wandelt.

EINFACHHEIT



Einfachheit macht alles leicht.

KAPITEL 10 - EINFACHHEIT

Reflexionspunkte..... 372

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde	Einfache Dinge	374
2. Stunde	Angeborene Einfachheit und Weisheit.....	376
3. Stunde	Freude an einem einfachen Geist.....	378
4. Stunde	Wegbereiter für nachhaltige Entwicklung.....	379
	Schule und Umwelt	380
	Umwelt und Zuhause	381
	Forschung und Wandel	383
5. Stunde	Geschichten	384
6. Stunde	Interviews.....	385
7. Stunde	Nachrichten aus den Medien	385
8. Stunde	Mehr Werbung.....	387

Themenbereiche

Sprache/ Literatur	388
Geschichte/ Sozialkunde.....	389
Naturwissenschaft	389
Wirtschaft.....	390
Mathematik	390
Kunst	391
Musik.....	392
Hauswirtschaft.....	392
Sport / Tanz.....	392

Reflexionspunkte zum Thema Einfachheit

- ◆ Einfachheit ist natürlich.
- ◆ Einfachheit bedeutet, von der Natur zu lernen.
- ◆ Einfachheit ist wunderschön.
- ◆ Einfachheit ist entspannend.
- ◆ Einfachheit bedeutet, natürlich zu sein.
- ◆ Einfachheit bedeutet, in der Gegenwart zu sein und Dinge nicht zu komplizieren.
- ◆ Einfachheit bedeutet, von der Weisheit der Naturvölker zu lernen.
- ◆ Einfachheit bedeutet, dem anderen Geduld, Freundschaft und Ermutigung zu schenken.
- ◆ Einfachheit bedeutet, die kleinen Dinge im Leben wert zu schätzen.
- ◆ Einfachheit ist die Freude an einem einfachen Geist und Intellekt.
- ◆ Einfachheit appelliert an den Instinkt, die Intuition und Einsicht, wenn es darum geht, empathische Gedanken und Gefühle entstehen zu lassen.
- ◆ Einfachheit bedeutet, die innere Schönheit wert zu schätzen und den Wert aller Schauspieler zu erkennen, sogar den der ärmsten und derer, die am schlechtesten dran sind.
- ◆ Einfachheit ist der Wegbereiter für nachhaltige Entwicklung.
- ◆ Durch Einfachheit lernen wir Wirtschaftlichkeit – wie wir unsere Ressourcen weise nutzen und dabei die zukünftigen Generationen im Auge haben.
- ◆ Einfachheit appelliert an die Menschen, über ihre Werte nachzudenken.
- ◆ Mit Einfachheit hinterfragt man, ob man nicht dazu überredet wurde, unnötige Dinge zu kaufen. Psychologisch raffinierte

Verlockungen lassen künstliche Bedürfnisse entstehen. Wünsche, die dadurch hervorgerufen werden, unnötige Dinge besitzen zu wollen, führen dazu, dass Werte aufeinanderprallen. Diese Tendenz wird durch Gier, Angst, Gruppenzwang und einem falschen Sinn für Identität noch verstärkt. Die Sicherstellung unserer Grundbedürfnisse lässt einen bequemeren Lebensstil zu und hat extreme Verhaltensweisen und Exzesse zur Folge. Das wiederum führt zu übermäßigem Genuss und Verschwendung.

- ◆ Durch Einfachheit kann die Kluft zwischen den Wohlhabenden und denjenigen, die nichts haben, verringert werden. Das geschieht durch die Darstellung, wie logisch wahre Wirtschaftlichkeit ist: Verdienst, Ansparung, Investition und Beteiligung an Verlusten und auch am Wohlstand, so dass es, unabhängig von der Herkunft, zu einer höheren Lebensqualität für alle Menschen kommt.

Allgemeines

Lieder lassen eine ganz besondere Atmosphäre entstehen, in der ein Wert erfahren werden kann. Das Werte-Planungsteam könnte täglich zu jedem Themengebiet ein Lied aussuchen. Wählen Sie Lieder aus, von denen Sie meinen, sie sprechen die Schüler an, Lieder, die ihrem Alter entsprechen. Dieser Wert eignet sich besonders gut dafür, traditionelle Lieder von Naturvölkern zu erlernen.

Anmerkung für den Lehrer

Lesen Sie bitte zunächst dieses Kapitel, um rechtzeitig den Unterricht gut planen zu können. Die Schüler sollen sich erst eine Woche lang auf Naturvölker konzentrieren, dann eine Woche lang auf die Umwelt und nachhaltige Entwicklung. Dafür braucht man Lehrer, die Sozialkunde, Biologie und Ökologie unterrichten und die dann vielleicht gern den Unterricht übernehmen.

Unterrichtsstunden zum Thema Einfachheit

1. STUNDE

Einfache Dinge

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied über die Schönheit der Natur oder eine Melodie auf einem Musik-instrument eines Naturvolkes.

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel:

- Einfachheit ist natürlich.
- Einfachheit bedeutet, von der Natur zu lernen.
- Einfachheit ist wunderschön.
- Einfachheit ist entspannend.
- Einfachheit bedeutet, natürlich zu sein.

Untersuchen Sie allgemeine Konzepte von Einfachheit anhand von Fragen und einer Diskussion:

- Was ist Einfachheit?
- Denkt an die Kunst. Welche Beispiele für die Schönheit von Einfachheit kennt ihr?
- An welchen einfachen Dingen habt ihr Freude?

- An welchen Dingen, die wenig oder gar nichts kosten, habt ihr Freude?
- Was können wir von der Natur lernen?
- Wann kann das Leben zu kompliziert sein?
- Wie machen wir uns das Leben zu kompliziert?
- Wodurch kann das Leben vereinfacht werden?

Übung

Machen Sie eine einfache Übung. Malen Sie z. B. ein Bild mit nur einer Farbe oder machen Sie einen Spaziergang in Stille oder schreiben Sie, als ein Vogel, ein Gedicht für Sie, das Ihnen die Augen für einfache Schönheit des Lebens öffnet.

Hausaufgabe: Geben Sie den Schülern die Hausaufgabe Einfachheit-ist-Entspannung und Einfachheit-heißt-die-Dinge-nicht-zu-komplizieren. Fordern Sie die Schüler dazu auf, eine Woche lang zehn Minuten täglich zu entspannen. Sie können sich dabei auf einen Baum konzentrieren, auf eine Blume oder ein Licht. Oder sie können auch einen Spaziergang machen und die einfachen Dinge beobachten: den Lichtschein auf einem Blatt, einen Baum, eine kleine Blume, einen Vogel oder ein anderes Element der Natur. Vielleicht können sie sich auch unter einen Baum legen und einfach nur die Blätter anschauen. Seid einige Minuten lang einfach nur ein Beobachter, frei von Wünschen. Konzentriert euch auf die Schönheit dessen, was natürlich ist. Denkt daran, dass euer natürliches Wesen ursprünglich schön ist.

2. STUNDE

Angeborene Einfachheit und Weisheit

Anmerkung für den Lehrer

Führen Sie mindestens eine Woche lang mehrere Unterrichtsstunden zum Thema Naturvölker durch. Lehrer, die Anthropologie oder Sozialkunde unterrichten, sind wichtige Quellen. Oder inspirieren Sie die Lehrer dieser Fächer dazu, sich beim vorgeschriebenen Lehrplan auf Beispiele für Einfachheit zu konzentrieren.

Reflexionspunkt: Einfachheit bedeutet, von der Weisheit der Naturvölker zu lernen.

Der Zweck hierbei besteht darin, die angeborene Weisheit des eigenen kulturellen Erbes kennen zu lernen. In alten Traditionen gehören natürliche Einfachheit, Weisheit und Achtung für die Erde zu nahezu jedem Brauch. Die Bedürfnisse der Menschen und die Methoden, diese Bedürfnisse zu erfüllen, waren einfach und nicht verschwenderisch. Schauen Sie sich die natürliche Einfachheit der Ureinwohner in ihrem Land an. Entdecken Sie, auf welche Weise die Ureinwohner ihre Ressourcen genutzt haben. Lesen Sie dafür Geschichten, besuchen Sie ein Museum oder eine Bibliothek mit einer Ausstellung oder schauen Sie sich einen Film an. Laden Sie Menschen zu sich in die Klasse ein, die den Schülern Artefakte oder Kunsthandwerke aus ihrem kulturellen Erbe zeigen.

Flechten Sie während der Unterrichtsstunden zu traditioneller Weisheit folgende Reflexionspunkte als Diskussionsthema ein:

- ◆ Einfachheit bedeutet, von der Natur zu lernen.
- ◆ Durch Einfachheit lernen wir Wirtschaftlichkeit – wie wir unsere Ressourcen weise nutzen und dabei die zukünftigen Generationen im Auge haben.

Fragen Sie die Schüler, auf welche Weise die Naturvölker diese Punkte weise umgesetzt haben. Fragen Sie weiter, welche Werte den unterschiedlichen Sitten zu Grunde liegen. Fragen Sie:

- Welchen Beitrag hat diese Kultur zu unserer Welt heute geleistet?
- Welche Aspekte dieser Weisheit würden eurer Meinung nach der heutigen Welt gut tun?

Viele Naturvölker verhielten sich beim Jagen und Sammeln respektvoll der Erde und ihren Ressourcen gegenüber. Untersuchen Sie mit ihrer Klasse ein Naturvolk, oder bilden Sie kleinere Gruppen, die sich dann mit jeweils verschiedenen Kulturen beschäftigen. Entwickeln Sie dann ein Kunstprojekt, in dem etwas aus dem kulturellen Erbe kopiert werden soll. Die Schüler können auch einzelne Untersuchungen einer Kultur ihrer Wahl durchführen. Sie können etwas über ihre Ergebnisse der Untersuchung aufschreiben oder aufmalen.

Übung, wenn die Studie bereits fortgeschritten ist: Untersuchen Sie einige der folgenden Fragen:

- Welche Faktoren haben zu der Zerstörung und/oder dem Verfall von Naturvölkern geführt?
- Haben dieselben Faktoren andere Elemente unserer derzeitigen Gesellschaft oder Umwelt negativ beeinflusst?
- Welche Werte lagen hinter deren Überzeugungen und Sitten? Wie wurden diese durch Anti-Werte beeinflusst?
- Welche Sitten wären für die Erhaltung dieser Kultur nützlich?
- Welche dieser Sitten würden andere Bereiche der Gesellschaft oder die Umwelt positiv beeinflussen?

3. STUNDE

Freude an einem einfachen Geist

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied und führen Sie eine Entspannungs-/ Konzentrationsübung durch.

Austausch:

Sprechen Sie mit den Schülern über ihre Erfahrungen während der Hausaufgabe Einfachheit-ist-Entspannung und Einfachheit-heißt-die-Dinge-nicht-zu-komplizieren.

Schreiben Sie die Reflexionspunkte an die Tafel. Lassen Sie die Schüler kleine Gruppen bilden und über diese Punkte diskutieren.

- ◆ Einfachheit bedeutet, in der Gegenwart zu sein und Dinge nicht zu komplizieren.
- ◆ Einfachheit ist die Freude an einem einfachen Geist und Intellekt.
- ◆ Einfachheit bedeutet frei von materiellen und emotionalen Wünschen zu sein – es ist die Erlaubnis, einfach nur zu „sein“ (von Schülern der West Kidlington School).
- ◆ Einfachheit bedeutet, andere voran zu stellen, und zwar mit Freundlichkeit, Offenheit und reinen Absichten – ohne Erwartungen und Bedingungen (von Schülern der West Kidlington School).

Optionale Übungen: Die Kleingruppen können ihre eigene Entspannungs-/ Konzentrationsübung schreiben oder einen Slogan zu Einfachheit entwickeln, den sie gern den anderen vorstellen möchten. Diesen können sie auf verschiedene Arten verzieren, ausschmücken und dafür vielleicht Dinge aus der Natur verwenden.

4. STUNDE

Wegbereiter für nachhaltige Entwicklung

Anmerkung: Lehrer, die Biologie oder Ökologie unterrichten, sind wertvolle Quellen.

Bilden Sie kleine Gruppen, die Entspannungs-/ Konzentrationsübungen entwickeln und während der Woche durchführen.

Konzept: Einfachheit ist der Wegbereiter für nachhaltige Entwicklung. Durch Einfachheit lernen wir Wirtschaftlichkeit – wie wir unsere Ressourcen weise nutzen und dabei die zukünftigen Generationen im Auge haben. Wenn wir als Schüler lernen, die Erde zu respektieren, werden wir als Erwachsene die Erde respektieren. Einfache Methoden können bei der Erreichung des Ziels wirksam sein.

Mögliche Themenbereiche: Der Lehrer könnte in das Konzept von „Einfachheit als ein Wegbereiter für nachhaltige Entwicklung“ eine Unterrichtsstunde über Ökologie mit einbinden. Diskutieren Sie die Wichtigkeit von nachhaltiger Entwicklung. Vielleicht könnte man zur Verdeutlichung dieses Konzepts einige Beispiele des Entwicklungsprogramms der Vereinten Nationen heranziehen.

Untersuchen Sie die Bedürfnisse unseres Planeten. Sehen Sie sich vielleicht Filme über die Erde an und sprechen über den Grad der Verschmutzung und Entwaldung oder über die Ozonschicht und die Ozonlöcher, was auf eine Verschmutzung durch den Menschen zurück zu führen ist. Sie könnten auch eine Untersuchung über giftige Pestizide, wie DDT, durchführen und heraus bekommen, welche Auswirkungen dieses Gift auf die Wasserversorgung und den Vogelbestand hat. Oder sprechen Sie über die Wichtigkeit des Regenwaldes im Amazonasgebiet.

Untersuchen Sie internationale Berichte und Strategien, die sich mit einem Wandel beschäftigen – vielleicht werfen Sie einen Blick auf die Agenda 21, ein Dokument, welches 1992 auf der UN-Konferenz für Umwelt und Entwicklung in Brasilien entwickelt wurde. Schauen Sie sich den Lehrplan an anderen Schulen in Bezug auf weitere nachhaltige Bereiche zum Thema Umwelt an.

Schule und Umwelt

Übung

Fragen Sie die Schüler, warum wir die Erde respektieren und auf sie Acht geben sollten. Sprechen Sie über die Sorgen der Schüler. Fordern Sie die Schüler dazu auf, ihre Anliegen umzusetzen und sich Wege auszudenken, wie sie sich an der Schule umweltbewusst verhalten können. Man muss den ökologischen Standard sowohl bewahren als auch verbessern. Entwickeln Sie Ideen dazu, was die Schüler als Klasse tun könnten. Einige Ideen sind:

- Die Schüler könnten als Klasse Recycling-Tonnen aufstellen.
- Sie könnten Papier zweiseitig beschreiben.
- Sie könnten im Schulhof Müll aufsammeln.
- Sie könnten die Pflanzung von Bäumen planen.
- Sie könnten heraus bekommen, welche Umweltprobleme es an der Schule gibt.
- Sie könnten hinterfragen, ob das Wasser verschmutzt wird.
- Wird der Rasen am Nachmittag gesprengt, wenn ein Teil des Wassers eh verdunstet?
- Könnte man einen Komposthaufen bauen?

Sprechen Sie über die Ideen, erreichen Sie einen Konsens, entwerfen Sie einen Aktionsplan und freuen Sie sich an der Umsetzung. Während die Klasse sich auf ein Projekt

konzentriert, haben einzelne Schüler vielleicht das Bedürfnis, sich persönlich an mehreren Projekten zu beteiligen.

Umwelt und Zuhause

Nachdem die Schüler über einige Veränderungen unter dem Motto „Respekt für die Erde“ nachgedacht und an der Schule umgesetzt haben, sollten dann Ideen für das eigene Zuhause entwickelt werden. Sprechen Sie über die Verwendung von Energie. Fragen Sie:

- Gehen Menschen, die normalerweise Auto fahren, bei kurzen Entfernungen zu Fuß oder verwenden sie das Fahrrad?
- Worin liegen die Auswirkungen für die Umwelt?

Lesen Sie den folgenden Absatz aus *Living Values: Ein Handbuch zur Werteerziehung* und diskutieren Sie im Anschluss darüber:

„Die Ethik der Einfachheit ist der Wegbereiter für nachhaltige Entwicklung. Durch Einfachheit lernen wir Wirtschaftlichkeit. Wir lernen dadurch, richtig zu investieren und uns dabei ein Beispiel an denen zu nehmen, die klar und ehrlich mit ihren Bedürfnissen umgehen und entsprechend leben. Einfachheit ist das Gewissen, welches an die Menschen appelliert, ihre Werte zu überdenken. Mit Einfachheit hinterfragen wir uns, ob wir nicht dazu überredet wurden, unnötige Dinge zu kaufen. Psychologische Verlockungen lassen künstliche Bedürfnisse entstehen. Wünsche, die dadurch hervorgerufen werden, unnötige Dinge besitzen zu wollen, führen dazu, dass Werte aufeinander prallen. Das wird durch Gier, Angst, Gruppenzwang und einem falschen Sinn für Identität noch verstärkt. Wenn die Sicherstellung unserer Grundbedürfnisse erst einmal einen angenehmeren Lebensstandard ermöglicht, öffnen sich auch leicht Türen für Übermaß

und Exzess. Das wiederum führt zu übermäßigem Genuss und Verschwendung. Während das als Mittel für die Erschaffung von Wirtschaftszweigen gerechtfertigt wird, werden andere Wirtschaftszweige in entsetzliche Armut getrieben. Es kann nicht sein, dass das erzwungene Opfer der einen den anderen zu größerem Wohlstand verhilft. Das ist kein Prinzip sondern eine Ungerechtigkeit.“

Fragen Sie:

- Welche Rolle spielt Gier bei übermäßigem Genuss und Verschwendung?
- Inwiefern hilft uns der Wert Einfachheit dabei, Verschwendung zu vermeiden?
- Welche Auswirkungen hat die Reduzierung von übermäßigem Genuss und Verschwendung auf die Umwelt?
- Wie können wir unsere Liebe für die Umwelt und für die Welt dafür nutzen, das, was wir wollen und das, was wir brauchen, gegeneinander abzuwägen?

Übung

Überdenkt eure persönliche Situation. Stellt euch vor, in zwanzig Jahren habt ihr eine gute Stelle in der Regierung. Ihr verfügt auch über ein sehr hohes Gehalt und habt die Möglichkeit Geld beiseite zu legen. Welchen zukunftsweisenden Rat würdet ihr euch selbst geben? Welche Vorschläge würdet ihr gern machen, um die Umwelt zu verbessern? Schreibt jetzt an euch selbst einen Brief, der sich mit der Zukunft beschäftigt. Legt ebenso ein ganz persönliches Versprechen ab, wie ihr die Gesundheit der Umwelt jetzt schützen wollt. Fordern Sie zum Ende der Stunde jeden Schüler dazu auf, einen Satz aus dem Brief an sich selbst vorzulesen.

Forschung und Wandel

Übungen: Denkt über die Umwelt in eurer Gemeinde nach. Sollte sich Müll oder Abfall negativ auf die Trinkwasserversorgung auswirken, so spricht solche Themen an. Einige Schüler möchten vielleicht die Verwendung von Pestiziden in der Umgebung untersuchen und natürlichere (und weniger teure) Alternativen aufzeigen, die nicht die Erde verschmutzen und die Einwohner beeinträchtigen. Beschäftigt euch mit Bio-Gärten. Vielleicht möchten ja mehrere Klassen ein langfristiges Projekt ins Leben rufen, bei dem ein Stück verrottetes Land voller Abfall in einen Garten oder einen Park umgewandelt wird. Sie könnten an ihren Bürgermeister einen Brief schreiben, in dem sie ihre Ideen mitteilen. Sie könnten Slogans zum Thema Respekt-für-die-Erde entwickeln und sie in der Schule und in anderen geeigneten Lokalitäten in der Gemeinde, z. B. bei Sportveranstaltungen, aufhängen.

