

DIE AMEISE UND DER GRASHÜPFER: EINE TIERFABEL VON ÄSOP

An einem Sommertag hüpfte ein Grashüpfer auf einem Feld herum und zirpte und sang nach Herzenslust. Eine Ameise kam vorbei und trug unter großer Anstrengung eine Kornähre ins Nest.

„Warum kommst du nicht mit mir?“, fragte der Grashüpfer, „anstatt dich auf diese Weise abzuschuften?“

„Ich helfe dabei, Nahrung für den Winter zu sammeln“, sagte die Ameise, „und empfehle dir, dasselbe zu tun.“

„Warum sollte ich mir Sorgen über den Winter machen?“, sagte der Grashüpfer. „Wir haben im Augenblick reichlich Nahrung.“ Aber die Ameise ging weiter und setzte ihre Arbeit fort.

Als der Winter kam, hatte der Grashüpfer keine Nahrung mehr und war am Verhungern, während er sah, wie die Ameisen jeden Tag Mais und Getreide aus dem Lager verteilten, die sie im Sommer gesammelt hatten. Da erkannte der Grashüpfer: Es ist am besten, sich auf die Tage des Mangels vorzubereiten.



VERANTWORTUNGSKREISE



5 Schritte zur Empathie

Schritt 1: Sei aufmerksam!

- Was sagt dein Freund/deine Freundin?
- Wie würdest du seine/ihre Körpersprache beschreiben?



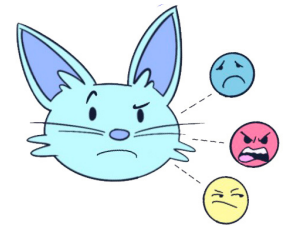
Schritt 2: Stell eine Verbindung her!

- Stell eine persönliche Verbindung zum Gefühlszustand deines Freundes/deiner Freundin her.
- Wann hast du dich ähnlich gefühlt?



Schritt 3: Mal es dir aus!

- Was glaubst du, wie sich dein Freund/deine Freundin gerade fühlt?
- Wie würdest du dich fühlen, wenn dir das Gleiche passieren würde?



Schritt 4: Frag nach!

- Frage deinen Freund/deine Freundin, wie er/sie sich fühlt.