Wenn ein Fluss in der Nähe verschmutzt wird, so könnten die Schüler über alternative Methoden für die Verursacher nachdenken, wie sie ihren Abfall sicher und effektiv entsorgen können. Untersuchen Sie das Thema gründlich, planen Sie eine offizielle Präsentation und diskutieren Sie im Team, wie und wer sie am besten und effektivsten dem Bauernhof oder der Firma, die für die Umweltverschmutzung verantwortlich ist, vorstellen kann.

5. STUNDE

Geschichten

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied.

Lesen Sie eine Geschichte zum Thema Einfachheit.

Diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Einfachheit bedeutet, natürlich zu sein.
- ◆ Einfachheit bedeutet, in der Gegenwart zu sein und Dinge nicht zu komplizieren.
- ◆ Einfachheit bedeutet, dem anderen Geduld, Freundschaft und Ermutigung zu schenken.
- ◆ Einfachheit bedeutet, die kleinen Dinge im Leben wert zu schätzen.

Übung

Schreibt einen kurzen persönlichen Aufsatz oder ein Gedicht über einen der o. g. Reflexionspunkte. Oder bildet kleine Gruppen und entwickelt ein Lied. Tragt das Lied dann der Klasse vor.

Hausaufgabe: Interviewt Menschen, die in eurem Leben eine wichtige Rolle spielen. Fragt sie nach den einfachen Dingen in ihrem Leben, die ihnen am wichtigsten sind.

6. STUNDE

Interviews

Austausch:

Fordern Sie die jungen Erwachsenen dazu auf, ihre Interviews, die sie als Hausaufgabe der vorangegangenen Stunde durchführen sollten, mit der Klasse zu besprechen.

Stellen Sie, nachdem einige Schüler berichtet haben, Fragen zu den Werten in den einfachen Dingen, die für die Menschen wichtig waren.

Übung

Bildet kleine Gruppen und entwickelt einen Sketch zum Thema „Wie man sein Leben vereinfacht“. Verwendet dazu den Inhalt, den ihr in den letzten zwei Stunden entwickelt habt. Führt dann den Sketch der Klasse vor.

7. STUNDE

Nachrichten aus den Medien

Konzept: Die Wertschätzung für die Natur und für die Erde ermöglicht es uns manchmal, unsere eigene natürliche Schönheit besser wertzuschätzen. Je mehr wir unsere natürliche Schönheit wertschätzen, desto weniger lassen wir uns von der Vorstellung täuschen, wir müssten gewisse Dinge besitzen oder uns auf bestimmte Art und Weise kleiden, damit wir uns gut fühlen und von anderen akzeptiert werden. Um Dinge zu verkaufen, engagieren Firmen Werbeagenturen, die dann eindrucksvolle Werbung entwickeln, wodurch Menschen die Produkte kaufen.

Manchmal wird suggeriert, man sei attraktiver oder „cooler“, wenn man dieses bestimmte Produkt verwendet oder besitzt. Diese Werbungen täuschen die Menschen, sie denken dann, sie bräuchten diese Dinge um sich gut zu fühlen und um von anderen als gut angesehen zu werden. Wenn die Menschen viele solcher Botschaften hören, vergessen sie oft die Wichtigkeit ihrer inneren Schönheit. Diese Botschaften führen nicht dazu, dass die Menschen auf die Umwelt oder auf das eigene Selbst achten. Das Selbst weiß genau, dass es im Inneren natürliche Schönheit gibt. Wenn wir dieses Bewusstsein in unserem Geist stets aufrecht halten, können wir mit dem, wer wir sind, sehr zufrieden sein und uns am anderen für das, was er ist, erfreuen und Glück verbreiten. Einfachheit bedeutet, natürlich zu sein. Einfachheit ist wunderschön.

Übung

Besprechen Sie dieses Konzept anhand der folgenden Punkte mit den Schülern:

- Macht ein Brainstorming zu den Botschaften aus den Medien und den Werbungen. Schreibt sie an die Tafel.
- Wählt euch eine Botschaft aus und diskutiert sie.
- Fragen Sie: „Stimmt diese Botschaft?“
- Erstellt eine weitere Liste über Dinge, die eurer Meinung nach näher an der Natur und der inneren Schönheit dran sind.

Wählen Sie eine weitere Botschaft aus und führen Sie dasselbe noch einmal durch. Bitten Sie die Schüler, zur nächsten Stunde Beispiele aus der Werbung mitzubringen.

Spielen Sie zum Abschluss der Stunde ein Lied.

8. STUNDE**Mehr Werbung**

Diskutieren Sie folgenden Reflexionspunkt:

- ◆ Durch Einfachheit kann die Kluft zwischen den Wohlhabenden und denjenigen, die nichts haben, verringert werden. Das geschieht dadurch, dass die Logik wahrer Wirtschaftlichkeit aufgezeigt wird: Verdienst, Ansparung, Investition und Beteiligung an Verlusten und auch am Wohlstand, so dass es zu einer höheren Lebensqualität für alle Menschen kommt, unabhängig von ihrer Herkunft.

Übung

Lassen Sie die Schüler die mitgebrachten Werbungen und andere Botschaften der Klasse vorstellen. Fragen Sie die Klasse erneut, welches die Botschaft ist und ob die Botschaft zutrifft oder nicht. Fragen Sie auch:

- Auf was legt der Werbende wert?
- Gibt es Werbungen, die nützliche Botschaften enthalten? Welche und welche nicht?

Fordern Sie die Schüler dazu auf, Botschaften, denen sie Glauben schenken, zu entwickeln.

Hausaufgabe: Experimentiert eine Woche lang mit dem Wert Einfachheit, und zwar dadurch, dass ihr in der Schule oder wenn ihr mit Freunden ausgeht einfache Klamotten tragt. Oder wählt eine Situation in eurem Land aus, in der es um Einfachheit der Kleidung gehen könnte. Denkt daran, dass Einfachheit Natürlichkeit bedeutet und dass Einfachheit wunderschön ist.

Übung

Fragen Sie die Schüler am Ende der Woche nach ihren Gefühlen und nach Reaktionen. Fordern Sie sie dazu auf, einen kleinen Aufsatz über ihre Erfahrungen zu schreiben.

Sprache/ Literatur

Schreiben Sie jeden Tag einen Reflexionspunkt an die Tafel. Fordern Sie die Schüler dazu auf, kurz darüber nachzudenken und einige Minuten darüber zu diskutieren. Entwerfen Sie eigene Reflexionspunkte.

Lesen Sie Geschichten über Einfachheit und fordern Sie die Schüler dazu auf, ein Essay zu schreiben und dabei die Botschaft der Geschichte mit mindestens einem Reflexionspunkt zu verbinden.

Lesen Sie Bücher von bekannten Naturforschern. Gehen Sie in der Natur spazieren und sehen Sie die Welt der Natur durch die Augen der Forscher.

Ausflug mit der ganzen Klasse: Planen Sie einen Ausflug zu einem Naturwunder in der Nähe. Verbringen Sie einen ganzen Tag dort. Verwenden Sie einen halben Tag darauf, die Natur zu erkunden, die andere Hälfte des Tages verbringen Sie in Stille. Laden Sie Naturforscher ein, Ureinwohner oder jemanden aus einem Naturvolk. Lassen Sie sich von ihnen Pflanzen aus der Umgebung erklären. Vielleicht kann auch ein Mitglied eines Naturvolkes einige Weisheiten seines Stammes vermitteln.

Lesen Sie Gedichte über die Natur.

Beobachtet die einfachen Dinge: das Licht auf einem Blatt, ein Baum, eine kleine Blume, einen Vogel oder irgendetwas anderes aus der Natur, was eure Aufmerksamkeit erregt. Legt euch unter

einen Baum und beobachtet die Blätter. Seid für einige Minuten einfach nur in der Position des Beobachters, frei von Wünschen. Schreibt ein Gedicht und tut dabei so, als ob ihr ein Teil der Natur wärt.

Geschichte/ Sozialkunde

Diskutieren Sie den folgenden Reflexionspunkt in Bezug auf die Kulturen und/ oder die Zeitepochen, die die Klasse bereits im Unterricht durchgenommen hat.

- ◆ Durch Einfachheit kann die Kluft zwischen den Wohlhabenden und denjenigen, die nichts haben, verringert werden. Das geschieht dadurch, dass die Logik wahrer Wirtschaftlichkeit aufgezeigt wird: Verdienst, Ansparung, Investition und Beteiligung an Verlusten und auch am Wohlstand, so dass es zu einer höheren Lebensqualität für alle Menschen kommt, unabhängig von ihrer Herkunft.
- Wie zeigt sich der Wert Einfachheit bzw. ein Mangel dieses Wertes, mit welchen Auswirkungen?

Naturwissenschaft

Beschäftigen Sie sich mit Solarenergie, einer einfachen Alternative für die schwindenden nicht erneuerbaren Energiequellen.

Beschäftigen Sie sich mit einem Umweltproblem in ihrer Umgebung, auf das Sie bereits in den vorherigen Unterrichtsstunden zu Einfachheit gestoßen sind. Untersuchen Sie Möglichkeiten und wählen Sie diejenige aus, die am natürlichsten und am umweltfreundlichsten sind.

Wirtschaft

Durchkalkulieren

Diskutieren Sie das o. g. Konzept aus dem Naturwissenschaftsunterricht und fragen Sie die Schüler nach ihren Anliegen in Bezug auf die Umwelt. Fordern Sie sie dazu auf, ein einfaches und effektives Umweltprojekt zu entwickeln und es durchzukalkulieren. So könnten sie beispielsweise, wenn das Klima es zulässt, über ein Solarheizsystem für die Häuser nachdenken. Welches sind die Kosten, die in den nächsten zehn Jahren dafür anfallen im Vergleich zu den Kosten des derzeitigen Heizsystems? Wenn es in ihrem Land Entwaldung gibt, wäre es dann nicht besser, statt Holz zum Feuermachen Solaröfen zu verwenden? Entwerfen Sie einen Plan. Beziehen Sie in den Plan beispielsweise den Nutzen mit ein, der entsteht, wenn in den nächsten fünf Jahren landesweit Bäume gepflanzt würden. Schreiben Sie auf, inwiefern Erosion gebremst werden könnte, usw.

Denken Sie über ein Projekt für ihr Land nach, das einfach, sparsam und zum Nutzen für alle Kinder und/ oder Erwachsene ist. Kalkulieren Sie es durch. Besprechen Sie alle Ideen mit der gesamten Klasse.

Mathematik

Vereinfachung von rationalen Formeln

Beginnen Sie mit der Aussage: Zahlen können unterschiedlich ausgedrückt werden. So kann $\frac{4}{5}$ beispielsweise auch als $\frac{8}{10}$ ausgedrückt werden, 15 kann auch $-1 + 16$ sein usw. Können Menschen, wie Zahlen, verschiedene Formen annehmen? Lassen Sie die Schüler Beispiele zusammentragen. Zum Beispiel:

Menschen sind wie Zahlen, denn ein Mensch kann verschiedene Namen, Positionen und Charaktereigenschaften haben.

Ein Mensch kann positiv oder negativ sein.

Lassen Sie die Schüler über die folgenden Reflexionspunkte nachdenken:

- ◆ Einfachheit bedeutet, den eigenen ursprünglichen Wert herauszufinden und sich damit zu identifizieren.
- ◆ Einfachheit ist wunderschön. Einfachheit bedeutet, glücklich und friedvoll zu sein.

Fragen Sie:

- Welche von allen verschiedenen Formen, die ein Mensch annehmen kann, ist die angenehmste und natürlichste? Warum?
- Worin liegt der persönliche Nutzen?
- Worin liegt der Nutzen für andere?

- Beitrag von Vicky Calicedan

Kunst

Untersuchen Sie Kunstwerke, geschichtliche Bilder oder Zeitschriften nach Beispielen für Einfachheit vs. knalliges oder opulent Verziertes. Welche berühmten Künstler wurden für ihren einfachen Stil bekannt? Erstellen Sie eine Kollage oder ein Bild und lassen Sie sich dabei von ihrer Einfachheit inspirieren.

Sammeln Sie einige Blätter und Dinge aus der Natur und machen Sie daraus ein Kunstwerk.

Zeichnen Sie Einfachheit, und verwenden Sie dabei lediglich zwei Farben.

Ein Stilleben: Lassen Sie die Schüler ein Stilleben erstellen, das Einfachheit ausdrückt. Sie könnten beispielsweise einen kleinen Tisch mit Blumenvase vor einer weißen Wand zeich-

nen. Es könnte auch etwas anderes sein, was leicht zu erfassen ist. Lassen Sie die Schüler mit Lichteinfall auf die Gegenstände experimentieren. Lassen Sie die Schüler für das Malen des Stilllebens lediglich einige wenige Farben zu.

- Beitrag von Eleanor Viegas

Tragen Sie am nächsten Tag alle einfache Kleidung.

Musik

Verwenden Sie beim Musizieren Instrumente von Naturvölkern. Untersuchen Sie deren Kompositionen. Entsprechen sie eher den Rhythmen der Natur als die Kompositionen der neueren Zeit?

Bauen Sie eigene Instrumente der Naturvölker.

Hauswirtschaft

Untersuchen Sie die einfachen Sitten und Gebräuche der Ureinwohner oder der Naturvölker ihres Landes. Welche Sitten werden noch immer praktiziert? Untersuchen Sie, was gegessen wurde, wie die Babys getragen wurden, wie gestillt wurde usw. Fragen Sie: „Welche dieser Sitten sollte es heute noch geben?“

Sport / Tanz

Drücken Sie im Tanz Einfachheit aus.

Experimentieren Sie damit, beim Tanzen oder Spielen einfach zu bleiben. Denken Sie nicht viel, halten Sie den Geist frei, seien Sie im gegenwärtigen Moment. Wie wirkt sich das aufs Spiel aus? Macht es Ihnen dann mehr Spaß?

FREIHEIT



***Innere Freiheit heißt, über sich
und andere positiv denken.***

KAPITEL 11 - FREIHEIT

Reflexionspunkte..... 398

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde	Freiheit und unsere Geschichte	400
2. Stunde	Sketche - Kampf für Freiheit.....	402
3. Stunde	Allgemeine Erklärung der Menschenrechte	403
4. Stunde	Freiheit für alle.....	403
5. Stunde	Pflichten für alle	404
6. Stunde	Innere Freiheit.....	404
7. Stunde	Gedichte und Symbole zu innerer Freiheit.....	406
8. Stunde	Missbrauch von Freiheiten.....	407
9. Stunde	Freiheit und der junge Erwachsene	409
10. Stunde	Freiheitsverletzungen.....	410
11. Stunde	Ein Gedicht oder eine Geschichte	412

Themenbereiche

Sprache/ Literatur	414
Geschichte/ Sozialkunde.....	415
Naturwissenschaft	416
Kunst	417
Musik.....	417
Hauswirtschaft.....	418
Sport / Tanz.....	418

Reflexionspunkte zum Thema Freiheit

- ◆ Freiheit wohnt im Geist und im Herzen.
- ◆ Die Menschen wollen die Freiheit, ein sinnvolles Leben führen zu können und mit Kopf, Herz und Hand ihr Leben zu ihrem und ihrer Kinder Wohl und Wachstum selbst zu gestalten.
- ◆ Fälschlicherweise denken viele, unter dem Deckmantel der Freiheit unbeschränkt tun zu können, was, wann und mit wem auch immer sie möchten. Dieses Konzept ist irreführend und ein Missbrauch von Wahlfreiheit.
- ◆ Wirkliche Freiheit wird gelebt und erfahren, wenn bestimmte Parameter definiert und verstanden werden. Parameter werden durch das Prinzip bestimmt, dass jeder Mensch dieselben Rechte hat. So ist das Recht auf Frieden, Glück und Gerechtigkeit das Geburtsrecht jedes Menschen, ungeachtet seiner Religion, Kultur oder seines Geschlechts.
- ◆ Die Rechte eines anderen zu verletzen, um sich, seine Familie oder Nation zu befreien, ist ein Missbrauch von Freiheit. Dieser richtet sich normalerweise gegen einen selbst und führt schließlich zu Zwang und Unterdrückung, sowohl für das Opfer als auch für den Täter.
- ◆ Wirkliche Freiheit ist nur möglich, wenn sowohl Rechte und Pflichten als auch Wahlfreiheit und Gewissen ausgewogen sind.
- ◆ Bei innerer Freiheit sind Geist, Intellekt und Herz frei von Verwirrung und Komplikationen, die aus Negativität entstehen.
- ◆ Innere Freiheit wird erfahren, wenn man über alle positiv denkt – auch über sich selbst.
- ◆ Freiheit ist ein anhaltender Prozess. Wie können wir ihn in Gang setzen und am Laufen halten?

- ◆ Weltverwandlung beginnt mit Selbstverwandlung. Die Welt wird nicht frei von Krieg und Ungerechtigkeit sein, solange die einzelnen selbst nicht befreit sind.
- ◆ Das Gewissen ist die wirksamste Kraft, um inneren und äußeren Kriegen ein Ende zu setzen. Jede freie Handlung, die vom Gewissen geleitet wird, ist befreiend, stärkend und erhebend.

Allgemeines

Lieder lassen eine ganz besondere Atmosphäre entstehen, in der ein Wert erfahren werden kann. Das Werte-Planungs-Team könnte täglich zu jedem Themengebiet ein passendes Lied aussuchen. Wählen Sie Lieder aus, die den Schülern gefallen und altersgemäß sind. Freiheit ist ein Wert, der sich wunderbar dafür eignet, traditionelle Lieder von Naturvölkern zu erlernen.

Unterrichtsstunden zum Thema Freiheit

1. STUNDE

Freiheit und unsere Geschichte

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied über Freiheit.

Untersuchen Sie anhand von Fragen und einer Diskussion mit der ganzen Klasse allgemeine Konzepte zum Thema Freiheit:

- Was ist Freiheit?
- Welche Freiheiten sollten eurer Meinung nach alle Menschen haben? Erstellt eine Liste.
- Welches waren die wichtigsten Ereignisse im Kampf für die Freiheit in diesem Land? (Vielleicht leben Sie in einem Land, in dem es keinen Freiheitskampf gab. Fragen Sie in diesem Fall die Schüler nach dem zunehmenden Verständnis von Freiheit, welches allmählich entstanden ist. So verfügten beispielsweise Männer über Rechte, die den Frauen zunächst vorenthalten wurden.)

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel oder auf ein Plakat:

- ◆ Freiheit wohnt im Geist und im Herzen.
- ◆ Die Menschen wollen die Freiheit, ein sinnvolles Leben führen zu können und mit Kopf, Herz und Hand ihr Leben zu ihrem und ihrer Kinder Wohl und Wachstum selbst zu gestalten.
- ◆ Fälschlicherweise denken viele, unter dem Deckmantel der Freiheit unbeschränkt tun zu können, was, wann und mit wem auch immer sie möchten. Dieses Konzept ist irreführend und ein Missbrauch von Wahlfreiheit.
- ◆ Wirkliche Freiheit wird gelebt und erfahren, wenn bestimmte Parameter definiert und verstanden werden. Parameter werden

durch das Prinzip bestimmt, dass jeder Mensch dieselben Rechte hat. So ist das Recht auf Frieden, Glück und Gerechtigkeit das Geburtsrecht jedes Menschen, ungeachtet seiner Religion, Kultur oder seines Geschlechts.

- ◆ Die Rechte eines anderen zu verletzen, um sich, seine Familie oder Nation zu befreien, ist ein Missbrauch von Freiheit. Dieser richtet sich normalerweise gegen einen selbst und führt schließlich zu Zwang und Unterdrückung, sowohl für das Opfer als auch für den Täter.

Übung

Lassen Sie die Schüler einen Freiheitskampf aus der Geschichte des Landes wählen und vergegenwärtigen. Es kann sich um ein aktuelles Thema handeln oder auch um eine Zeit in der Vergangenheit, wie z. B. Sklaverei, Unabhängigkeit, Errichtung eines neuen Staates, Bürgerrechte usw. Auf Wunsch können Kleingruppen gebildet werden, die jeweils andere Aspekte derselben Epoche oder anderer Epochen untersuchen könnten. Fordern Sie die Schüler zum Diskutieren auf:

- Welche Rechte wurden den Menschen nach deren Meinung vorenthalten?
- Welche Arten von Freiheit wollten sie?
- Warum wollten sie diese Freiheiten?
- Was hatten die Machthaber davon, den anderen Menschen diese Freiheiten vorzuenthalten?
- Handelte die machthabende Gruppe unter der falschen Prämisse von Freiheit: „Wir können tun, was, wann und mit wem wir möchten“?
- Welcher Reflexionspunkt unterstützt das Konzept von Freiheit für alle?

- Haltet ihr das für möglich?

Bitten Sie jede Gruppe, die fünf Reflexionspunkte auf ihre Epoche anzuwenden.

Sketch: Jede Gruppe soll einen Sketch zum Thema Freiheit entwickeln und dabei einen der Reflexionspunkte verwenden. Dieser Sketch soll in der nächsten Stunde aufgeführt werden. (Dafür kann mehr als eine Unterrichtsstunde nötig sein.)

2. STUNDE

Sketche - Kampf für Freiheit

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied.

Lassen Sie jede Gruppe ihren Sketch aufführen und der Klasse dann mitteilen, was sie dabei gelernt haben. Fragen Sie nach den Gefühlen aller Spieler, die sich unterdrückt fühlten.

Diskutieren Sie mit der gesamten Klasse:

- Welche dieser Freiheiten haben wir derzeit?
- Welche anderen Freiheiten haben wir?
- Gab es in diesen Sketchen irgendwelche Beschränkungen oder Unterdrückung für den Täter bzw. für das Opfer? Wenn ja, welche? (Erstellen Sie für beide eine Liste.)
- Worin lagen die Vorteile für die Täter?
- Warum wollten sie sich eurer Meinung nach diese Vorteile verschaffen?
- Denkt ihr, dass das fair oder gerecht ist?
- Gestern habt ihr eine Liste der Freiheiten erstellt, die eurer Meinung nach jeder haben sollte. Denkt ihr, dass es noch andere Freiheiten gibt, die alle Menschen haben sollten? Ergänzt eure Liste.

3. STUNDE

Allgemeine Erklärung der Menschenrechte

Erlernen Sie ein traditionelles Lied zum Thema Freiheit.
Untersuchen Sie die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte.

4. STUNDE

Freiheit für alle

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied oder führen Sie eine Entspannungs-/ Konzentrationsübung durch.

Besprechen Sie die Reflexionspunkte:

- ◆ Wirkliche Freiheit ist nur möglich, wenn sowohl Rechte und Pflichten als auch Wahlfreiheit und Gewissen ausgewogen sind.
- ◆ Das Gewissen ist die wirksamste Kraft, um innere und äußere Kriege zu beenden. Jede freie Handlung, die vom Gewissen geleitet wird, ist befreiend, stärkend und erhebend.

Übung

Die Schüler sollen in Kleingruppen zunächst die Liste in Bezug auf die Reflexionspunkte noch einmal durchsprechen und danach die Freiheiten für alle künstlerisch präsentieren. Verletzt irgendeine der Freiheiten, die sie aufgeführt haben, die Freiheiten anderer?

5. STUNDE

Pflichten für alle

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied.

Zeigen Sie die Reflexionspunkte der vorangegangenen Stunde.

Übung

Bilden Sie dieselben Kleingruppen wie in der letzten Stunde und lassen Sie jede Gruppe eine Liste der Pflichten erstellen, die den Gegenpol zu den „Rechten“ oder Freiheiten aus ihrer künstlerischen Präsentation bilden. Integrieren Sie diese Pflichten in die Präsentation oder erstellen Sie ein zusätzliches Plakat.

6. STUNDE

Innere Freiheit

Fragen Sie:

- Was ist innere Freiheit?
- Wie fühlt sich innere Freiheit an?
- Wann fühlt ihr euch am freisten?
- Welche Gedanken machen euch frei?
- Welche Gedanken führen bei euch dazu, dass ihr euch eingeschränkt oder negativ fühlt?
- Wie entwickeln wir unser eigenes Gefühl von innerer Freiheit?
- Welche Menschen kennt ihr, die zwar materiell und körperlich alle Freiheiten besitzen, sich jedoch nicht frei fühlen?

- Welche Menschen sind ein Beispiel für innere Freiheit trotz physischer Unfreiheit?

Lesen oder erzählen Sie eine Geschichte über einen Menschen, der sich in Haft befand und sich trotzdem innerlich frei fühlte. Oder fordern Sie Schüler dazu auf, solch eine Geschichte zu lesen.

Diskutieren Sie die Reflexionspunkte:

- ◆ Bei innerer Freiheit sind Geist, Intellekt und Herz frei von Verwirrung und Komplikationen, die aus Negativität entstehen.
- ◆ Innere Freiheit wird erfahren, wenn man über alle positiv denkt – auch über sich selbst.
- ◆ Freiheit wohnt im Geist und im Herzen.

Entspannungs-/ Konzentrationsübung zum Thema Freiheit

„Ich entspanne mich und lasse meinen Geist frei ... Ich stelle mir vor, ich fliege durch die Luft ... wie ein Vogel ... gleitend ... mühelos... ich fühle mich frei und leicht ... ich fühle die warmen Sonnenstrahlen auf meinem Rücken ... ich bin vollkommen frei ... ich lasse alle Sorgen los und fühle mich innerlich leicht ... als ob es keinen Anker gäbe ... ich stelle mir eine Welt von Freiheit vor ... in der jeder frei ist ... und zufrieden ... und glücklich ... Menschen spielen und arbeiten in vollkommener Harmonie ... jeder respektiert den Raum und die Zeit des anderen ... es herrscht Respekt und Liebe für jeden ... jeder ist frei in seiner Wahl ... und ausgeglichen ... jeder schätzt seine eigene innere Schönheit ... und die des anderen ... Mit diesem freien Geist fliege ich zurück in die Gegenwart ... und fühle mich innerlich leicht.“

- Nach einem Beitrag von Sue Emery

Übung

Lassen Sie die Schüler über die Augenblicke schreiben, in denen sie sich frei fühlten. Bitten Sie jeden Schüler, vor Unterrichtschluss einen „befreienden Gedanken“ an die Tafel zu schreiben.

Hausaufgabe: Sucht ein Gedicht, ein Bild, ein Symbol oder einen Gegenstand heraus, welches/r das Gefühl von innerer Freiheit darstellt oder vermittelt. Bringt es zur nächsten Stunde mit.

7. STUNDE

Gedichte und Symbole zu innerer Freiheit

Fangen Sie die Stunde mit der Entspannungs-/ Konzentrationsübung zu Freiheit an.

Austausch:

Bitten Sie die Schüler, ihre mitgebrachten Gedichte, Bilder oder Symbole zu zeigen, die ein Gefühl innerer Freiheit darstellen oder vermitteln.

Übung

Schreibt ein Gedicht über Freiheit oder einen Aufsatz, der den Zustand von Sorge oder Belastung dem Zustand innerer Freiheit gegenüber stellt.

Zusatzübung: Kleingruppen können ein Freiheitslied komponieren und der Klasse vorführen. Es kann als ein Rap Song oder mit traditioneller Liedmelodie vorgeführt werden.

8. STUNDE**Missbrauch von Freiheiten**

Sprechen Sie über folgenden Reflexionspunkt und stellen Sie anschließend folgende Fragen:

- ◆ Fälschlicherweise denken viele, unter dem Deckmantel der Freiheit unbeschränkt tun zu können, was, wann und mit wem auch immer sie möchten. Dieses Konzept ist irreführend und ein Missbrauch von Wahlfreiheit.
- An welche Handlungen denkt ihr, wenn ihr diesen Reflexionspunkt lest?
- Fühlen sich einige in eurem Alter so?
- Wie handeln einige Menschen und missbrauchen damit das Konzept von Freiheit? Nennt einige entsprechende Situationen.
- Warum handeln diese Menschen so? (Eine Möglichkeit: Wenn sich Menschen nicht wertgeschätzt, respektiert oder kraftvoll fühlen, so versuchen sie, sich durch das Verletzen der Rechte anderer mächtig zu fühlen.)
- Liegt die Wahl, sich so zu verhalten bei ihnen oder nicht? (Ja.)
- Denkt ihr, dass ihre Wahl zu diesem Zeitpunkt auf Unwissenheit, ihrer Herkunft oder mangelndem Bewusstsein beruhte?
- Kennt ihr Menschen, die sich so verhalten haben, sich dann aber geändert haben?
- Was würde es Menschen, die das Konzept der Freiheit missbrauchen, nützen, wenn sie lernen?

Übung

Die Schüler sollen in Kleingruppen Ratschläge für diejenigen entwickeln, die das Konzept der Freiheit missbrauchen. Sie sollten dabei die Umstände genau definieren, so dass ihr Ratschlag die größtmögliche Bedeutung gewinnt. Lassen Sie die Schüler in Rollenspielen den entsprechenden Menschen Ratschläge geben. Jede Gruppe sollte dann ihre Kommunikation genau untersuchen. Was sind mögliche Konsequenzen? Haben sie so kommuniziert, dass das, was sie rüberbringen wollten, auch ankommt, d. h. dass sie mit ihren Ratschlägen den anderen sowohl emotional als auch intellektuell erreicht haben? Wenn nicht, fordern Sie die Schüler dazu auf, eine andere Methode positiver und klarer Kommunikation auszuprobieren. Jede Gruppe kann dann der Klasse ihre wirkungsvollste Interaktion zeigen.

Sprechen Sie im Anschluss daran und falls es passt über die Realität, dass einige Menschen nicht bereit sind, die Botschaft zu hören. Fragen Sie: „Wann ist es wichtig, die Botschaft zu vermitteln?“ „Wann ist es besser, die Botschaft nicht zu vermitteln?“ (beispielsweise wenn dadurch jemand anderes verletzt wird, oder wenn derjenige, der die Freiheit missbraucht, sich dadurch noch schlimmer verhält.) Sprechen Sie über das bekannte Sprichwort: „Gib mir die Gelassenheit, Dinge zu akzeptieren, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann und die Weisheit, den Unterschied zu erkennen.“

Spielen Sie zum Abschluss der Stunde ein Lied über Freiheit und eins über Liebe.

9. STUNDE

Freiheit und der junge Erwachsene

Beginnen Sie die Stunde mit der Entspannungs-/ Konzentrationsübung zum Thema Freiheit (siehe 6. Std.).

Fragen Sie:

- Welche Freiheiten habt ihr als junge Erwachsene?
- Welche Pflichten gehen mit diesen Freiheiten einher?
- Welche Freiheiten erwartet ihr als Erwachsene?
- Welche Pflichten gehen mit diesen Freiheiten einher?
- Welchen Herausforderungen begegnet man bei der Erlangung dieser Freiheiten?
- Auf welche Weise haben sich während eures bisherigen Lebens Freiheiten und Pflichten verändert? Welche Freiheiten und welche Pflichten hattet ihr, als ihr Babys, Kleinkinder oder ältere Kinder wart?
- Welche Freiheiten würdet ihr als Eltern euren Teenagern gewähren?
- Hättet ihr als Eltern irgendwelche Bedenken in Bezug auf die „Freiheiten“, die euer Teenager gern hätte? Welche?
- Welche Erfahrungen habt ihr mit „Freiheiten“ und Vertrauen gemacht? Glaubt ihr, dass Eltern ihren Teenagern mehr „Freiheiten“ gewähren würden, wenn sich diese verantwortungsbewusst verhalten würden?
- Man erschafft sich Vertrauen, wenn man das tut, was man sagt. Was führt noch zu Vertrauen?

Übung

Kleingruppen können anschließend ein oder zwei dieser Fragen näher untersuchen. Sie können Ihnen auch vorschlagen, eine altersbezogene Skala über die Entwicklung von Freiheiten und Pflichten zu erstellen.

10. STUNDE

Freiheitsverletzungen

Schreiben Sie die folgenden Reflexionspunkte an die Tafel:

- ◆ Die Menschen wollen die Freiheit, ein sinnvolles Leben zu führen und mit Kopf, Herz und Hand ihr Leben zu ihrem und ihrer Kinder Wohl und Wachstum selbst zu gestalten.
- ◆ Wirkliche Freiheit wird gelebt und erfahren, wenn bestimmte Parameter definiert und verstanden werden. Parameter werden durch das Prinzip bestimmt, dass jeder Mensch dieselben Rechte hat. So ist ungeachtet von Religion, Kultur oder Geschlecht das Recht auf Frieden, Glück und Gerechtigkeit das Geburtsrecht jedes Menschen.

Fragen Sie:

- Sowohl in Gesellschaften mit vielen als auch mit nicht so vielen Freiheiten kann Wahlfreiheit eingeschränkt sein. Welche äußeren Faktoren können die individuellen Wahlmöglichkeiten begrenzen? (Beispielsweise Gesundheit und Wohlstand.)
- Einige Menschen erfahren sehr starke Freiheitsbeschränkungen. So ist es einigen Flüchtlingen beispielsweise nicht erlaubt, ihre Lager zu verlassen. Wie würdet ihr euch in ihrer Lage fühlen?

- Welche Wahlfreiheit hat jeder Mensch, auch wenn er sich in solch extremen Umständen wie in einem Flüchtlingslager befindet? (Mögliche Antworten könnten sein: Freiheit, nett oder aggressiv zu sein; die Freiheit, die innere Würde aufrecht zu erhalten; die Freiheit, liebevoll zu sein; die Wahl, innere Freiheit zu erfahren.)
- Habt ihr jemals die Erfahrung gemacht, dass eure Freiheiten verletzt wurden?
- Inwiefern?
- Welche Freiheiten hättet ihr gern?
- Sind diese unter den derzeitigen Umständen möglich? (Vielleicht nicht. Siehe unten angeführte Anmerkung an den Lehrer.)
- Was sind die Einschränkungen?
- Wäre es möglich, kleine konstruktive Veränderungen (sicher) vorzunehmen oder sich (sicher) in Richtung Veränderung zu bewegen?
- Wie könnt ihr auf positive Weise mit den derzeitigen Umständen umgehen und mehr innere Freiheit und Zufriedenheit erfahren?

Anmerkung für den Lehrer

Das könnte in Ländern mit Freiheitsbeschränkungen für alle oder für einzelne Bevölkerungsgruppen ein heikles Thema sein. Es kann sich um heikle Bereiche oder Beschränkungen in Bezug auf Politik, Kultur oder familiäre Umstände handeln. Es ist wichtig, den jungen Erwachsenen dabei zu helfen, konstruktiv zu sein. Helfen Sie ihnen dabei, im Rahmen der Zeit und ihrer besonderen Situation ihre Frustrationen zu formulieren – und zu erkennen, welchen Fortschritt sie gerade in eine bestimmte Richtung machen.

Übung

Wenn sich die Schüler tiefer auf o. g. Fragen einlassen und einige sehr reale Probleme besprechen möchten, dann geben Sie Ihnen die Möglichkeit, Kleingruppen zu bilden, Situationskarten zu entwerfen und vernünftige und positive Wege zu finden, mit den vorhandenen Gegebenheiten umzugehen. Fragen Sie dann: „Was habt ihr aus diesen Situationen gelernt?“ „Welche Freiheiten sind eurer Meinung nach wichtig?“ „Was können wir tun, um auch anderen diese Freiheiten zu gewähren?“

Übung

Wenn Sie in einem Land leben, in dem junge Erwachsene über alle möglichen Freiheiten verfügen, bitten Sie sie, ihre Ratschläge für diejenigen aufzuschreiben, die die Rechte anderer verletzen.

Oder untersuchen Sie Institutionen in Ihrem Land, die sich für die Einhaltung und für den Schutz bestehender Freiheiten einsetzen.

11. STUNDE

Ein Gedicht oder eine Geschichte

Besprechen Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Freiheit ist ein anhaltender Prozess. Wie können wir ihn in Gang setzen und am Laufen halten?
- ◆ Weltverwandlung beginnt mit Selbstverwandlung. Die Welt wird nicht frei von Krieg und Ungerechtigkeit sein, solange die einzelnen selbst nicht befreit sind.

Übung

Schreiben Sie Gedichte oder Geschichten zum Thema „Ich glaube an Freiheit, weil ...“.

Lesen Sie Gedichte, Geschichten und Lieblingszitate zum Thema Freiheit vor.

Beenden Sie die Stunde mit einer Entspannungs-/ Konzentrationsübung zum Thema Freiheit.

Passende Einheit zum Thema:

Von der Konfliktlösung zur Lösungsfindung

Nehmen wir an, es gibt an der Schule einen Konflikt mit unterschiedlichen Vorstellungen oder Verhaltensweisen der Schüler, die für die Vorstellungen oder Verhaltensweisen anderer keinen Raum lassen – auf körperlicher oder geistiger Ebene.

Es kann sich beispielsweise um ein Problem bei der Raum- oder Mittelverteilung handeln.

Hören Sie den Bedürfnissen der anderen zu. Erwähnen Sie dann den Reflexionspunkt: Alle Menschen haben das Recht, frei zu sein. Damit alle frei sind, muss jeder die Rechte des anderen respektieren.

Sagen Sie den Schülern, dass sie ihren Kopf nicht nur zur Konfliktlösung einschalten sollten, sondern dazu, etwas Besseres zu kreieren. Lassen Sie die Schüler deshalb einige Minuten innehalten und sich genau vorstellen, was sie möchten, und welche die bestmögliche Lösung wäre. Fragen Sie dann:

- Was möchtet ihr?
- Was ist gut für euch?
- Welche bestmögliche Lösung habt ihr euch vorgestellt?
- Ist diese Lösung auch gut für andere?

- Ist sie durchführbar?
- Stimmen wir alle dieser Lösung zu?
- Was benötigen wir, um sie umzusetzen?
- Was braucht ihr?
- Wie macht ihr es?

Entwickeln Sie Lösungen, die den Bedürfnissen aller entsprechen. Diese Vorgehensweise kann sich mit der Zeit entwickeln, wenn die Schüler lernen, ihren Geist kreativ und konstruktiv zu nutzen. Die Schritte, die dabei eine Rolle spielen, sind: vorstellen, mitteilen, verhandeln, akzeptieren und entscheiden, wie der Plan dann praktisch umgesetzt werden soll.

- Auf Grundlage eines Beitrags von Pilar Quera Colomina

Sprache/ Literatur

Untersuchen Sie das Thema Freiheit, während Sie Schreibtechniken unterrichten. Verwenden Sie dabei die Reflexionspunkte als Ansatzthemen.

Im Literaturunterricht könnten die Schüler Autobiographien über Persönlichkeiten ihres Landes oder aus aller Welt lesen, die sich für Freiheit eingesetzt haben.

Beispiele hierfür sind „*Der lange Weg zur Freiheit*“ von Nelson Mandela oder „*Das Buch der Freiheit: Die Autobiographie des Friedensnobelpreisträgers*“ vom Dalai Lama. Oder lassen Sie die Schüler:

- Volksmärchen oder berühmte Reden über Freiheit lesen.
- Ihre Lieblingszitate zum Thema Freiheit heraus suchen.
- Ein Gedicht zum Thema Freiheit schreiben.

Schreiben Sie eine Geschichte oder einen Essay aus der Perspektive einer historischen Figur.

Lesen Sie eine Geschichte oder ein Gedicht zum Thema Freiheit – das kann ihr Lieblingsgedicht/-geschichte sein, ein Werk aus dem Kulturkreis der Schüler oder aus dem Lehrplan.

Schreiben Sie ein persönliches Essay zum Thema: „Ich habe die Freiheit ...“.

Ein Debattierclub könnte das Thema Freiheit in einem ihrer Diskussionen aufgreifen. Sie könnten dabei einige der o. g. Reflexionspunkte zu Grunde legen.

Diskussion: Freiheit ist ein anhaltender Prozess. Wie können wir ihn in Gang setzen und am Laufen halten?