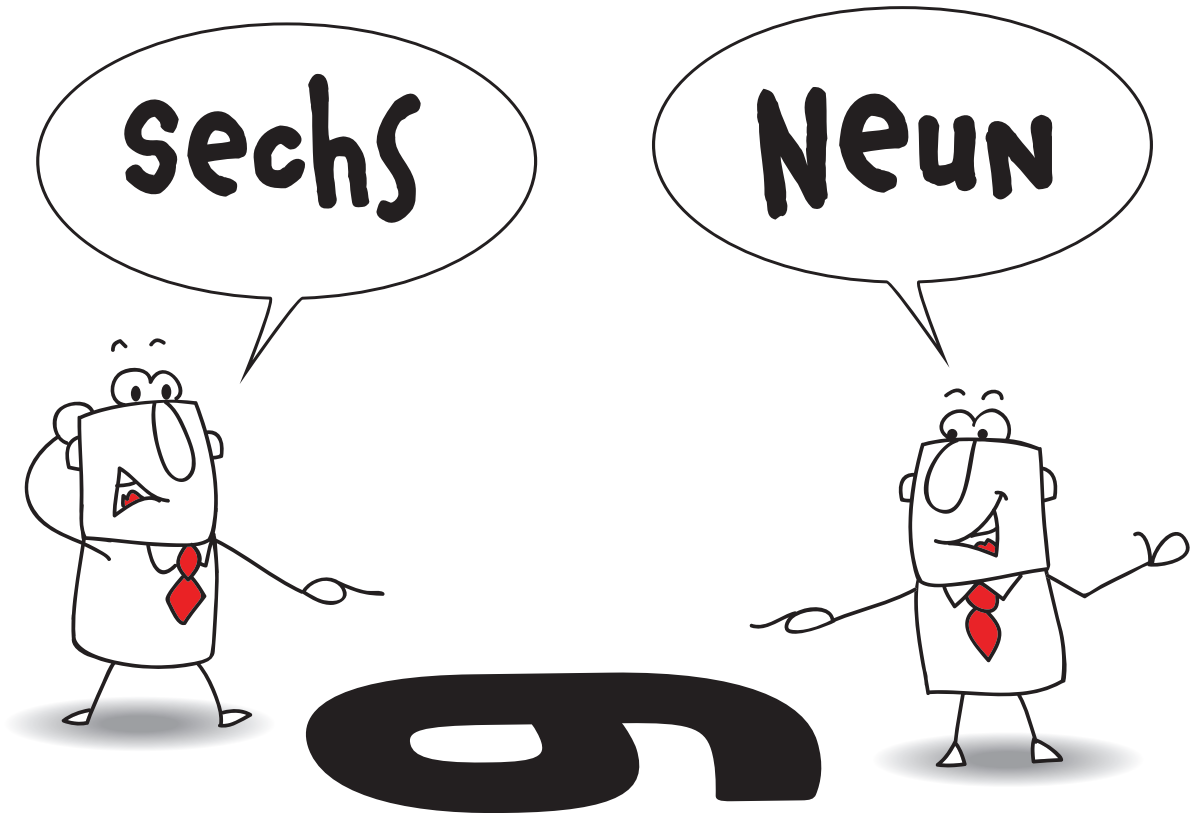


Schritt 5: Handle:

- Hör aufmerksam zu, wenn dein Freund/deine Freundin über seine/ihre Gefühle spricht. Stell Augenkontakt her.
- Zeig deinem Freund/deiner Freundin durch deine Worte und Handlungen, dass er/sie dir wichtig ist.



6 ODER 9?



EMPATHIE-SZENARIO-ANALYSE

Name: _____

1. Wie fühlt sich die Person in deinem Szenario deiner Meinung nach?

2. Wie würdest du dich fühlen?

3. Wenn du diese Situation im wirklichen Leben beobachten würdest, was könntest du tun, um Empathie zu zeigen?

EMPATHIE-SZENARIOKARTEN



Deine beste Freundin Sara ist eifersüchtig auf deine neue Freundin Leila. Eines Tages, als sie vor der Schule auf ihre Eltern warten, beginnt Sara zu kichern und macht gemeine Bemerkungen über das Auto, das Leilas Mutter fährt. Leila hört mit und ist verlegen; du weißt, dass Leilas Mutter gerade ihre Arbeit verloren hat. Was solltest du tun?

Dein bester Freund Mateo hat angefangen, sich über Chris lustig zu machen, weil er ein langsamer Leser ist. Zuerst dachtest du, es sei lustig, aber Mateos Kommentare über Chris sind immer gemeiner geworden. Chris schämt sich inzwischen, vor der Klasse vorzulesen, und senkt den Kopf, wenn er eine Frage beantworten soll. Andere Schülerinnen und Schüler in der Klasse finden Mateos Bemerkungen und Spötteleien immer noch lustig, wenn Chris vorlesen muss. Was solltest du tun?

Ein Rabauke in der Schule und einige seiner Freunde umzingeln in der Pause einen Schüler. Sie machen sich lustig über seine dreckigen Turnschuhe. Was solltest du tun?

Kinder wählen im Sportunterricht Teams für ein Baseballspiel. Es sind noch zwei Schüler übrig, aber die Teamkapitäne wollen sie nicht nehmen. Was solltest du tun?

Shania organisiert eine Geburtstagsfeier. Die gesamte Klasse ist eingeladen, bis auf eine Person. Was solltest du tun?

Ein neuer Schüler mit großer Brille kommt in deine Klasse. Einige der anderen Kinder beginnen zu lachen. Beim Mittagessen sitzt er alleine. Was solltest du tun?

Du bist online und erhältst eine Nachricht, in der sich jemand über einen Klassenkameraden lustig macht. Andere aus deiner Klasse haben die Nachricht auch bekommen. Der Klassenkamerad, über den sich andere lustig machen, weiß nichts von der geheimen Gruppennachricht. Was solltest du tun?

Kayla hat einen neuen Haarschnitt, und der Friseur hat die Haare versehentlich kürzer geschnitten, als sie wollte. Alle deine Freunde sagen, sie sieht aus wie ein Junge. Kayla ist gekränkt. Was solltest du tun?