Jeder Mensch ist in Wahrheit frei.

Geschichte/ Sozialkunde

Der Wert Freiheit kann sehr leicht in den normalen Lehrplan eingebunden werden, da viele geschichtliche Ereignisse den Menschheitskampf zeigen, einen Tyrannen zu stürzen und Bürger- und Menschenrechte zu erlangen. Eine Diskussion um Rechte und Freiheiten, Unterdrückung und die damit verbundenen Methoden könnte in diesen Unterrichtsstunden passend sein. Der Lehrer könnte bei Schlüsselwörtern die Schüler fragen, welche Rechte ihrer Meinung nach den Menschen vorenthalten wurden und welche Rechte die Menschen anstrebten. Personalisieren Sie den Geschichtsunterricht, indem sich die Schüler in die Lage der unterdrückten Menschen versetzen.

- Warum wollten sie diese Freiheiten?
- Inwiefern profitiert die Gruppe, die den Menschen die Freiheiten vorenthalten hat?
- Wurden von beiden Gruppen Unterdrückungsformen verwendet?
- Wie hat sich die Unterdrückung bis heute auf diese Gruppe ausgewirkt?

Ein Blick auf viele Arten von Freiheit könnte bei der Untersuchung der Verfassung eines bestimmten Landes relevant sein.

- Hat das Land, welches die Unabhängigkeit erlangt hat, die Rechte, für die es gekämpft hat, seinem Volk und den Immigranten übertragen?
- Sind bei der Entwicklung der Freiheit in diesem bestimmten Land Muster erkennbar?
- Hat die Meinungsfreiheit Veränderungen in der Geschichte vorangetrieben?
- Welche Freiheiten bietet dieses Land im Vergleich zu anderen Ländern?
- Verfügt jeder in dieser Gesellschaft über die Freiheiten oder lediglich eine ausgewählte Gruppe?
- Welche sozialen Faktoren steigern bzw. mindern den Freiheitsgrad in einer Gesellschaft?

Schülergruppen könnten beide Seiten eines historischen Kampfes untersuchen, Perspektiven für jede Gruppe entwickeln und ihre Ergebnisse der Klasse vorstellen. Sie können die Gesichtspunkte der Menschen jener Zeit in einem Sketch darstellen. Diskutieren Sie nach der Präsentation, welche dieser Freiheiten in ihrem Land derzeit existieren. Fragen Sie: „Welche anderen Freiheiten haben wir? Welche Freiheiten sollten eurer Meinung nach alle Menschen haben?“

Naturwissenschaft

Diskussion: Welche Freiheitsräume hat die Naturwissenschaft der Menschheit eröffnet? (Freiheit von Seuchen durch Medizin und Mikrobiologie, Licht durch Elektrizität usw.) „In welcher Hinsicht jedoch hat die Naturwissenschaft gegen Freiheiten verstoßen?“

Kunst

Gestalten Sie ein Wandgemälde zum Thema Freiheit. Mögliche Unterthemen: Freiheit für Kinder durch Menschenrechte, der Kampf für Freiheit im eigenen Land usw.

Malen Sie die Erfahrung innerer Freiheit.

Entwerfen Sie einen Comic zum Thema „Der Marsch zur Freiheit“.

Gemälde der Freiheit: Jeder Schüler soll nun ein großes Papier an die Wand heften, welches etwas größer ist als er selbst. Nun sollen die Schüler sich vorstellen, sie seien ein kleiner Samen, der am Boden dieses Papiers eingepflanzt wird. Geben Sie folgende Anweisung: „Malt und fühlt dabei, wie ihr wachst und eine wunderschöne Pflanze werdet. Drückt während des Malens eure inneren Gefühle aus, wachst und dehnt euch über das gesamte Papier aus.“ Geben Sie ihnen große Pinsel oder erlauben Sie den Schülern, mit ihren Händen oder einem Stück Stoff, welches sie in die Farbe tunken, zu malen.

- Nach einem Beitrag von Eleanor Viegas

Musik

Schlagen Sie den Rhythmus, der ihrer Meinung nach Freiheit darstellt. „Durch welche Musik fühlt ihr euch frei? Spielt sie!“

Fragen Sie: „Welche Musik in unserem Kulturkreis drückt die Sehnsucht nach Freiheit aus?“ (Oder auch in einem anderen Kulturkreis, wenn es hier diese Art von Musik nicht gibt.)

Entwickeln Sie ein Lied über Freiheit.

Hauswirtschaft

Erstellen Sie mit der Klasse einen Flickenteppich zum Thema „Freiheit im Leben“.

Denken Sie gemeinsam über das Freisein von Wünschen nach. Fragen Sie: „Welche hauswirtschaftlichen Fähigkeiten werden in einer Zeit des Überflusses angewendet und welche kommen in einer Zeit von Kampf und Knappheit zum Vorschein?“

Fragen Sie: „Welche Freiheiten möchten wir als die Hüter unseres Hauses gern haben?“

Diskutieren Sie die letzten zwei Reflexionspunkte zum Thema Freiheit. Fragen Sie: „Wie können wir dazu beitragen, dass kleine Kinder auf gesunde Weise innere Freiheit erfahren?“

Sport / Tanz

Üben Sie bei Spielen oder Sportübungen das Gefühl von Freiheit. Seien Sie „im Moment“ – ohne Leistungsdruck, konzentriert, leicht, mit sich zufrieden.

Entwickeln Sie einen Tanz zum Thema Freiheit.

Schülergruppen können eine „lebende Skulptur“ aufstellen oder einen Tanz entwickeln, der innere Freiheit zum Ausdruck bringt.

EINHEIT



***Harmonie in mir trägt
zur Einheit einer Gruppe bei.***

KAPITEL 12 - EINHEIT

Reflexionspunkte..... 424

Inhaltsverzeichnis

1. Stunde Von der Natur lernen..... 425

2. Stunde Gemeinsame Feinde 427

3. Stunde Probleme, Anti-Werte und Meinungen 428

4. Stunde Fähigkeit zur Einheit beim Malen 429

5. Stunde Einheit bei einem gemeinsamen Ziel.....431

6. Stunde Der Geist der Einheit wird in die Tat umgesetzt .. 432

7. Stunde Qualitäten 434

Themenbereiche

Sprache/ Literatur 435

Geschichte/ Sozialkunde..... 436

Naturwissenschaft 436

Wirtschaft..... 437

Kunst 437

Musik..... 437

Hauswirtschaft..... 438

Sport / Tanz..... 439

Reflexionspunkte zum Thema Einheit

- ◆ Einheit ist die Harmonie im Selbst und innerhalb einer Gruppe.
- ◆ Einheit entsteht aus einer gemeinsamen Vision, einer Hoffnung, einem altruistischen Ziel oder dem Einsatz für eine gute Sache.
- ◆ Einheit macht schwierige Aufgaben leicht.
- ◆ Die Stabilität der Einheit entsteht durch den Geist der Gleichheit und Einigkeit. Die Großartigkeit von Einheit besteht darin, dass jeder respektiert wird.
- ◆ Bei Einheit erfährt man Kooperation, die Begeisterung für die Aufgabe wächst und die Atmosphäre wird kraftvoll.
- ◆ Wenn man in Harmonie mit sich ist, kann man stabil bleiben und effektiver in einer Gruppe arbeiten.
- ◆ Einheit wird aufrecht erhalten durch die Bündelung von Energie, durch Akzeptanz und Wertschätzung eines jeden Teilnehmers und dessen Leistungen sowie durch Loyalität untereinander und der Aufgabe gegenüber.
- ◆ Einheit inspiriert zu einem stärkeren persönlichen Beitrag der einzelnen und zu einem besseren Gesamtergebnis aller Beteiligten.
- ◆ Schon ein falscher Ton kann die Einheit zerstören. Respektlose Verhaltensweisen wie Unterbrechen, destruktive oder zuviel Kritik, Überwachung oder Kontrolle anderer beeinträchtigen die Beziehungen immens.
- ◆ Einheit erschafft ein Zusammengehörigkeitsgefühl und steigert das Wohlbefinden aller.
- ◆ Könnte die Menschheit in Einheit leben, würden ihre Feinde, wie Bürgerkrieg, ethnische Konflikte, Armut, Hunger und die Verletzung der Menschenrechte verschwinden.
- ◆ Um Einheit in der Welt entstehen zu lassen, muss jeder einzelne die Menschheit als seine Familie ansehen und sich auf positive Ziele und Werte konzentrieren.

Allgemeines

Lieder lassen eine ganz besondere Atmosphäre entstehen, in der ein Wert erfahren werden kann. Das Werte-Planungs-Team könnte täglich zu jedem Themengebiet ein Lied aussuchen. Wählen Sie Lieder aus, die die Schüler ansprechen und die altersgemäß sind. Der Wert Einheit eignet sich wunderbar dafür, traditionelle Lieder von Naturvölkern zu erlernen.

Führen Sie von Zeit zu Zeit auch eine Entspannungs-/Konzentrationsübung durch.

Unterrichtsstunden zum Thema Einheit

1. STUNDE

Von der Natur lernen

Untersuchen Sie die allgemeinen Konzepte von Einheit und diskutieren Sie die folgenden Reflexionspunkte:

- ◆ Einheit ist die Harmonie in einem selbst und innerhalb einer Gruppe.
- ◆ Einheit entsteht aus einer gemeinsamen Vision, einer Hoffnung, einem altruistischen Ziel oder dem Einsatz für eine gute Sache.

Tragen Sie Geschichten über Tiere zusammen oder untersuchen Sie das Verhalten der Tiere, die einen ausgeprägten Sinn für Einheit haben, wie beispielsweise Gänse, Delfine oder Elefanten. Es gibt sehr viele wahre Geschichten über Delfine, die Menschenleben gerettet haben. Eine erzählt, wie ein Schwarm Delfine viele Kilometer geschwommen ist, um einen Mann, der Schiffbruch erlitten hatte, auf ein Floß zu schubsen. Sie bewegten das Floß gemeinsam voran, indem sie es immer abwechselnd mit ihren Schnauzen anstießen. Wenn einer der Delfine müde war,

wurde er von einem anderen abgelöst. Die Delfine waren vereint in ihrem Ziel, diesen Mann zu retten. Sie schwammen immer im Schwarm, und wenn andere müde wurden, übernahmen die Fittesten von ihnen die Arbeit. So wechselten sie sich auf einer Strecke von vielen Kilometern ab, bis sie in die Nähe eines kleinen Dorfes kamen und der Mann sicher ans Ufer schwimmen konnte.

Elefanten sind dem Menschen sehr ähnlich. Sie haben eine Lebenserwartung von siebzig bis achtzig Jahren. Elefanten lieben ihre Jungen sehr, und wenn Elefanten, die im Dschungel leben, von einem Tiger oder einem Löwen bedroht werden, bilden die großen Elefanten um die jungen Elefanten einen Kreis. Die ausgewachsenen Elefanten stehen mit ihrem Gesicht nach außen, so dass sie die kleinen beschützen und sicher halten können. Wenn sich dann ein Tiger nähert, schnappen sie ihn mit ihrem Rüssel und schleudern ihn weg. Die Elefanten sind vereint, sie handeln vereint für ein gemeinsames Ziel.

Übung

Teilen Sie die Klasse in mehrere Gruppen ein, wobei sich jede Gruppe mit einem anderen Tier beschäftigen soll, das bekannt dafür ist, sich gut um seine Jungen zu kümmern. Sprechen Sie dann über die folgenden Reflexionspunkte und beziehen Sie dabei diese Tierstudien mit ein:

- ◆ Einheit erschafft ein Zusammengehörigkeitsgefühl und steigert das Wohlfühl aller.
- ◆ Die Stabilität der Einheit entsteht durch den Geist der Gleichheit und Einigkeit. Die Großartigkeit von Einheit besteht darin, dass jeder respektiert wird.

Austausch:

Nach ihren Studien können die Gruppen miteinander besprechen, welche Lektion die Tiere der Menschheit beibringen können.

2. STUNDE**Gemeinsame Feinde**

Diskutieren Sie folgende Reflexionspunkte:

- ◆ Könnte die Menschheit in Einheit leben, würden ihre Feinde, wie Bürgerkrieg, ethnische Konflikte, Armut, Hunger und die Verletzung der Menschenrechte verschwinden.

Fragen Sie:

- In diesem Reflexionspunkt geht es um „gemeinsame Feinde“ der Menschheit. Nennt noch weitere.

Übung

Lassen Sie die Schüler zunächst eine Liste der dringlichsten Probleme in der Welt zusammenstellen, und dann eine Liste darüber, was die Welt braucht. Die Menschheit kann die Probleme nur dann lösen, wenn sie sich vereint.

Bilden Sie Kleingruppen, die sich jeweils ein Problem aus der Liste auswählen, Lösungen nennen und genau bestimmen sollen, welche Bevölkerungsgruppen, z. B. aus verschiedenen Wirtschaftszweigen, Firmen, Berufen, internationalen Institutionen usw., bei der Lösung dieses Problems zusammen arbeiten müssten. (Um beispielsweise eine bestimmte Krankheit wie Asthma zu bekämpfen, könnten Werbefirmen und Krankenhäuser zusammenarbeiten und Informationen über Asthma publizieren, während Firmen und Umweltschützer zusammen

arbeiten könnten, um die Verschmutzung, die zu Asthma führt, zu reduzieren. Oder, um die Wahrung der Menschenrechte zu verbessern und den Lebensstandard der Ärmsten der Welt zu verbessern, könnten sich die führenden Wirtschaftsbesitzer mit den Vertretern des Entwicklungsprogramms der Vereinten Nationen (UNDP) zusammenschließen, um Vorstandsvorsitzende von multinationalen Konzernen über die Wichtigkeit von Entwicklung und Menschenrechten aufzuklären.) Jede Gruppe hat die Aufgabe, eine Präsentation zu erstellen und sie mit entsprechenden Schaubildern zu illustrieren.

3. STUNDE

Probleme, Anti-Werte und Meinungen

Diskutieren Sie den folgenden Reflexionspunkt unter Berücksichtigung der in der letzten Stunde erstellten Liste über die Probleme und die „gemeinsamen Feinde“ der Welt.

- ◆ Um Einheit in der Welt entstehen zu lassen, muss jeder einzelne die Menschheit als seine Familie ansehen und sich auf positive Ziele und Werte konzentrieren.
- ◆ Welcher dieser „gemeinsamen Feinde“ würde verschwinden, wenn die Menschen der ganzen Welt die Menschheit als eine Familie betrachten würden, als Geschwister?
- ◆ Welche Schritte werden derzeit in der Welt unternommen, um dieses Ziel zu erreichen? (Städtepartnerschaften, kulturelle Austauschprogramme usw.)

Besprechen Sie nun die einzelnen Probleme, die in der letzten Stunde auf die Liste geschrieben wurden, und schreiben Sie sowohl die Anti-Werte, die das Problem verursachen, als auch die Werte und die positive Richtung zur Lösung jedes Problems auf.

Übung

Die Schüler bilden nun Kleingruppen und teilen die Welt-Probleme gleichmäßig unter sich auf. Sie sollen zunächst mit einer neuen Einstellung sowohl die Werte als auch die positive Richtung zur Lösung des Problems im Blick haben. Darauf hin sollen die Schüler sich für jedes Problem Slogans ausdenken, die sie auf langen Papierbahnen aufschreiben und im Klassenzimmer verteilen.

Zum Schluss sollen die Schüler einen großen Kreis bilden. Jeder Schüler soll nun eine der Einstellungen oder einen der Slogans laut aussprechen, die oder der für ihn am wichtigsten ist. Entsteht im Klassenzimmer ein Gefühl von Einheit? Warum?

4. STUNDE

Fähigkeit zur Einheit beim Malen

Diskutieren Sie folgende Reflexionspunkte:

- ◆ Einheit wird aufrecht erhalten durch die Bündelung von Energie, durch Akzeptanz und Wertschätzung eines jeden Teilnehmers und dessen Leistungen sowie durch Loyalität untereinander und der Aufgabe gegenüber.
- ◆ Bei Einheit erfährt man Kooperation, die Begeisterung für die Aufgabe wächst und die Atmosphäre wird kraftvoll.
- ◆ Schon ein falscher Ton kann die Einheit zerstören. Respektlose Verhaltensweisen wie Unterbrechen, destruktive oder zuviel Kritik, Überwachung oder Kontrolle anderer beeinträchtigen die Beziehungen immens.

Fragen Sie:

- Was ist Einheit?
- Wie fühlt sie sich an?
- Gehört der Respekt für andere, die Wertschätzung für ihre Arbeit, dem anderen zu helfen, sich aber nicht aufzudrängen, zur Einheit?
- Welche Gefühle oder inneren Einstellungen helfen uns dabei, etwas zur Einheit beizutragen?

Übung

Spielen Sie Musik, stellen Sie bunte Farben, Pinsel und ein langes Blatt Papier zur Verfügung. Die Schüler sollen dann in Stille einfach etwas kreieren, dabei der Musik zuhören und sich auf das Gefühl von Einheit konzentrieren. Halten Sie die Musik ab und zu an, als Zeichen für alle, einen Platz weiter nach rechts oder links zu rücken. Bitten Sie sie, ganz bewusst ein Gefühl von Einheit zu erschaffen.

- Beitrag von Linda Heppenstall

Austausch:

Als Abschluss sollen die Schüler über ihre Erfahrungen sprechen und sich dabei evtl. auf die vorab diskutierten Reflexionspunkte beziehen.

5. STUNDE

Einheit bei einem gemeinsamen Ziel

Spielen Sie zu Beginn der Stunde ein Lied und machen Sie eine Entspannungs-/Konzentrationsübung. Oder spielen Sie das Spiel „A RamShaSha“ (aus dem Kapitel Kooperation) oder ein anderes Bewegungsspiel.

Aufgabe: In dieser Stunde geht es darum, ein Ziel zu bestimmen und sich als Gruppe auf eine entsprechende Handlung zur Erreichung dieses Ziels zu einigen. Es muss eine Handlung sein, die für jeden gleich ist, eine Handlung, die jeder verrichten kann.

Übung

Lassen Sie die Schüler zunächst über das gemeinsame Ziel, die Hoffnungen oder Visionen sprechen, die ihrer Meinung nach ihre Schule, Gemeinde oder sogar die Welt ihren Vorstellungen näher bringt. Diskutieren Sie darüber, wie diese Vision oder dieses Ziel praktisch umgesetzt werden kann. Entwerfen Sie einen Aktionsplan.

Beispiele: Es kann sowohl ein abstrakter Plan sein, dass beispielsweise alle Schüler sich vornehmen, ihr Bestes zu tun. Und um das zu erreichen, könnten sie sich gegenseitig ermutigen. Vielleicht haben einige aus der Klasse bemerkt, dass eine bestimmte Schülergruppe einige andere ausschließt. Auch wenn die Erwachsenen mit ihnen geredet haben, so kommt es dennoch zu diskriminierenden Verhaltensweisen, die die Erwachsenen nicht bemerken. Die Klasse könnte sich zusammen tun und für diejenigen sprechen, die diskriminiert werden, und dabei freundliche Methoden verwenden. Die Klasse könnte sich dafür entscheiden, Harmonie in der Welt zu verbreiten. Die Schüler

könnten sich vornehmen, das nicht nur an ihrer Schule, sondern auch bei sich zu Hause zu tun, indem sie täglich dreißig Minuten mit ihren jüngeren Geschwistern spielen. Besprechen Sie jeden Tag, was funktioniert und was schwierig umzusetzen ist.

Anmerkung für den Lehrer

Das Konzept Einheit führt oft zu einem Zusammengehörigkeitsgefühl. Bei der Umsetzung von Projekten ist es wichtig, dieses Gefühl innerhalb der Gruppe zu verstärken, ohne diejenigen auszugrenzen, die nicht daran beteiligt sind.

6. STUNDE

Der Geist der Einheit wird in die Tat umgesetzt

Diskutieren Sie folgende Reflexionspunkte:

- ◆ Durch Einheit erscheinen schwierige Aufgaben leicht.
- ◆ Wenn man in Harmonie mit sich ist, kann man stabil bleiben und effektiver in einer Gruppe arbeiten.
- ◆ Einheit inspiriert zu einem stärkeren persönlichen Beitrag der einzelnen und zu einem besseren Gesamtergebnis aller Beteiligten.

Diskutieren Sie die folgenden Fragen:

- Welche unterschiedlichen Fähigkeiten brauchen wir, um Einheit zu schaffen? Manchmal müssen wir die Führung übernehmen, manchmal müssen wir uns jedoch führen lassen, manchmal müssen wir Ideen entwickeln, manchmal müssen

wir unsere eigenen Ideen, von denen wir glauben, sie seien die besten, los lassen. Welche anderen Fähigkeiten werden von Zeit zu Zeit benötigt?

- Was zerstört das Gefühl der Einheit?
- Hattet ihr irgendwelche Schwierigkeiten, als ihr an dem Einheitsprojekt gearbeitet habt?
- Kommen euch schon mal Egoismus oder Eifersucht in die Quere?
- Wie können wir am besten mit solchen Gefühlen umgehen?
- Wie macht Einheit Spaß?

Aufgabe: Bei diesem Thema ist das Einheitsgefühl durchaus schwieriger zu erreichen, da die Schüler verschiedene Rollen spielen müssen. Voraussetzung für wirkliche Einheit ist das Respektieren jedes Einzelnen und seiner Rolle.

Übung

Fragen Sie die Schüler, welche Ziele jede Regierung ihrer Meinung nach haben sollte.

Schreiben Sie die Vorstellungen der Schüler an die Tafel. Sprechen Sie über jeden Punkt und beobachten Sie, ob sich die Klasse auf fünf Punkte einigen kann. Passen Sie die Vorstellungen so an, dass sich die Klasse zum Schluss auf fünf Ideen einigen kann. Fordern Sie die Schüler dann dazu auf, sich die Ziele genau anzusehen.

Projekt: Was kann ganz konkret im Sinn dieser Ziele getan werden? Machen Sie ein Brainstorming zu den verschiedenen Ideen. Entwerfen Sie einen Plan zur Umsetzung einer Idee im Geist der Kooperation und Einheit. Es könnte sich um ein Projekt handeln, bei dem Geld gesammelt wird, um eine Wasserpumpe für ein Dorf zu kaufen, oder um eine Pumpe zu installieren. Oder

es könnte in einem ärmeren Stadtteil in der Nähe ein Spielplatz sauber gemacht und verschönert werden. Die Pläne werden sich entsprechend des Bedarfs der Schule oder Gemeinde und dem Einfallsreichtum der Schüler unterscheiden.

Die Schüler möchten vielleicht gemeinsam etwas Gegenständliches erschaffen. Was auch immer geplant wird, die Hauptsache ist, dass es Spaß macht.

Beobachten Sie ab und zu den Gestaltungsprozess und lassen Sie die Schüler beurteilen, was ein Gefühl der Einheit erzeugt und was es mindert.

7. STUNDE

Qualitäten

Das von den Schülern geplante Projekt kann durchaus sehr viel Zeit in Anspruch nehmen. Loben Sie auch weiterhin ihre Anstrengungen und zeigen Sie Interesse am Gestaltungsprozess. Fragen Sie die Schüler, welche Qualitäten ihrer Meinung nach zur Ausführung der Aufgabe notwendig sind, wobei jeder Mensch andere Qualitäten für wichtig hält. Fragen Sie dann:

- Welche Qualitäten braucht man, um die Welt zu verbessern?
- Sind es dieselben Qualitäten, die ihr zur Umsetzung eures Projektes braucht?

Besprechen Sie die relevanten Reflexionspunkte. Entwickeln Sie neue Reflexionspunkte, die sich auf ihre Erfahrung beziehen.

Singen Sie auch weiterhin täglich ein Lied und machen eine Entspannungs-/ Konzentrationsübung.

Wenn das Projekt beendet ist, sollen alle Schüler einen Kreis bilden und sagen, was sie gelernt haben und was für sie bei

diesem Projekt wichtig war.

Vielleicht möchten die Schüler das Projekt auch anderen vorstellen oder einen Sketch aufführen, in dem die Entwicklung und der Prozess der Einheit herausgestellt werden.

Veranstalten Sie als Abschluss dieses Kapitels ein Fest mit Schauspiel, Kunst, Präsentationen und Tänzen.

Sprache/ Literatur

Lesen Sie Klassiker und zeitgenössische Literatur zum Thema Einheit. Lesen Sie Texte über starke Bewegungen. Fragen Sie: „Wie kam es zur Einheit?“

Übung

Vergleichende Lyrik: Machen Sie mit den Schülern ein Brainstorming zu Wörtern, die sie mit Einheit und Uneinigkeit verbinden. Die Schüler können mit einem Wörterbuch oder einem Thesaurus arbeiten, um Synonyme oder Antonyme zu finden. Die Schüler können dann entweder einzeln oder als Gruppe einen Text schreiben, der den Leser von einem Gefühl in das gegenteilige Gefühl leitet.

- Beitrag von Ruth Liddle

Lassen Sie die Schüler Aufsätze zum Thema Einheit schreiben.

Geschichte/ Sozialkunde

Austausch:

Welche historischen Ereignisse sind ein Zeugnis großer Einheit und starken Engagements?

Erläutern Sie die Kraft der Einheit anhand von Beispielen aus dem Lehrplan. Fragen Sie nach Beispielen für mangelnde Einheit: „Was trug zur Einheit bei und was zum Nachlassen dieser Einheit?“ „Was hätte den Zusammenhalt der jeweiligen Gruppe ermöglicht?“

Naturwissenschaft

Austausch:

- Durch welche wissenschaftlichen Projekte könnten Plagen, die die gesamte Menschheit bedrohen, erfolgreich bekämpft werden? (Beispiele aus dem Gesundheitswesen, der Ökologie usw.)
- Welche ähnlichen Ziele haben Wissenschaftler aller Nationen gemeinsam?
- Inwiefern könnten sie durch Einheit verwirklicht werden?

Übung

Wählen Sie aus den o. g. Beispielen einen Aspekt zur weitergehenden Untersuchung aus.

Wirtschaft

Sprechen Sie über das Thema Einheit und deren enormen Auswirkungen für die Finanzwelt.

Fragen Sie:

- „Wenn jeder einzelne sich gegen Bestechung und Korruption entscheiden würde, was würde passieren?“
- Was wären die Folgen für Investoren und für die Menschen?
- Was wäre der Nutzen für die Finanzwelt?“

Kunst

Fragen Sie die Schüler, was sie gern für die Schule oder für die Gemeinde tun würden, vielleicht ein Wandbild, ein Poster zur „Kultur des Friedens“ oder Malereien in der Nähe eines Parks, an denen sich die Kinder erfreuen würden? Vielleicht möchten sie auch Plakate gegen das Rauchen oder für Frieden und Harmonie entwerfen. Welche Botschaft möchten sie der Welt übermitteln?

Initiieren Sie ein Kunstprojekt im Geist der Einheit, das auf der nächsten Schulveranstaltung vorgestellt wird. Sprechen Sie zur Vorbereitung über die Reflexionspunkte. Praktizieren Sie während des gesamten kreativen Prozesses die darin angesprochenen positiven Kommunikationsfähigkeiten. Welche sind damit gemeint?

Musik

Bands und Orchester sind Beispiele für Einheit.

Die Musizierenden haben ein gemeinsames Ziel, und zwar ein bestimmtes Stück auf eine bestimmte Art und Weise zu spielen. Für ein gelungenes Zusammenspiel nutzt jeder sein Talent, um

seine individuelle Rolle so gut wie möglich zu spielen. Fragen Sie:

- Wie klingt ein Orchester oder eine Band ohne Einheit?
- Wie klingen wir selbst ohne Einheit?
- Was fördert größtmögliche Einheit?
- Wie können wir unsere Einheit vergrößern?

Bereiten Sie für den nächsten Internationalen Tag, Friedenstag oder Wertetag an der Schule (den Sie selbst festsetzen) einige Lieder zum Thema Einheit vor. Entwickeln Sie Handbewegungen, die zu dem Lied passen, so dass sich alle Hände in einer Einheit bewegen.

Hauswirtschaft

Einheit im Team

Teilen Sie die Klasse in Jungen und Mädchen auf. Je eine/r aus der Gruppe legt sich auf den Boden. Die anderen Gruppenmitglieder legen beide Hände unter denjenigen, der liegt und heben ihn/sie hoch, bewegen ihn/sie vor und zurück - immer im Gefühl der Einheit. Nacheinander wird nun jeder, der will, hochgehoben.

Konzept: Wenn wir alle eine Einheit bilden, sind die Aufgaben leichter zu bewältigen. Dabei entsteht ein Gefühl der Zusammengehörigkeit, von Nähe und Vertrauen.

Einheit in der Familie

Sprechen Sie über Einheit als wichtigen Bestandteil einer Familie. Wenn Eltern beispielsweise möchten, dass ihr Kind Selbstwertgefühl entwickelt, können sie gemeinsam dem Kind

zuhören, ihm positive Dinge sagen und sich gegenseitig beim Großziehen der Kinder unterstützen. Fragen Sie: „Wie können wir uns als junge Erwachsene gegenseitig unterstützen und auch die, denen es an Selbstachtung fehlt?“

Planen und wertschätzen

Entwickeln Sie ein Projekt, bei dem die erlernten Fähigkeiten angewendet werden. Behalten Sie die o. g. Punkte im Hinterkopf und führen Sie das Projekt im Geist der Einheit durch. Räumen Sie den Schülerteams am Ende der Stunde acht Minuten Zeit ein, um jedem Mitglied des Teams etwas Anerkennendes zu sagen.

Sport / Tanz

Lernen und genießen Sie zusammen einen Tanz der Einheit. Volkstänze im Kreis und in der Reihe eignen sich hervorragend dafür.

Sprechen Sie über positive Kommunikationsfähigkeiten, die sowohl zu Selbstachtung als auch zu Einheit führen. Akzeptanz und Wertschätzung eines jeden Beitrags sind die Grundlage dafür, Einheit aufzubauen und zu erhalten.

ANHANG

Punkt 1: Alle Werte

Mind Maps – Gedächtniskarten

Ein Mind Map ist eine sehr wirksame graphische Darstellungsform, in der durch die Verwendung von Wörtern, Bildern, Zahlen, Logik, Rhythmen, Farben und räumlicher Vorstellungskraft beide Gehirnhälften angesprochen werden. Es kann zu unterschiedlichen Gelegenheiten angewendet werden: z.B. um Geschichten zu umreißen, Gespräche zu planen, um Einzelheiten von Funktionsabläufen darzustellen oder um zu einem Thema Gedanken zu sammeln und zu entwickeln. Die Gedächtniskarten sind einfach in der Handhabung, und die Verwendung der Werte eignet sich ganz besonders gut dafür, diese Methode zu erlernen. Nehmen Sie ein Blatt Papier und schreiben Sie das Thema (z.B. den Wert) in die Mitte, ziehen Sie dann von dort aus einige Linien nach außen und schreiben Sie auf jede Linie ein Wort, welches Sie ganz spontan mit dem Wort in der Mitte verbinden. Automatisch werden in Ihrem Geist sofort Assoziationen auftauchen.

In ihrem Buch „Das Mind-Map Buch“ schlagen die Autoren Vanda North und Tony Buzan für die Phase des Brainstorming das Erstellen von Mind Maps vor. Sie nennen diese Methode „Gedächtnisblume“ und erklären: „Durch diese Methode können Gedanken, Ideen und Inhalte gedeihen, sprießen und aufblühen, sie können assoziiert und verbunden und ihre Schönheit kann festgehalten werden.“

Erstellung von Mind Maps

1. Nehmen Sie ein Blatt DIN-A4-Papier und legen Sie es quer.
2. Malen Sie in der Mitte des Blattes ein Bild oder schreiben Sie ein Wort bzw. das Thema, über das Sie nachdenken oder schreiben möchten, auf. Benutzen Sie dabei mindestens drei Farben.
3. Schreiben Sie nun die wichtigsten Themen um das Bild oder das Wort herum, wie Überschriften in einem Buch. Ziehen Sie dafür Linien gleicher Länge und schreiben Sie die Worte auf die Linien. Es können auch geschwungene Linien, z. B. wie die Äste eines Baumes, sein.
4. Zeichnen Sie nun die zweite Gedankenebene auf Linien, die wie dünnere Zweige von den dickeren Ästen (s. 3) abgehen und auf diese bezogen sind.
5. Fügen Sie so auch die dritte und vierte Gedankenebene als weitere Verästelungen hinzu. Verwenden Sie dafür so viele Zeichnungen wie möglich. Lassen Sie Ihren Gedanken freien Lauf und hüpfen Sie, wenn Assoziationen auftauchen, in der Mind Map hin und her.
6. Fügen Sie weitere Dimensionen in die Gedächtniskarte ein. Umranden und markieren Sie das Wort oder das Bild. Verwenden Sie verschiedene Farben und Schreibweisen, und wenn es sinnvoll erscheint, verwenden Sie Pfeile, um Verbindungen darzustellen.
7. Das Erstellen einer Mind Map soll Spaß machen. Gestalten Sie jede Gedächtniskarte noch schöner, bunter, phantasievoller und künstlerischer. Entwickeln Sie dabei Ihren eigenen persönlichen Stil.

Punkt 2: Frieden

Schritte der Konfliktlösung

Fragen Sie beide Schüler: „Möchtet Ihr Hilfe?“

Fahren Sie nur dann fort, wenn beide mit „ja“ antworten. Wenn einer der beiden „nein“ sagt, schicken Sie die beiden zum Direktor.

Zu Schüler 1 Wie heißt du?

Zu Schüler 2 Wie heißt du?

Zu Schüler 1 Bitte erzähle, was geschehen ist.

Zu Schüler 2 Bitte wiederhole, was er/sie gesagt hat.

Zu Schüler 2 Bitte erzähle, was geschehen ist.

Zu Schüler 1 Bitte wiederhole, was er/sie gesagt hat.

Zu Schüler 1
Wie hast du dich gefühlt, als dies geschah?

Zu Schüler 2 Bitte wiederhole, was er/sie gesagt hat.

Zu Schüler 2
Wie hast du dich gefühlt, als dies geschah?

Zu Schüler 1 Bitte wiederhole, was er/sie gesagt hat.

Zu Schüler 1 Womit sollte er/sie aufhören?

Zu Schüler 2 Bitte wiederhole, was er/sie gesagt hat.

Zu Schüler 2 Womit sollte er/sie aufhören?

Zu Schüler 1 Bitte wiederhole, was er/sie gesagt hat.

Zu Schüler 1 Wie sollte er/sie sich verhalten?

Zu Schüler 2 Bitte wiederhole, was er/sie gesagt hat.

Zu Schüler 1 Wie sollte er/sie sich verhalten?

Zu Schüler 2 Bitte wiederhole, was er/sie gesagt hat.

Zu Schüler 1 Kannst du das tun?

Zu Schüler 2 Kannst du das tun?

Zu beiden Schülern: Seid Ihr beide bereit, Euch so zu verhalten, wie Ihr es eben vereinbart habt? Wenn beide Schüler mit „ja“ antworten, loben Sie ihr gutes Zuhören und die gute Lösung.

Wenn einer von ihnen verneint, fordern Sie beide Schüler dazu auf, über eine andere Lösung nachzudenken. Unterstützen Sie

die beiden solange, bis sie eine Möglichkeit zur Problemlösung gefunden haben, der sie beide zustimmen können.

Punkt 3: Respekt

Ein neues Leben - Der Unterschied

Eine Geschichte von Rachel Flower

In den ländlichen Gegenden von Thailand können sehr viele Menschen nicht lesen und schreiben. Viele Kinder gehen nicht zur Grundschule, geschweige denn zu einer weiterführenden Schule. Ohne Ausbildung haben die Menschen dort keine Zukunftsperspektiven, sie können nur schlecht bezahlte körperliche Arbeit annehmen, Arbeit in der Landwirtschaft oder, wie es bei vielen Mädchen der Fall ist, in der Prostitution.

Glücklicherweise ändert sich das langsam, da sich das öffentliche Interesse zunehmend auch auf die Notlage dieser Kinder richtet und immer mehr Gelder für die Bildung bereitgestellt werden. So hat beispielsweise Graham Enwright, ein Geschäftsmann aus England, über einen von ihm ins Leben gerufenen Fonds finanzielle Mittel für die Bildung von Mädchen zur Verfügung gestellt. Eine von denen, die Hilfe erhalten haben, ist Primjira, die gerade ihr Chemiestudium an einer Universität in Australien abschließt.

„Primjira ist bis jetzt der größte Erfolg unseres Fonds“, sagt Graham mit väterlichem Stolz (denn in der Tat schauen viele Mädchen, denen er hilft, zu ihm auf wie zu einem Vater), „und das war nur möglich durch ihre Entschlossenheit und ihren Willen, hart zu arbeiten.“

Und all das geschah nur, weil ein außergewöhnliches, junges Mädchen gestorben war. Doch ahnte Graham damals, als er im

Jahre 1987 erstmals mit seiner Frau seinen Urlaub in Thailand verbrachte, noch nicht, dass sich sowohl für ihn als auch für viele unterprivilegierte junge Mädchen das Leben ändern würde. Was geschah, war eine Aneinanderreihung vieler ungewöhnlicher und faszinierender Zufälle, die letztlich zur Gründung des Erziehungsfonds führten, einem Fonds zu Ehren einer talentierten und tapferen jungen Frau, ohne die das alles niemals passiert wäre.

„Es musste erst eine 25-jährige Frau sterben“, sagte Graham, der Zeit seines Lebens nur für sein Geschäft gelebt hatte, „damit ich lerne, dass Geld nicht alles ist.“

Als Graham und seine Familie zum ersten Mal nach Thailand fuhren, lernten sie Patcharaporn, eine junge Kellnerin in einem Hotel in Phuket, kennen. Sie war fröhlich und freundlich und wollte unbedingt durch Korrespondenz mit Graham ihr Englisch verbessern. Nach einem Jahr kehrte Graham zurück und besuchte sie und ihre Familie.

Er begann, sich für das Leid der jungen Mädchen zu interessieren, die in Thailand der Prostitution nachgingen, und dachte darüber nach, wie er ihnen helfen könnte. Als er wieder in England war, hielten sie den Briefkontakt weiter aufrecht. Einige Monate später jedoch kamen plötzlich keine Briefe mehr aus Thailand. Patcharaporn hatte immer sehr regelmäßig geschrieben, deshalb machte sich Graham große Sorgen und rief im Hotel in Thailand an. Dort erfuhr er, Patcharaporn sei krank und läge in Bangkok in einem Krankenhaus - in welchem wusste jedoch niemand. Nach vielen Telefonaten und der freundlichen Hilfe einer Mitarbeiterin in einem Reisebüro gelang es ihm, allen Hindernissen zum Trotz, das Krankenhaus ausfindig zu machen, in dem sie lag. Zu seinem großen Entsetzen sagte man ihm, sie habe Krebs im Endstadium. Graham wollte helfen, doch das Einzige, worum

Patcharaporn ihn bat, war, sie zu besuchen. Er flog sofort nach Thailand und verbrachte mit Patcharaporn und einigen ihrer Familienmitglieder zwei Wochen in einem Tempel in den Bergen in dem Dorf Si Racha, in das sie verlegt wurde. Ihr Gesundheitszustand verschlechterte sich sehr schnell, doch sie bewahrte sich ihre Selbstlosigkeit und Umsicht für andere. Sie machte sich um ihre Familie große Sorgen, und ihre Bitte an Graham, kurz bevor sie starb, war, dass er Thai lernen, ihre Familie im folgenden Jahr besuchen und mit ihnen in Kontakt bleiben sollte.