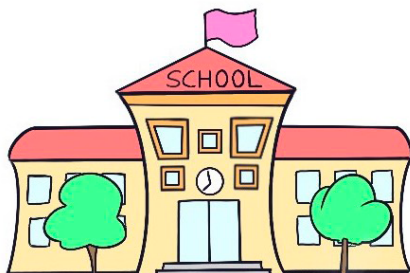
RESPEKT-SZENARIOKARTEN

<p style="text-align: center;">Karte 1</p> <p>Johnnys Lehrer bittet die Klasse, die Mathebücher und Bleistifte herauszunehmen. Johnny ist verärgert, weil er vergessen hat, seine Hausaufgaben zu machen. Er nimmt sein Mathematikbuch und den Bleistift nicht heraus. Als sein Lehrer ihn an die Anweisung erinnert, folgt er dieser auch jetzt nicht. Verhält sich Johnny respektvoll? Was sollte Johnny tun, um seinem Lehrer Respekt zu zeigen?</p>	<p style="text-align: center;">Karte 2</p> <p>Sarah ist im Park. Sie schmeißt ihre leere Kartoffelchips-Tüte auf den Boden und läuft einfach weiter Richtung Schaukel. Verhält sich Sarah respektvoll? Was sollte Sarah tun, um zu zeigen, dass sie ihrer Gemeinschaft gegenüber respektvoll ist?</p>
<p style="text-align: center;">Karte 3</p> <p>Ben rennt auf dem Weg zu den Toilettenräumen auf dem Gang. Ein Lehrer, den er nicht kennt, bittet ihn, stattdessen im Schrittempo zu gehen. Ben ignoriert den Lehrer und rennt weiter. Verhält sich Ben respektvoll? Wie kann sich Ben in der Schule respektvoll verhalten?</p>	<p style="text-align: center;">Karte 4</p> <p>Annas Lehrer sagt den Schülern, dass sie ihre Tablets weglegen und zurück auf ihre Plätze gehen sollen. Anna möchte unbedingt ihr Spiel beenden, also ignoriert sie die Anweisung und spielt weiter auf dem Tablet. Verhält sich Anna respektvoll? Was sollte Anna tun, um ihrem Lehrer Respekt zu zeigen?</p>
<p style="text-align: center;">Karte 5</p> <p>Eric's Baseballteam hat das entscheidende Spiel nicht gewonnen. Eric ist sehr wütend. Als für beide Mannschaften der Augenblick naht, sich die Hand zu geben, setzt sich Eric auf die Bank und verweigert dem anderen Team den Handschlag. Verhält sich Eric respektvoll? Wie kann Eric Respekt zeigen?</p>	<p style="text-align: center;">Karte 6</p> <p>Seans Mutter hat ihm gesagt, dass er erst mit seinen Freunden spielen darf, wenn er sein Zimmer aufgeräumt hat. Sean möchte sein Zimmer nicht aufräumen; er möchte lieber draußen spielen. Sean geht nach oben und räumt sein Zimmer auf, wie seine Mutter verlangt hatte. Verhält sich Sean respektvoll?</p>
<p style="text-align: center;">Karte 7</p> <p>Serenas Oma hat Nudeln zum Abendessen gekocht. Serena mag keine Nudeln. Am Tisch schreit sie ihre Oma an, weil sie Nudeln gemacht hat, und sagt, dass sie die schlechteste Köchin aller Zeiten ist. Verhält sich Serena respektvoll? Was sollte Serena tun, um ihrer Großmutter Respekt zu zeigen?</p>	<p style="text-align: center;">Karte 8</p> <p>Beim Spiel „Zeigen und Erklären“ fangen zwei Jungen an zu lachen, als ihre Klassenkameradin preisgibt, was ihr Lieblingsfilm ist. Sie lachen und sagen, dass es ein langweiliger Film ist. Verhalten sich diese Schüler respektvoll gegenüber ihrer Klassenkameradin? Was sollten die Jungs tun, um Respekt zu beweisen?</p>

RESPEKT ZEIGEN

Wie kann ich Respekt zeigen?