Grahams Augen füllten sich mit Tränen, als er sich an die letzten Momente mit Patcharaporn erinnert: „Sie lag da, fast leblos, die Farbe wich aus ihrem Gesicht. Und als ich mich zum letzten Mal über sie beugte, um mich zu verabschieden, glitt ein kleines Lächeln über ihr Gesicht. Sie konnte weder sprechen noch ihre Hand heben, doch das Lächeln genügte. Es sagte mehr als tausend Worte. Und als ich mich umdrehte und die Treppen des Tempels hinunterging, wusste ich, dass ich sie in diesem Leben nicht wieder sehen würde. Ich traute mich nicht, zurückzublicken. Die Treppenstufen des Tempels und der Weg zum Auto schienen kein Ende zu nehmen, doch als ich lief, gelobte ich mir, dass ihr Leben nicht umsonst gewesen war. Ihr Name und die Inspiration, die ich von ihr erhalten habe, würden fortbestehen und anderen helfen, so wie sie es getan hätte. Und in diesem Moment entstand der Patcharaporn Bildungsfonds.“

Graham reiste zurück nach England und erhielt kurz darauf die Nachricht ihres Todes. Und je mehr er über die Dinge nachdachte, desto klarer wurde mir, dass Geschäft und Geld – das, was seit 25 Jahren sein Leben war – nicht genug waren. Und nun war die Zeit reif, etwas zu ändern.

Er eröffnete auf den Namen Patcharaporn Thai Education Fund ein Konto, und von da an nahmen die Dinge ihren Lauf.

Nach einigen Monaten reiste er erneut nach Thailand und stellte fest, dass er vor Ort leben müsste, um sich richtig um die Umsetzung der Fondszwecke kümmern zu können, und zwar jungen Mädchen aus armen Verhältnissen die Möglichkeit zur Bildung zu ermöglichen, die sie sich unter normalen Umständen nicht leisten konnten. Es fiel ihm nicht leicht, sein gut gehendes Geschäft aufzugeben, doch er wusste, dass er genau das tun musste.

Jetzt lebt er in Thailand, unterrichtet Englisch an der Universität und widmet die meiste Zeit, die ihm bleibt, dem Zweck dieses Fonds. Das Geld aus dem Fonds, das von seinen Freunden und Verwandten in Großbritannien, Japan, USA, Deutschland und Thailand gesammelt wird, kommt direkt der Ausbildung junger Mädchen zugute, er selbst übernimmt alle Ausgaben für Hin- und Rückfahrt, Verwaltung usw. Es handelt sich wohl um einen der wenigen Fonds, die überhaupt kein Geld für Geschäftskosten aufbringen müssen.

„Jeder Cent, der dem Fonds gespendet wird, wird direkt für die Ausbildung der Mädchen ausgegeben, und das wird auch in Zukunft so bleiben“, sagt Graham, der zu Recht auf einen solchen Rekord stolz ist.

„Doch in gleichem Maße, wie die Anzahl der Mädchen, denen geholfen wird, zunimmt“, sagt Graham weiter, „nehmen auch die Probleme zu. Eines der Hauptprobleme ist ganz einfach der weite Weg, der die Mädchen daran hindert, von entlegenen ländlichen Orten an weiterführende Schulen zu gehen. Manche schaffen es einfach physisch nicht, die Schule zu besuchen.“

Zwei Jahre lang haben einige Lehrer von Grundschulen großzügig ihr eigenes Heim als Schule zur Verfügung gestellt. Doch auf lange Sicht war das natürlich nicht die ideale Lösung. Und als dann immer mehr Mädchen auf die weiterführenden Schulen

gehen wollten, brauchte man Schlafsäle. Anfangs machte sich Graham Sorgen über die Sicherheit der Unterkünfte, die so weit weg von ihrem Zuhause waren, er stellte bei seinen Besuchen jedoch fest, dass es die Mädchen dort sogar besser hatten als zu Hause. Der Fall eines vierzehnjährigen Mädchens überzeugte ihn dann schließlich. Sie brach während eines Korbballspiels zusammen und gebar einige Stunden später ein Mädchen. Wie sich dann herausstellte wurde sie vom Ehemann ihrer älteren Schwester, in dessen Haus sie lebte, vergewaltigt. Graham erfuhr von so vielen Missbrauchsfällen, sogar von Vergewaltigungen durch Stiefväter und Onkel. Seine Befürchtungen schwanden und Graham hatte keine Bedenken mehr, Unterkünfte für die Mädchen zu errichten. Ein Schlafsaal ist bereits fertig gestellt.

Eine Frage, die man ihm oft stellt, ist, wie die Mädchen gefunden werden und wie entschieden wird, für wen die begrenzten Mittel des Fonds ausgegeben werden.

„Schließlich“, sagt Graham, „bin ich nicht der Weihnachtsmann. Ich kann das Geld nicht wahllos verteilen. Dafür reicht es einfach nicht. Und ich muss auch vorsichtig sein, für wie viele Mädchen das Geld reicht, denn ich muss auch die Zukunft der Mädchen berücksichtigen und Vertrauen haben, dass ich sie so lange unterstützen kann, wie es notwendig ist. Aber“, fügte er hinzu, „ich habe niemals Gelder zurückziehen müssen, wenn sie wirklich benötigt wurden.“

Einige Mädchen lernte Graham durch Lehrer, Angestellte der Universität oder andere Bildungseinrichtungen kennen, andere, die z. B. in Bars arbeiteten, einfach durch Zufall. Der Direktor der Schule in Baan Mayao kennt die Bedürfnisse der Kinder sehr genau und bietet stets seine Hilfe und Unterstützung an, und diese enge Zusammenarbeit mit den Schulen ist das Grundprinzip des Fonds.

Bei der Vergabe der Mittel an Mädchen werden stets folgende Regeln eingehalten: Das Mädchen muss wirklich bedürftig sein, und dafür werden vorher Hausbesuche gemacht. Die Unterstützung wird von Schuljahr zu Schuljahr gewährt, und die Bedürftigkeit wird jedes Jahr neu bewertet. Nicht die Mädchen erhalten das Geld, sondern die Zahlung geht direkt an die Schule. Die Mädchen müssen stets am Unterricht teilnehmen und sich wirklich anstrengen. Die Fähigkeiten an sich spielen keine Rolle, ihre Motivation ist das Schlüsselwort. Die Mädchen werden sehr sorgfältig beobachtet und die Schulen regelmäßig besucht, normalerweise einmal pro Monat, so dass es zu einem ständigen Austausch mit Lehrern und den Schuldirektoren kommt. Die Wohnverhältnisse der Mädchen zu Hause werden auch regelmäßig überprüft, so dass jede Veränderung in den familiären Verhältnissen in Betracht gezogen werden kann. Ein weiteres Erfordernis ist die Vorlage der Schulzeugnisse.

Die Mädchen können Graham oder Pranom (diejenige, die Graham bei der Arbeit unterstützt) jederzeit schreiben oder anrufen, ganz besonders dann, wenn es Probleme gibt. Und gerade dafür, und natürlich auch für alles andere, was er tut, wird er wirklich von den Mädchen, denen er hilft, geliebt und geschätzt.

Buajan (sechzehn Jahre alt) und Rungnapa (neunzehn Jahr alt) wurden mehrere Jahre von dem Fonds unterstützt. Da ihr Heimatdorf sehr weit von der Schule entfernt war, wurden sie freundlicherweise in Lehrerunterkünften in Baan Mayao in der Nähe der Schule in Chiang Dao untergebracht. Wenn man beide von ihren Hoffnungen reden hört, merkt man, dass sie einer vielversprechenden Zukunft entgegensehen. Buajan möchte Krankenschwester werden, Rungnapa Lehrerin in ihrem Heimatdorf.

„Ich habe sehr viel Glück gehabt“, sagt Buajan, und sie ist sehr dankbar für das, was sie durch den Fonds erhalten hat. „Wenn es

diesen Fonds nicht gegeben hätte, wäre ich jetzt verheiratet, hätte Kinder und würde auf dem Feld arbeiten. Genau das machen nämlich viele meiner Freundinnen. Es ist wirklich nicht gut, so früh zu heiraten, man ist überhaupt nicht vorbereitet. Und genau deshalb zerbrechen so viele Familien.“ Das ist wirklich wahr.

„Wenn man zu jung ist“, fügt Rungnapa hinzu, „dann ist es einfach zu schwierig, genug Geld zu verdienen, um sich richtig um die Kinder kümmern zu können. Wenn ich Lehrerin bin, dann kann ich anderen Kindern hoffentlich auch die Chance geben, etwas zu werden und zu erreichen, was ich erreicht habe.“

Es geht bei der Arbeit des Fonds auch nicht nur darum, die Mädchen für bessere Arbeitsplätze auszubilden, sondern ihnen auch einen umfassenderen Blick auf die Welt zu vermitteln. Und sie sind darüber hinaus für andere, die vielleicht die Schule aufgeben würden, ein Vorbild.

Derzeit werden neununddreißig Mädchen in dem Bezirk Chiang Dao unterstützt (zusätzlich zu denen, die in der Vergangenheit unterstützt worden sind). Achtundzwanzig Mädchen gehen zur Grundschule, elf auf eine weiterführende Schule. Viele dieser Mädchen hätten die Schule längst abgebrochen, wenn der Fonds sie nicht unterstützt hätte. Auch dreißig Mädchen unter fünf Jahre erhalten Unterstützung durch gelegentliche Spenden an einen Kindergarten in einem nahegelegenen Dorf. Und warum werden nur Mädchen unterstützt? Nun Grahams Überzeugung ist, dass im Gegensatz zu Jungen, die in Thailand immer kostenfrei in den örtlichen Tempeln lernen dürfen, die Mädchen genau das nicht dürfen. Hinzu kommt, dass vor allem Mädchen in die Prostitution gehen, um sich überhaupt eine Ausbildung zu finanzieren. Ein Mädchen beispielsweise hat sich in Kneipen prostituiert, um die Abendschule in Chiang Mai bezahlen zu können. Primjira erhält keine finanzielle Unterstützung mehr

und ist bis jetzt der größte Erfolg des Fonds. Ihre Mutter verließ sie, als sie noch sehr klein war. Sie gewann Preise und bemalte Möbel, und dadurch konnte sie zur Schule gehen. Als der Fonds begann, sie zu unterstützen, konnte sie sich ausschließlich auf ihr Ziel konzentrieren, an der Chiang Mai Universität aufgenommen zu werden. Menschen in ähnlichen Umständen schaffen so etwas normalerweise nur sehr selten. Und dann folgte sie auch den Ermutigungen von Graham und qualifizierte sich für ein Stipendium der australischen Regierung und war dort die einzige Bewerberin, die keine zusätzlichen Qualifikationen für die englische Sprache brauchte.

Buajan ist ein sechzehnjähriges Mädchen, das jetzt im vierten Jahr die weiterführende Schule besucht. Diese Schule ist zwar die am nächsten gelegene, doch es wäre trotzdem unmöglich, die Entfernung zur Schule jeden Tag zurückzulegen. Deshalb wohnt sie in einem Zimmer in ihrer ehemaligen Grundschule. Der Fonds zahlt nicht nur ihre Fahrtkosten und ihren Lebensunterhalt sondern auch die Bücher und die Schuluniform, die sich ihre Eltern, die in der Landwirtschaft arbeiten, nicht leisten können.

Enka ist gerade elf Jahre alt geworden und geht in die Grundschule, in der Buajan wohnt. Sie wohnt aber weiterhin zusammen mit ihren vier Geschwistern auf dem Land bei ihrer Familie. Sie wurde zwei Jahre lang von einer siebzigjährigen Frau aus Großbritannien unterstützt, die ihre Schulbücher und die sonstigen Dinge für die Schule bezahlte.

Weiterführende Schulen sind in Thailand weder verpflichtend noch kostenfrei und somit fast nur für städtische Mittelschichtfamilien zugänglich. Mädchen aus ärmeren auf dem Land lebenden Familien beenden noch nicht einmal immer die Grundschule. Die Verdienstmöglichkeiten bei den Arbeiten, die dann für sie offenstehen, wie beispielsweise die Arbeit auf dem

Feld, in der Baubranche oder als Aushilfe in der Küche, sind so gering, dass sie entweder durch äußere Umstände oder sogar durch die eigene Familie zur Prostitution gezwungen werden. Obwohl die Wirtschaft von Thailand in den letzten zehn Jahren im Jahresdurchschnitt um ca. acht Prozent gestiegen ist, haben doch hauptsächlich diejenigen davon profitiert, die es am wenigsten brauchten und ganz wenig kam nur bei den ärmeren Mitgliedern der Gesellschaft an. Die Regierung dehnt seit Kurzem in allen Teilen des Landes die Zugangsmöglichkeiten zu weiterführenden Schulen aus, bietet den Bedürftigen Unterstützung bei der Bildung und geht scharf gegen Kinderprostitution vor. Doch die Aufgaben sind gewaltig und werden noch Jahre andauern.

Aus einem Bericht des Instituts für Entwicklungsforschung in Thailand geht hervor, dass selbst wenn 100 Prozent der jetzigen Grundschüler an weiterführende Schulen gehen würden, hätten im Jahr 2000 doch lediglich 72 Prozent der Arbeiterschaft höchstens die Grundschule beendet. Da in Thailands Wirtschaft nun an Stelle von ungelerten und niedrig bezahlten Arbeitern zunehmend höher qualifizierte Arbeitskräfte benötigt werden, werden diejenigen ohne Bildung wieder die größten Verlierer sein. Soziale Faktoren spielen natürlich auch eine große Rolle. Während Jungen immer kostenfrei in den nahegelegenen Tempeln lernen durften, wurden Mädchen in der Regel dahingehenderzogen, Mütter und Hausfrauen zu sein. So wie immer und überall liegt der Schlüssel in der Bildung. Die Gesellschaft muss lernen, alle Menschen gleich zu behandeln. Damit die Wirtschaft gedeiht, werden gut ausgebildete Menschen benötigt und die Mädchen brauchen Bildung, damit sie das erhalten, was sie verdienen, und zwar gute Arbeit und vor allem Respekt.

Punkt 4: Respekt

Zwei Vögel

Eine Geschichte von H. Otero aus Parabolos en son de paz

Zwei Vögel saßen im selben Baum, einer Weide. Sie waren sehr glücklich. Einer saß ganz oben in der Weide, der andere saß ganz unten.

Nach einiger Zeit wollte der Vogel, der oben im Baum saß, das Eis brechen und sagte: „Oh, wie schön grün die Blätter doch sind.“

Der Vogel, der unten im Baum saß, empfand diese Aussage als pure Provokation. Er antwortete knapp: „Bist du blind? Kannst du nicht sehen, dass sie weiß sind?“

Der Vogel oben ärgerte sich und antwortete: „Du bist derjenige, der blind ist! Sie sind grün!“

Der Vogel unten zeigte mit seinem Schnabel nach oben und sagte: „Ich verwette meine Schwanzfedern darauf, dass sie weiß sind. Du hast gar keine Ahnung.“

Der Vogel oben merkte Wut in sich aufsteigen und flog ohne weiter nachzudenken zu dem anderen Vogel hinunter, um ihm ordentlich die Meinung zu sagen.

Der andere Vogel bewegte sich nicht. Nun saßen sich die zwei Vögel in Augenhöhe direkt gegenüber. Ihre Federn waren vor Wut ganz aufgeplustert.

Und bevor sie aufeinander losgingen, schauten beide noch einmal hinauf.

Der Vogel, der von oben nach unten geflogen war, sagte ganz erstaunt: „Wie merkwürdig! Schau dir die Blätter an, sie sind weiß“ und forderte den anderen Vogel auf „komm mit nach oben, wo ich vorher war.“

Sie flogen beide auf den höchsten Ast der Weide, und jetzt sagten beide gleichzeitig: „Schau dir die Blätter an, sie sind so schön grün!“

Punkt 5: Respekt

Feuer im Dschungel

Eine Geschichte aus Visionen einer besseren Welt
von Henny Trailes, Schauspielerin in Argentinien

Im Dschungel brach ein gewaltiges Feuer aus. Auf der anderen Seite des Sees liefen die Tiere zusammen und starrten in die Flammen. Ein Vögelchen aber nahm einen Tropfen Wasser in seinen kleinen Schnabel und ließ ihn auf die Flammen fallen. Es kehrte zurück, nahm einen weiteren Tropfen ins Schnäbelchen und ließ ihn fallen. So flog es emsig hin und her.

Die anderen Tiere sahen ihm einfach nur zu und sagten zueinander: „Glaubt es denn wirklich, dass es mit dem bisschen Wasser etwas ausrichten kann?“ Und irgendwann fragten sie das Vögelchen: „Sag mal, glaubst Du tatsächlich, dass du mit deinem albernem Tröpfchen Wasser das Feuer löschen kannst?“ Das Vögelchen antwortete: „Ich tue, was ich tun muss.“ Und just in diesem Moment kam ein Engel des Wegs, sah das Vögelchen und ließ gewaltige Regenschauer vom Himmel stürzen. Das Feuer erlosch.

Punkt 6: Frieden und Respekt

Situationskarten

Situationskarte eins

Situation: Ein Mitschüler sagt dir, dass jemand schlimme Dinge über dich erzählt hat, die aber gar nicht stimmen.

Fragen:

- Wie fühlst du dich?
- Was kannst du tun?
- Wie kannst du den Wert Frieden praktisch anwenden?
- Wenn du dich entscheidest, mit dieser Person zu sprechen, was würdest du sagen?
- Was könntest du zu deinem Mitschüler sagen?
- Wie kannst du den Wert Respekt anwenden?

Situationskarte zwei

Situation: Zwei deiner Freunde streiten sich. Sie sprechen zwar nicht miteinander, aber mit dir. Nun setzt dich einer der beiden unter Druck, dass du mit dem anderen auch keinen Kontakt mehr hast.

Fragen:

- Wie fühlst du dich?
- Was kannst du tun? Was würde helfen?
- Wenn du dich entscheidest, mit demjenigen zu sprechen, der dich unter Druck setzt, was würdest du zu ihm sagen?
- Welcher Wert würde dir helfen, die Situation zum Guten zu wenden?

Situationskarte drei

Situation: Ein Mitschüler ist frech zu dir und äfft dich nach.

Fragen:

- Wie fühlst du dich?
- Wie kannst du reagieren und dabei friedlich sein?
- Wie kannst du reagieren und dabei respektvoll sein?
- Spiele deine Lösungsmöglichkeiten.

Situationskarte vier

Situation: Die Mutter deines besten Freundes/ deiner besten Freundin ist gestorben.

Fragen:

- Welche Gefühle hat dein Freund/ deine Freundin wohl?
- Was kannst du tun, um ihm/ ihr zu helfen?

Situationskarte fünf

Situation: Deine Mutter ist alleinerziehend. Nach ihrem langen Arbeitstag ist sie nicht mehr ansprechbar. Darum verbringst du mehr und mehr Zeit mit deinen Freunden. Gleichzeitig fühlst du, dass du etwas tun könntest, um die Beziehung zu deiner Mutter zu verbessern.

Fragen:

- Welche Gefühle hast du?
- Was kannst du unternehmen?
- Welcher Wert könnte helfen? Wie sähe das praktisch aus?

Situationskarte sechs

Situation: Wähle selbst eine Situation aus.

Fragen:

Situationskarte sieben

Situation: Du bist gerade bei einer wichtigen Prüfung durchgefallen.

Fragen:

- Wie fühlst du dich?
- Bist du immer noch ein wertvoller Mensch? (Es gibt nur eine richtige Antwort auf diese Frage: „Ja!“)
- Wie hättest du bei der Prüfung gern abgeschnitten?
- Was kannst du beim nächsten Mal besser machen?
- Mit welchen Aussagen entmutigst du dich selbst?
- Mit welchen Aussagen machst du dir selbst Mut?

Situationskarte acht

Situation: Ein Mitschüler aus deiner Klasse kritisiert dich häufig. Er hat es gerade wieder getan.

Fragen:

- Wie fühlst du dich?
- Mit welchen Werten kannst du die Situation positiv verändern?
- Welche Gedanken helfen dir, deinen Selbstrespekt zu wahren?
- Was könntest du zu der Person sagen, die dich gerade kritisiert hat?
- Wie erhältst du dir dabei deine Selbstachtung?
- Setze diese Situation szenisch um.