In der Schule



Zu Hause



In der Gemeinschaft



BEISPIELZITATE ZUM THEMA INTEGRITÄT

„Echte Integrität bedeutet, das Richtige zu tun und zu wissen, dass niemand wissen wird, ob du es getan hast oder nicht.“

„Integrität bedeutet, dass man seine Gedanken und Handlungen auf der Grundlage von Werten und nicht aufgrund persönlicher Vorteile auswählt.“

„Wer in kleinen Dingen mit der Wahrheit unachtsam ist, kann nicht mit wichtigen Dingen betraut werden.“

„Es ist immer der richtige Zeitpunkt, um das Richtige zu tun.“

„Integrität bedeutet, das Richtige zu tun, auch wenn niemand einen dabei beobachtet.“

„Weisheit besteht darin, den richtigen Weg zu kennen ..., Integrität bedeutet, ihn einzuschlagen.“

„Integrität wird uns nicht durch das beschert, was wir in der Öffentlichkeit bekennen, sondern aufgrund des Weges, den wir einschlagen, und unserer Handlungen im Verborgenen.“

„Ehrlich zu sein, beschert vielleicht nicht viele Freunde, aber immer die richtigen.“

DIE SZENARIEN DER INTEGRITÄTSHERAUSFORDERUNGEN

Lesen Sie Ihrer Klasse diese Szenarien vor. Die Schüler sollen wählen, wie sie in jedem Szenario handeln würden, und begeben sich auf die entsprechende Seite des Raumes – 1 oder 2.

1. Dein Freund/deine Freundin ist vorbeigekommen, und ihr beide sitzt am Computer deiner Mutter. Dein Freund/deine Freundin möchte, dass du auf eine Webseite gehst, von der du weißt, dass deine Mutter dich davon fernhalten möchte. Deine Mutter ist jedoch für ein paar Minuten zu euren Nachbarn gegangen, so dass ihr beide alleine seid. Würdest du ...

Wahlmöglichkeit 1: ... die Website besuchen? Deine Mutter ist gerade nicht zu Hause, und sie wird vielleicht nie herausfinden, dass du die Website besucht hast.

Wahlmöglichkeit 2: ... deinem Freund sagen, dass ihr eine andere Website besuchen oder etwas anderes unternehmen solltet? Du wirst in Schwierigkeiten geraten, wenn du die Website besuchst.

2. Du hast keine Zeit gehabt, um für deinen Wortschatztest zu lernen, und deine Großmutter hat dir gesagt, dass du eine „1“ für einen anstehenden Test erhalten musst, damit sie mit ihr am Wochenende ins Einkaufszentrum geht. Während des Tests bemerkst du, dass du die Antworten der Mitschülerin, die neben dir sitzt, problemlos lesen kannst. Würdest du ...

Wahlmöglichkeit 1: ... mithilfe des Tests dieser Mitschülerin schummeln? Du weißt, dass sie gelernt hat und wahrscheinlich die richtigen Antworten kennt!

Wahlmöglichkeit 2: ... entscheiden, deine eigene Arbeit zu leisten? Du bekommst vielleicht keine „1“, aber du hast nicht geschummelt.

3. Du hast gesehen, wie dein bester Freund/deine beste Freundin Geld aus dem Rucksack eines Mitschülers/einer Mitschülerin in deiner Klasse entwendet hat. Würdest du ...

Wahlmöglichkeit 1: ... deinem Lehrer/deiner Lehrerin berichten, was du gesehen hast? Du weißt, dass dein Freund/deine Freundin wütend werden könnte, aber der Mitschüler/die Mitschülerin hat nun kein Geld mehr für das Mittagessen.

Wahlmöglichkeit 2: ... nichts sagen? Du hast ja das Geld nicht gestohlen!

POSITIVE GEDANKEN

Ich bin intelligent.

Ich bin sehr fleißig.

Ich bin ein guter Freund/eine gute Freundin.

Ich bin verantwortungsbewusst.

Ich bin zuverlässig.

Ich bin lustig.

Ich bin mutig.

Ich bin gut in Sport.

Ich bin eine Leserratte.

Ich bin hilfsbereit.

Ich bin gut in Mathe.

Ich bin respektvoll.

Ich bin beliebt.

Ich bin nett.

Ich bin kreativ.

NEGATIVE GEDANKEN

Ich bin dumm.

Ich mache nie etwas richtig.

Ich bin schlecht in Sport.

Niemand möchte sich mit mir befreunden.

Alles fällt mir schwer.

Ich kann nicht zeichnen.

Alle sind gemein zu mir.

Mein Lehrer/meine Lehrerin schimpft immer mit mir.

Ich hasse Mathe.