Punkt 7: Respekt

Auszug aus der Stellungnahme von James O. C. Jonah, ehemaliger General-Untersekretär der Vereinten Nationen

„Es ist meine tiefe Überzeugung, dass jedes menschliche Leben wertvoll ist und es jedem Menschen zusteht, sein volles Potential zu entfalten, gute Beziehungen zu seinen Mitmenschen zu pflegen und im Einklang mit der Natur zu leben. Ebenso bin ich davon überzeugt, dass wir die geistigen, materiellen und moralischen Voraussetzungen haben, dieses Ziel auch zu erreichen. Dafür müssen wir uns auf die Dinge konzentrieren, die uns als Menschen vereinen, und zwar auf Grundlage unserer gemeinsamen Werte und des Interesses für das menschliche Wohlergehen.

Ausgangspunkt für die Umsetzung ist die Vision der Einheit der Menschheit und der Welt, die durch gegenseitige Fürsorge, Solidarität und Kooperation erschaffen werden kann. Wenn erst einmal alle Menschen daran glauben, dass eine solche Welt möglich ist, wird die Umsetzung nur noch eine Sache der richtigen Methode und gemeinsamer Anstrengung sein. Die Umsetzung dieser Vision erfolgt in zwei Schritten: man muss zunächst die wünschenswerte Zukunft visualisieren und dann die einzelnen Schritte zur Erlangung des Ziels festlegen. Seit Jahrhunderten wird darüber diskutiert, ob der Einzelne Einfluss auf den Zustand der Welt und auf Krieg oder Frieden ausüben kann. Ich möchte hier nicht die Bedeutung der Führungsrolle einer Regierung kleinreden, aber ich weiß, dass der Einzelne eine wichtige Rolle spielt.

Die neuesten Entwicklungen in der Welt haben wieder einmal gezeigt, dass einzelne Menschen mit Entschlossenheit und Kooperation einen radikalen Wandel in die menschlichen Verhältnisse bewirken können. Diese Überzeugung ist meine Motivation. Es ist sehr wertvoll zu erfahren, wie Menschen, unabhängig von Alter und persönlichem Hintergrund, die Welt wahrnehmen und Visionen entwickeln. Manche dieser Visionen mögen zunächst naiv oder utopisch erscheinen, aber man kann von ihnen lernen und sie können ein entscheidender Faktor sein, wenn es darum geht, einen großen Wandel in der Menschheit hervorzubringen.“

James Jonah stammt ursprünglich aus Sierra Leone und ist dorthin zurückgekehrt, um seine Arbeit für eine bessere Welt fortzusetzen. Auszug mit Genehmigung aus: Visionen einer besseren Welt, ISBN 978-3-939493-32-7.

Punkt 8: Toleranz

Ein Teller Suppe

Man sagt, diese Geschichte habe sich wirklich in einem Selbstbedienungsrestaurant in der Schweiz zugetragen.

Eine Dame von ungefähr 75 Jahren besuchte ein Selbstbedienungsrestaurant, nahm sich einen Teller, ließ ihn mit Suppe auffüllen und setzte sich dann an einen der vielen Tische. Da bemerkte sie, dass sie das Brot, was sie dazu essen wollte, vergessen hatte. So ging sie nochmals zum Tresen, nahm sich eine Scheibe Brot und kehrte an ihren Platz zurück.

Da musste sie zu ihrer Überraschung feststellen, dass ein fremder Mann mit schwarzer Hautfarbe auf ihrem Platz saß und in aller Ruhe ihre Suppe löffelte. „Das ist ja die Höhe“, dachte

die Dame, „ich lasse mir doch meine Suppe nicht wegessen!“ Sie setzte sich also neben ihn, teilte das Brot in zwei Stücke, nahm einen neuen Löffel und fing ebenfalls an, von dieser Suppe zu essen. Der Mann lächelte entgegenkommend. Beide aßen dann gemeinsam die Suppe, bis der Teller leer war. Sie sprachen die Zeit über kein einziges Wort miteinander. Dann stand der Mann auf, ging zum Tresen und kehrte mit einem großen Teller Spaghetti und zwei Gabeln zum Platz zurück. Ohne ein Wort zu sprechen aßen nun beide die Nudeln auf. Dann erhob sich der Mann und ging. „Auf Wiedersehen.“, sagte die Dame zum Abschied.

„Auf Wiedersehen.“, erwiderte der Mann mit einem Lächeln in seinen Augen, zufrieden, als ob er eine gute Tat getan hätte und verschwand.

Die Dame folgte ihm mit ihren Augen. Als sie aufgehört hatte, sich zu wundern, griff sie nach ihrer Handtasche, die sie über die Stuhllehne gehängt hatte, doch sie war verschwunden. Sogleich dachte sie: „Dieser Schwarze dort hat...“ und wollte gerade rufen: „Haltet den Dieb!“, als ihr Blick auf ihre Handtasche fiel, die an einem Stuhl zwei Tischreihen weiter hing. Auf dem Tisch davor stand das Tablett mit der Suppe, die bereits kalt geworden war.

Jetzt erfasste sie die Situation. Es war nicht der schwarze Mann, der ihre Suppe gegessen hatte, sondern sie, die weiße Dame, hatte sich an den falschen Tisch gesetzt und auf Kosten dieses Mannes gegessen.

Auszug aus einer Geschichtensammlung von Colectivo No Violencia y Educacion.

Neuaufgabe mit Erlaubnis von Manual para Educadores II, Valores para Vivir: Una Iniciativa Educativa, Actividades.

Punkt 9: Ehrlichkeit

Der Kaiser und die Blumensamen

Ein altes chinesisches Märchen

Es lebte vor langer Zeit ein König, der die Natur liebte. Alles, was er pflanzte, blühte in voller Pracht. Es wuchsen Blumen, Büsche, sogar große Fruchtbäume, wie durch Zauberei! Er liebte alles in der Natur, aber am meisten liebte er Blumen, und er hegte und pflegte seinen Garten Tag für Tag. Aber der König war sehr alt und er musste einen Nachfolger für seinen Thron finden. Wer würde der Thronfolger sein? Und wie konnte er das entscheiden? Da der König Blumen so sehr liebte, entschied er, dass die Blumen ihm bei seiner Entscheidung helfen sollten.

Am folgenden Tag ließ der König ausrufen, dass alle Männer, Frauen, Jungen und Mädchen im ganzen Land in den Palast kommen sollten, und alle Bürger des Landes waren deshalb in heller Aufregung. In einem Dorf nicht weit vom Palast lebte ein junges Mädchen mit Namen Serena. Serena wollte schon immer einmal zum Palast gehen und den König treffen, und deshalb ging sie los. Sie war froh über ihre Entscheidung. Was für ein großartiger Palast! Er war ganz aus Gold und mit Juwelen aller Farben besetzt: Diamanten, Rubine, Opale und Amethyste. Wie der Palast glänzte und funkelte! Serena fühlte, dass sie diesen Ort schon immer gekannt hatte. Sie schritt durch das Palasttor in die große Halle. Sie war ganz überwältigt von den vielen Menschen. Es war sehr laut. „Das ganze Königreich muss hier versammelt sein!“, dachte sie.

Dann ertönten mindestens hundert Trompeten und meldeten damit das Eintreffen des Königs. Alles wurde still. Der König kam herein und er hielt etwas in seinen Händen, das wie eine kleine Kiste aussah. Wie schön der König aussah - so nobel und

elegant! Er machte die Runde in der großen Halle, grüßte jeden Einzelnen und gab jedem ein Geschenk. Serena war neugierig auf den kleinen Kasten. „Was da wohl drin ist?“, dachte sie, „was gibt er uns?“

Endlich kam der König zu Serena. Sie knickte und schaute zu, wie der König in die kleine Kiste griff und ihr einen Blumensamen gab. Als Serena den Samen erhielt, war sie das glücklichste Mädchen des ganzen Königreichs. Wieder ertönten die Trompeten in der großen Halle und alle verstummten. Der König kündigte an: „Wer mir in einem Jahr die schönste Blume bringt, soll mein Thronfolger werden!“

Ganz unter dem Eindruck, den der König und dessen Palast bei ihr hinterlassen hatten, und den Blumensamen sorgsam in ihrer Hand kehrte Serena nach Hause zurück. Sie war sicher, dass sie die schönste Blume züchten konnte. Sie füllte einen Blumentopf mit nahrhafter Erde, pflanzte den Samen sorgfältig ein und begoss ihn täglich mit Wasser. Sie konnte es nicht erwarten, ihn keimen und eine wunderschöne Blume wachsen und blühen zu sehen!

Tage vergingen, doch nichts wuchs in dem Topf! Serena machte sich Sorgen. Sie pflanzte den Samen in einen größeren Topf, füllte ihn mit der reichhaltigsten, besten Erde, die sie finden konnte, und goss zweimal täglich - jeden Tag. Tage, Wochen und Monate vergingen, aber es geschah noch immer nichts. Nach und nach verstrich das ganze Jahr. Endlich kam der Frühling und damit auch die Zeit, um zum Palast zurückzukehren. Serena war verzweifelt und traurig darüber, dass sie dem König keine Blume zeigen konnte - nicht einmal einen kleinen Keim. Sie dachte, alle würden sie auslachen, weil alles, was sie nach der Mühe eines ganzen Jahres zeigen konnte, ein Topf voll lebloser Erde war! Wie sollte sie dem König mit Nichts entgegentreten?

Eine Freundin kam auf dem Weg zum Palast bei ihr vorbei und hielt eine große Blume in den Händen. „Serena, du gehst doch nicht etwa mit einem leeren Topf zum König?“, fragte sie. „Konntest du keine so schöne große Blume wachsen lassen wie ich?“ Serenas Vater, der das hörte, legte seinen Arm um Serenas Schulter und tröstete sie. „Es liegt bei dir, ob du gehst oder nicht“, sagte er, „du hast dein Bestes getan, Serena, und dein Bestes ist gut genug, um es dem König zu zeigen.“ Obwohl sie nicht wollte, wusste Serena, dass sie gehen und den Wunsch des Königs respektieren musste. Außerdem wollte sie so gern den König und seinen Palast wiedersehen! Und so machte sich Serena mit dem Topf voller Erde in der Hand auf den Weg zum Palast.

Der König war glücklich, als er die große Halle mit all seinen Untertanen sah, die alle stolz ihre schönen Blumen zeigten und so sehr hofften, auserwählt zu werden. Wie schön all die Blumen waren! In allen Formen, Größen und Farben. Der König prüfte jede Blume sorgfältig und gründlich, eine nach der anderen. Serena, die sich in einer Ecke verkrochen hatte und den Kopf gesenkt hielt, fragte sich, wie er überhaupt eine Wahl würde treffen können, da doch alle Blumen so schön waren. Schließlich kam der König zu Serena. Sie traute sich nicht, ihm ins Gesicht zu sehen. „Warum hast du einen leeren Topf?“, fragte der König. „Eure Majestät“, sagte Serena, „ich habe den Samen, den Ihr mir gegeben habt, eingepflanzt und täglich gegossen, aber er ist nicht aufgegangen. Dann habe ich ihn umgepflanzt, in einen größeren Topf mit besserer Erde, aber er ging noch immer nicht auf. Ich sorgte das ganze Jahr für ihn, aber nichts wuchs. Deshalb bringe ich heute einen leeren Topf ohne Blume. Ich tat mein Bestes!“

Als der König das hörte, fing er an zu lächeln. Er nahm Serena an die Hand. Serena bekam Angst und fragte sich, ob sie jetzt Probleme bekommen würde. Aber der König führte sie in die

Mitte der großen Halle, drehte sich zur Menge um und rief: „Ich habe meine Thronfolgerin gefunden - den Menschen der würdig ist, nach mir zu herrschen!“ Serena war verwirrt. „Aber Eure Majestät“, sagte sie, „ich habe keine Blume, nur diesen Topf lebloser Erde.“

„Ja, das habe ich erwartet“, sagte der König. „Woher alle anderen ihre Samen hatten, weiß ich nicht. Die Samen, die ich letztes Jahr verteilte, waren alle geröstet. Es war unmöglich, dass aus einem eine Blume wachsen konnte. Serena, ich bewundere deinen großen Mut und die Ehrlichkeit, vor mich zu treten und mir die Wahrheit zu sagen. Ich belohne dich mit meinem gesamten Königreich. Du wirst die nächste Königin sein.“

Anmerkung: Während des Versuchs, den Autor dieser Geschichte zu identifizieren, fanden wir heraus, dass es viele Versionen dieser uralten Geschichte gibt und der ursprüngliche Autor unbekannt ist.

Punkt 10: Ehrlichkeit

Situationskarten

Situationskarte - Ehrlichkeit

Situation: Stelle die oben beschriebene Situation unterschiedlich dar:

1. Erfinde Lügen bezüglich dieser Situation und stelle fest, welche Konsequenzen sich daraus ergeben.
2. Sei in Bezug auf die Situation ganz ehrlich und beobachte, was passiert.

Haltet während des Spiels kurz inne, um den Zuschauern mitzuteilen, welche Gedanken und Ängste auftauchen

Punkt 11: Glück

Juwelenkarten von Ruth Liddle

Du hilfst jemandem, ohne dass du darum gebeten wurdest.	Du erstellst eine Liste von Personen, denen du dankbar bist.	Du erstellst eine Liste der Dinge, über deren Besitz du glücklich bist.
Du spielst mit deinem jüngeren Geschwisterchen.	Du schließt mit jemandem Freundschaft.	Du schreibst einen Brief und teilst dem Empfänger mit, wie besonders er/sie ist.
Du gibst deinen Eltern ein kleines Geschenk als Zeichen Deiner Wertschätzung.	Du überlegst dir ein besonderes Geburtstagsgeschenk für einen Freund.	Du teilst deinen Liebessnack mit einem Freund.
Du machst dir selbst eine Freude, indem du ein Lied singst.	Du erzählst jemandem ein schönes Erlebnis.	Du erzählst deiner Großmutter, warum du sie so lieb hast.
Du bedankst dich bei der Nachbarin für ihre kleine Aufmerksamkeit, auch wenn das Geburtstagsgeschenk nicht nach deinem Geschmack ist.	Du stellst dir vor, wie deine Familie zusammensitzt und lacht.	Du sendest einem unglücklichen Menschen einen liebevollen Gedanken.
Du grüßt auf dem Schulweg alle Menschen, denen du begegnest, und schenkst ihnen ein Lächeln.	Ohne Aufforderung räumst du dein Zimmer auf.	Du kochst für deine Familie ein besonderes Essen.

<p>Du gibst einem Elternteil einen Tag frei.</p>	<p>Wenn sich jemand in einer Warteschlange vordrängelt, lächelst du und lässt in vor.</p>	<p>Du sendest Gedanken des Friedens und des Glücks an alle Menschen der Welt.</p>
<p>Du gibst dir besondere Mühe, zu jemandem freundlich zu sein, mit dem du Schwierigkeiten hast.</p>	<p>Du gehst auf den Vorschlag eines Freundes ein, gemeinsam Hausaufgaben zu machen.</p>	<p>Du erzählst einem deiner Lehrer, was dir am Unterrichtgut gefällt.</p>
<p>Du gehst an einen schönen Ort und machst dir dein Glück bewusst.</p>	<p>Zum Wohl der Gruppe setzt du nicht deine Idee durch, weil andere auch gute Ideen haben.</p>	<p>Du gibst einer anderen Person die Möglichkeit zu glänzen.</p>
<p>Du tust alles mit ganz viel Liebe.</p>	<p>Du freust dich auf die Zukunft, weil du Probleme als Lernchancen siehst.</p>	<p>Bevor du handelst, denkst du erst über die Konsequenzen nach.</p>
<p>Obwohl sich zwei deiner Freunde streiten, ergreifst du keine Partei sondern bleibst mit beiden verbunden.</p>	<p>Du spendest täglich 5 Minuten Zeit, um Gedanken des Friedens in die Welt zu senden.</p>	<p>Du beschäftigst dich mit der Biographie eines Menschen, der der Welt ein großes Geschenk gemacht hat.</p>
<p>Bevor du etwas kaufst, überlegst du, ob du es wirklich brauchst.</p>	<p>Du unterstützt jemanden, der etwas Sinnvolles tun möchte.</p>	

Karten ohne Juwelen

Sie werden unter die Juwelenkarten gemischt.

<p>Du gibst die Hoffnung auf, dass du dich je verbessern könntest.</p>	<p>Du glaubst nicht daran, dass sich dein Freund sich jemals ändern könnte.</p>	<p>Du denkst an all das, worin du deiner Meinung nach besser als deine Freunde bist.</p>
<p>Dein Gesichtsausdruck ändert sich, wenn jemand etwas tut, was dir nicht gefällt.</p>	<p>Du glaubst, niemals so erfolgreich sein zu können wie alle anderen.</p>	<p>Du erinnerst andere an die Fehler, die sie gemacht haben.</p>
<p>Du bist mit deinen Gedanken mehr in der Vergangenheit als in der Gegenwart.</p>	<p>Du stellst dir immer das Schlimmste vor, was passieren könnte.</p>	<p>Du drückst dich vor Familienausflügen.</p>
<p>Du widersetzt dich, wenn dein Lehrer dir eine Aufgabe stellt.</p>	<p>Du ignorierst jemanden, der in deine Gruppe aufgenommen werden möchte.</p>	<p>Du lachst jemanden wegen seiner neuen Frisur aus.</p>
<p>Du setzt über jemanden ein Gerücht in Umlauf.</p>	<p>Du sagst fiese Dinge über jemanden, den du eigentlich magst, nur weil ein anderer, der beliebt ist, ihn/sie nicht mag.</p>	<p>Du stellst es nicht richtig, wenn jemand eine falsche Information über jemand anders verbreitet.</p>

Punkt 12: Verantwortung

Ein stilles Gefühl für soziale Gerechtigkeit

von Diane Tillmann

Auf meinen Reisen um die Welt machten mir solche Menschen oft Mut, die sich ohne viel Aufhebens um ihre eigene Person still für soziale Gerechtigkeit einsetzten. Während man auf der einen Seite immer häufiger von Korruption und Mauscheleien hört, boomen auf der anderen Seite Geschäftsbranchen mit Fortbildungsangeboten zu sozialer Verantwortung und ethischem Führungsstil. Im November 1999 traf ich in Indien solch einen Mann, der auf stille Weise das Leben vieler Menschen auf positive Art beeinflusste.

Abel Sade kommt aus Uruguay und stellt Kosmetika her. Seine Firma, Nuevo Cosméticos gehört zu den erfolgreichsten und am schnellsten expandierenden Unternehmen des Landes. Fünfzehntausend Frauen arbeiten als Verkäuferinnen und vertreiben die kosmetischen Produkte von „Tür zu Tür“. Jede siebenundfünfzigste Frau des Landes arbeitet für diese Firma. Viele sind mittlerweile zu einer Art Sozialarbeiterin geworden, denn sie geben wichtige Informationen über Krebsvorsorge, Drogenmissbrauch etc. untereinander weiter. Abel Sade ist überzeugt, dass Firmen gesellschaftsverändernd wirken können.

Bei einer Tasse indischen Tees erzählte er seine Geschichte. Es war ein langsamer Prozess. Er hörte, wie eine seiner Verkäuferinnen über eine Kundin mit Brustkrebs berichtete. Eine andere Angestellte seiner Firma machte sich Sorgen um Familien, deren Kinder Drogen nahmen. Er begriff intuitiv, dass diese Frauen helfen wollten, ihnen aber die nötigen

Informationen und Fähigkeiten fehlten. Zwar gibt es Gesundheitsbehörden mit fundiertem Wissen, diese verfügten aber über zu wenig finanzielle Mittel, um eine umfassende Gesundheitsvorsorge in der Gesellschaft zu gewährleisten. Mit großem Einsatz half Abel Sade, eine Brücke zwischen diesen Behörden und den Verkäuferinnen zu bauen. Schließlich wurde eine Vereinbarung mit der Behörde ausgehandelt und Gesprächsmöglichkeiten mit den Verkäuferinnen vereinbart.

Mittlerweile finden alle drei Wochen Treffen zwischen den fünfzehntausend Verkäuferinnen statt, jeweils sechshundert in fünfundzwanzig Bezirken. Die Frauen arbeiten in Teams und organisieren ganz unterschiedliche Projekte in den einzelnen Gemeinden. Abel Sade: „Eine Gruppe eröffnete eine Kindertagesstätte, und wir unterstützten sie dabei, dieses Projekt anderen Firmen vorzustellen, finanzielle Mittel zu akquirieren und eine sinnvolle Mittelverwendung sicherzustellen. Im Laufe der Zeit wurde uns immer klarer, dass die Frauen nicht nur um des Geldes Willen in unserer Firma arbeiten, was wir fünfzehn Jahre lang angenommen hatten, sondern weil sie hier ein Gefühl der Zusammengehörigkeit, Anerkennung und Motivation für ihr Engagement erfahren.“

Die Verkäuferinnen haben stets ein offenes Ohr für außergewöhnliche Projekte und Methoden. Jedes Jahr im Dezember gibt es ein Treffen, bei dem einzelne Frauen ausgezeichnet und nachahmenswerte Modelle vorgestellt werden. So entwickelte beispielsweise die Direktorin einer Schule auf dem Land ein Programm für biologischen Gartenbau. Dafür wurde eine Schüler-AG gegründet, und das selbst angebaute Gemüse wurde für Schulmahlzeiten verwendet oder weiterverkauft. Durch die Erlöse konnte die Schulausstattung verbessert werden. Das Projekt erfuhr Unterstützung durch eine angeschlossene

Umweltorganisation, die Fragen zum biologischen Anbau beantwortete und einer Firma, die landwirtschaftliche Geräte herstellte. Einige Landwirte aus der näheren Umgebung zeigten Interesse für diese Methoden. Mittlerweile gibt es einundzwanzig Schulen, die mit über dreitausend Schülern ähnliche Projekte betreiben.

Bei einer zweiten Tasse Tee fragte ich Abel Sade nach seiner tiefsten Überzeugung. Warum half er anderen Menschen bei der Ausbildung? Er antwortete langsam und bezeichnete sich als sozialer Militant in den 60er Jahren. „Die tiefste Überzeugung für mich ist die Gerechtigkeit“. Obwohl er drei Jahre lang im Gefängnis saß, weil er als Student gegen die Militärdiktatur in Uruguay demonstriert hatte, setzt er sich weiterhin für soziale Gerechtigkeit ein. „Ich bin fest davon überzeugt, dass alle Menschen ein Recht auf gleiche Chancen im Leben haben sollten. Ich komme aus einer Familie der oberen Mittelschicht. Als ich mit dem Studium begann, bemerkte ich, dass die Verteilung von Reichtum nicht gerecht war.“ So nutzte Abel Sade jede sich bietende Gelegenheit, das Leben derer, die mit ihm zu tun hatten, zu verbessern. Er sagte: „Ich bin jetzt auf andere Art militant, ich setze mich noch immer dafür ein, das Land ein bisschen besser zu machen.“ Wenn er mit Geschäftspartnern spricht, sagt er ihnen, dass die Rückgabe an die Gemeinschaft keine „Pflicht“ sondern „ein Wunsch, zu geben, zu erschaffen und zu lieben“ sein sollte.“ Abel Sade ist überzeugt: „Wir können unserem Land Liebe geben.“

Punkt 13: Entspannungsübungen - Phantasiereisen

Körperliche Entspannung

„Setz dich ganz bequem hin . . . Entspanne dich . . . Während du dich entspannst, lasse den Körper schwer werden und konzentriere dich auf deine Füße . . . Spanne einen Moment lang alle Muskeln an . . . Entspanne sie wieder . . . Lasse sie entspannt . . . Fühle jetzt deine Beine, lass sie schwer werden . . . Spanne die Beinmuskeln an . . . Entspanne sie wieder . . . Jetzt der Bauch . . . Spanne die Bauchmuskeln einen Moment lang an . . . Entspanne sie dann wieder . . . Lass alle Spannung los . . . Achte auf deinen Atem und atme langsam und tief . . . Atme tief und lass die Luft langsam ausströmen . . . Spanne jetzt die Rücken- und Schultermuskeln an . . . und entspanne sie wieder . . . Spanne Hände und Arme an . . . Und entspanne sie wieder . . . Bewege sanft Kopf und Nacken . . . Zuerst zur einen, dann zur anderen Seite . . . Entspanne die Muskeln wieder . . . Spanne jetzt die Gesichtsmuskeln an . . . Das Kinn . . . Entspanne jetzt Gesicht und Kinn . . . Lass Wohlbehagen durch den ganzen Körper strömen . . . Konzentriere dich wieder auf deinen Atem, atme klare Luft ein, atme alle restliche Spannung aus . . . Ich bin entspannt . . . Ich fühle mich wohl . . . Ich bin bereit, mein Bestes zu geben.“

- Beitrag von Guillermo Simo Kadletz

Friedvoller Stern

„Ein Weg zu Frieden ist innere Stille. Denke für einen Moment an die Sterne und stell dir vor, einer von ihnen zu sein. Sie sind so wunderschön am Himmel, sie funkeln und glitzern. Sie sind so still und voller Frieden . . . Lass deinen Körper auch ganz ruhig werden . . . Entspanne deine Füße und Beine . . .

Entspanne deinen Bauch und deine Schultern . . . Entspanne deine Arme und dein Gesicht . . . Lass das Gefühl von Frieden entstehen . . . Lass das sanfte Licht des Friedens dich umhüllen . . . Innerlich fühlst du dich wie ein wunderschöner kleiner Stern . . . Du, der kleine Stern, bist angefüllt mit friedvollem Licht . . . Dieses Licht ist sehr weich und du fühlst dich sicher . . . Entspanne dich in diesem Licht von Frieden und Liebe . . . Sei innerlich still und voller Frieden . . . Du bist aufmerksam . . . Konzentriert . . . Wann immer du inneren Frieden erfahren möchtest, werde ganz still. . . Zufrieden . . . Ein Stern des Friedens.“

Phantasiereise Frieden

„Dein Körper entspannt sich und wird ruhig. Lass die Gedanken an die Welt draußen los und werde innerlich langsamer. Sei im Jetzt und konzentriere dich auf diesen Augenblick. Lass deinen Geist still werden und nimm allmählich Wellen des Friedens in dich auf . . . Stell dir vor, du bist draußen in einer schönen Landschaft mit ganz klarer Luft. . . Du bist vielleicht am Meer oder auf einer Wiese . . . Während du dir die Schönheit der Natur vorstellst, nimmst du Wellen des Friedens auf . . . Du fühlst dich vollkommen sicher und entspannt . . . Du befindest dich jenseits von Zeit . . . Du bist erfüllt mit der Stille der Natur . . . Du bist ganz natürlich friedlich . . . Erwinnere dich an deine natürlichen Qualitäten und nimm dich liebevoll so an, wie du bist . . . Sei mit dir selbst in Frieden . . . Wenn ich in Frieden bin, bin ich in der Lage, meine Kreativität und Stärke zu erfahren . . . Ich helfe mit, eine friedliche Welt zu erschaffen.“

Blumengarten - Phantasiereise Respekt

„Setze dich bequem hin und entspanne deinen Körper . . . Atme langsam, lass deinen Geist still und ruhig werden . . . Beginne bei deinen Füßen und entspanne sie . . . Entspanne deine Beine . . . deinen Bauch. . . deine Schultern, deinen Nacken . . . dein Gesicht . . . deine Nase ... deine Augen . . . deine Stirn . . . Dein Geist ist heiter und gelassen . . . Atme tief . . . Konzentriere dich auf die Stille . . . Stell dir eine wunderschöne Blume vor . . . Wie sie wohl riechen mag? ... Erfreue dich an ihrem Duft . . . schau dir ihre Form und ihre Farbe an . . . Genieße ihre Schönheit . . . Jeder Mensch ist wie eine Blume . . . Jeder von uns ist einzigartig . . . Und doch haben wir viele Dinge gemeinsam . . . Stell dir einen Garten vor, in dem viele verschiedene Blumen wachsen . . . Alle sind wunderschön . . . Jede Blume mit ihrer Farbe . . . Mit ihrem Duft . . . Jede Blume gibt ihr Bestes . . . Manche sind hochgewachsen mit gesprenkelten Blütenblättern . . . Manche haben runde Blütenblätter . . . Manche sind groß . . . Andere klein . . . Manche haben viele verschiedene Farbschattierungen . . . Andere erfreuen deine Augen durch ihre Einfachheit . . . Jeder von uns ist wie eine wunderschöne Blume . . . Genieße die Schönheit jeder einzelnen Blume . . . Jede trägt zur Schönheit des gesamten Gartens bei . . . Alle sind wichtig . . . Zusammen machen sie den Garten aus . . . Jede Blume respektiert sich selbst . . . Wenn man sich selbst respektiert, ist es leicht, andere zu respektieren . . . Jeder ist einzigartig und wertvoll . . . Mit Respekt erkennen wir die Qualitäten der anderen . . . Erkenne das Gute in jedem Menschen . . . Jeder spielt eine einzigartige Rolle . . . Jede Person ist wichtig . . . Lass nun langsam die Bilder in deiner Vorstellung verblassen . . . Und kehre mit deiner Aufmerksamkeit in diesen Raum zurück .“

- Beitrag von Amadeo Dieste Castejon

Stern voller Respekt

„Denke an die Sterne und stell dir vor, du bist einer von ihnen. Sie sind so schön am Himmel, sie funkeln und strahlen . . . Sie sind so still und friedlich . . . Lass deine Gedanken zur Ruhe kommen. . . Entspanne deine Füße und Beine . . . Deinen Bauch . . . Und die Schultern . . . Entspanne die Arme . . . Und das Gesicht . . . Du fühlst dich ganz sicher . . . Umgeben von Frieden . . . Im Inneren bist du ein wunderschöner, kleiner Stern . . . Du bist liebenswert . . . Du bist kompetent . . . Du bist, wer du bist . . . Jeder bringt besondere Qualitäten mit auf die Welt . . . Du bist wertvoll . . . Genieße das Gefühl von Selbstachtung . . . Du bist ein Stern voller Respekt . . . Erfahre Stille und Frieden in deinem Inneren . . . Lenke deine Aufmerksamkeit darauf . . . Du bist konzentriert. . . Voller Selbstachtung . . . Zufrieden . . . komme langsam mit deiner Aufmerksamkeit in diesen Raum zurück.“

Liebe senden

Sei für einige Minuten ein Friedensstern und sende allen Menschen in der Welt deine Liebe. „Denke an die Sterne . . . Sie sind so wunderschön am Himmel . . . Still und friedlich . . . Entspanne deine Füße und Beine . . . Deinen Bauch und deine Schultern . . . Entspanne deine Arme und dein Gesicht . . . Fülle den Raum mit Frieden an. . . Entspanne dich und sei ein wunderschöner kleiner Stern . . . Lass diesen kleinen Stern voll friedvollen Lichts sein . . . voller Liebe. . . Sei ganz angefüllt mit liebender Energie . . . Wir können alle jederzeit Liebe und Frieden aussenden. . . An alle Menschen dieser Welt . . . Entspanne deinen ganzen Körper. . . Nimm noch mehr Liebe in dich auf . . . Darin liegt deine ganze Aufmerksamkeit . . . du trägst zu einer besseren Welt bei . . . Lass deinen Geist nun still werden . . . Nun bist du wieder hier im Klassenraum.“

Das Gleichgewicht von Selbstrespekt und Demut

„Lass deinen Geist ruhig werden . . . Entspanne deine Zehen und Beine . . . Entspanne deinen Bauch und deine Schultern . . . Entspanne deine Arme und dein Gesicht . . . Während du dich darauf konzentrierst, gehe in einen Zustand von Selbstrespekt. . . Du glaubst an den Frieden . . . Du bist kompetent . . . Denke an drei Qualitäten, über die du verfügst. . . Jede Person bringt besondere Qualitäten mit in diese Welt . . . Du beginnst, deine Qualitäten zu schätzen . . . Das Gefühl der Demut verbindet sich mit dem Gefühl des Selbstrespekts. . . Genieße das Gefühl der Leichtigkeit, das durch die Demut entsteht. . . Sage zu dir . . . Ich bin, wer ich bin . . . Mit Demut erkenne ich meine Stärken und die der anderen . . . So kann ich ganz still dazu beitragen, ganz still zu einer Änderung der Welt beizutragen. . . Ich richte meine Aufmerksamkeit noch einmal auf meine Qualitäten . . . Ich bin konzentriert . . . Voller Respekt . . . Zufrieden . . . Kehre nun langsam wieder in diesen Raum zurück.“

Freiheit

„Ich entspanne mich und gebe meinem Geist die Freiheit, Neues zu erfahren . . . Ich stelle mir vor, durch die Luft zu fliegen. . . Wie ein Vogel . . . Gleitend . . . Ohne Anstrengung . . . Ganz frei und leicht . . . ich fühle die warmen Strahlen der Sonne auf meinem Rücken . . . Ich bin vollkommen frei . . . Ich lasse alle Sorgen los und fühle mich ganz leicht. . . Es gibt nichts, das mich festhält . . . ich stelle mir eine Welt in Freiheit vor . . . in der jeder frei ist . . . Zufrieden ... glücklich . . . Die Menschen spielen und arbeiten in vollkommener Harmonie zusammen . . . Jeder respektiert Zeit und Raum des anderen . . . Respekt und Liebe für jeden. . . Jeder kann wählen . . . Und jeder ist ausgeglichen . . . Alle haben Wertschätzung für ihre innere Schönheit . . . Und die der anderen . . . Mit meinem freien Geist fliege ich nun in die Gegenwart zurück . . . und fühle mich innerlich leicht.“

- Auf Grundlage eines Beitrags von Sue Emmerly

Zitierte Bücher & Lieder

Books

Chopra, Deepak. *Ageless Body, Timeless Mind*. New York: Crown Publishing Group, 1994.

Delors, Jacques, et al. *Learning: The Treasure Within*, Report to UNESCO of the International Commission on Education for the Twenty-first Century. UNESCO Publishing, 1996.

Jarnpolsky, Gerald. *Love Is Letting Go of Fear*, Millbrae, California: Celestial Arts, 1979.

Gill-Kozul, Carol, Naraine, Gayatri and Strano, Anthony. *Living Values: A Guidebook*. San Francisco: Brahma Kumaris, 1995.

North, Vanda with Buzan, Tony, *Get Ahead: Mind Map your Way to Success*. Limited Edition Publishing: Buzan Centre Books, Bournemouth, U.K.

Otero, H. *Parabolas en son de paz*. Madrid: Editorial CCS, 1993.

Sitarz, Daniel, ed. *Agenda 21*. Boulder, Colorado: EarthPress, 1993. Available at the U.N. Bookstore.

Shakespeare, William. "King Lear." *The Riverside Shakespeare*. Boston: Houghton Mifflin Company, 1974.

United Nations. *Universal Declaration of Human Rights*. U.N. Publications, New York, USA.

United Nations Development Program. *Human Development Report 1992*. New York: Oxford University Press, 1992. Available at the U.N. Bookstore.

Human Development Report 1993. New York: Oxford University Press, 1993. Available at the U.N. Bookstore.

UNESCO. 1995 *United Nations Year for Tolerance*. Paris: Office of Public Information, UNESCO, 1995. Available at the U.N. Bookstore.

Visions of a Better World. A United Nations Peace Messenger Publication. London: Brahma Kumaris, 1993.

U.N. Bookstore address: 2 United Nations Plaza, Room DC2-853, New York, NY 10017, USA, Telephone (800) 253-9646.

Songs

Jackson, Michael. "Heal The World." Epic Record Company.

Lennon, John. "Imagine." Parlophone Record Company. 1971

Loggins, Kenny. "Conviction of the Heart." *Outside: From the Redwoods*. Columbia, 1993.

Nass, Marcia and Max, 1993. "Someday." *Songs for Peacemakers*. Educational Activities, Inc., P.O. Box 392, Freeport, NY 11520 USA.

USA for Africa. "We Are The World." Qwest Record Company.

Über die Autorin:

Diane G. Tillman ist die internationale Koordinatorin von LVEP für inhaltliche Fragen.

Sie ist ausgebildete Schulpsychologin, die 23 Jahre im öffentlichen Schulsystem Kaliforniens gearbeitet hat, und Autorin der 5-teiligen Living Values Bücher mit Materialien für Kinder, Jugendliche, Eltern und Trainer. Darüber hinaus schrieb sie 9 weitere Bücher mit Materialien für gefährdete Jugendliche (z.B. durch Krieg, Erdbeben, Drogenmissbrauch, für Strassenkinder und straffällige Jugendliche).

Diane Tillmann führt weltweit LV-Trainings durch und hält Vorträge über Persönlichkeitsentwicklung..

Vor ihrem Engagement für LVEP arbeitete sie 23 Jahre lang im öffentlichen Schulsystem Kaliforniens.

Ein praxisorientierter Leitfaden zur Wertevermittlung

Dieses Living-Values Curriculum wurde für Pädagogen und all jene geschrieben, die mit jungen Menschen arbeiten und sich über die Zunahme von Gewalt und Abnahme gegenseitigen Respekts Gedanken machen. Das Living Values Bildungsprogramm wird bereits in mehr als 1.000 Städten weltweit erfolgreich angewendet und bietet Übungen, die die Selbstachtung, die emotionale Intelligenz, den kreativen Ausdruck und die Fähigkeit der jungen Erwachsenen fördern, ihre eigenen Entscheidungen an ethischen Werten zu orientieren – die Grundlage für einen positiven Umgang Jugendlicher mit Diversität und gesellschaftlichem Wandel.

Dieses Living Values-Buch enthält:

- Lerneinheiten, die durch Reflexionsübungen, Visualisierungen, Mind Maps, Schreiben, künstlerischen Ausdruck, Rollenspiele und Diskussionen sowohl links- als auch rechts-hemisphärisches Denken fördern.
- Orientierung und Unterrichtseinheiten für junge Erwachsene im Alter zwischen 15 und 22 Jahren, die folgende 12 Schlüsselwerte thematisieren: Frieden, Respekt, Liebe, Toleranz, Ehrlichkeit, Demut, Kooperation, Glück, Verantwortung, Einfachheit, Einheit und Freiheit.
- Von Pädagogen entwickelte und erprobte Übungsbeiträge.
- Textbeispiele, z.B. für geführte Visualisierungen, Parabeln und Konfliktlösungen.
- Empfehlungen, wie das Programm auch bei Zeit- und Geldknappheit in jeden Lehrplan integriert werden kann.

Ihnen als Lehrer, Berater, Workshop-Leiter, Facilitator oder Eltern bietet dieses Buch ein breites Spektrum an Unterstützungen, um junge Menschen mit sozialen Fähigkeiten auszustatten und sie gesellschaftliche wie persönliche Kernwerte erfahren und begreifen zu lassen, damit sie ihre Potenziale entfalten können und dazu inspiriert werden, ihre Werte mutig in die Praxis umzusetzen, um dadurch einen positiven Unterschied zu bewirken.

Das Living Values Bildungsprogramm ist durch einen weltweiten Zusammenschluss von Pädagogen entstanden. Die Hauptautorin der LV-Reihe, Diane Tillman, arbeitete 23 Jahre lang als Schulpsychologin im öffentlichen Bildungswesen in Süd-Kalifornien und ist derzeit ein Mitglied des Internationalen Beratungsgremiums des Dachverbandes ALIVE (Association of Living Values Education International). Sie hat LV-Seminare für die UNESCO und für Bildungsministerien in allen Erdteilen durchgeführt. Die englische Buchversion erhielt die Auszeichnung: „Teacher’s Choice Award“.

29,80 €

ISBN 978393949340-2



LIVING VALUES
EDUCATION