Mein großer Bruder möchte nie mit mir spielen.

Die Pause ist langweilig.

Ich kann überhaupt nicht gut lesen.

Ich werde in der Schule versagen.

Man schimpft immer mit mir, dass ich meine Aufgaben zuhause erledigen soll.

Ich unternehme nie etwas, das Spaß macht.

DIE ZIELE DER BEHARRLICHKEIT

Mein langfristiges Ziel ist: _____

Wenn ich mein Ziel erreiche, sieht das wie folgt aus ...

DIE ZIELE DER BEHARRLICHKEIT

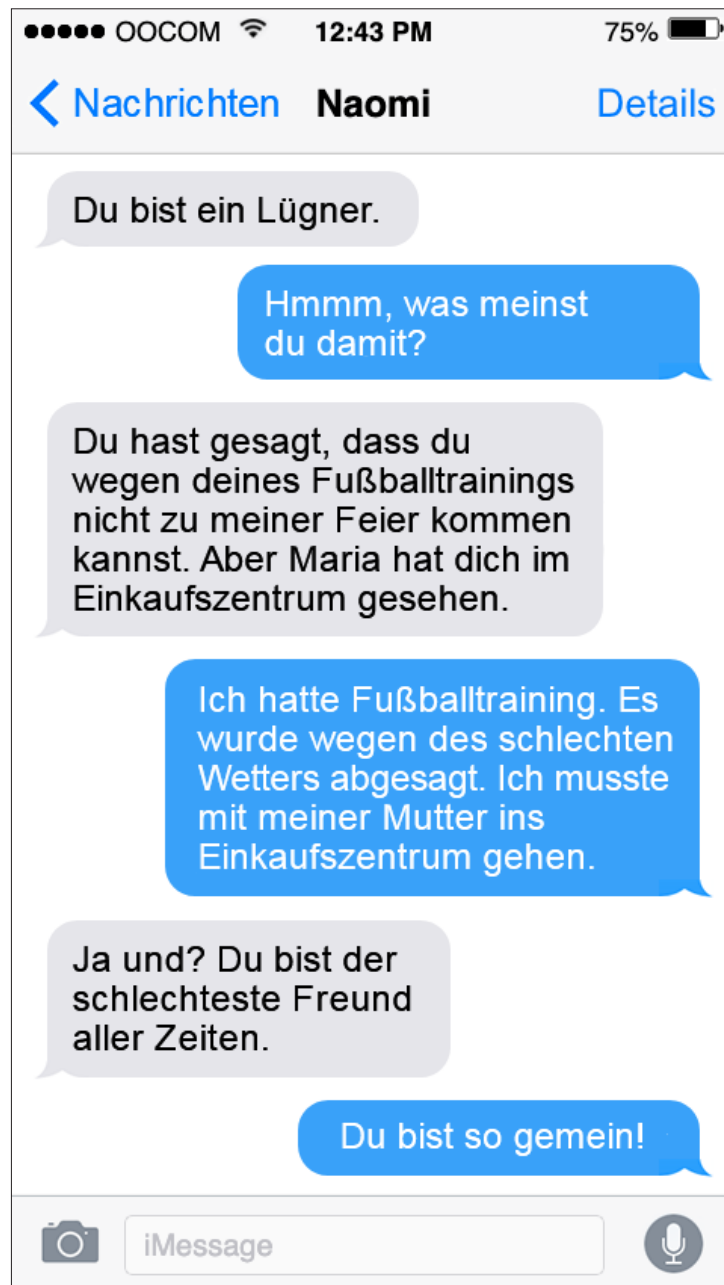
Wenn ich mein Ziel erreiche, sieht das wie folgt aus ...

<u>Kurzfristiges Ziel Nr. 1:</u>	<u>Das brauche ich:</u>	<u>Das muss ich tun:</u>	<u>VISUELL:</u>
<u>Kurzfristiges Ziel Nr. 2:</u>	<u>Das brauche ich:</u>	<u>Das muss ich tun:</u>	<u>VISUELL:</u>
<u>Kurzfristiges Ziel Nr. 3:</u>	<u>Das brauche ich:</u>	<u>Das muss ich tun:</u>	<u>VISUELL:</u>
<u>Kurzfristiges Ziel Nr. 4:</u>	<u>Das brauche ich:</u>	<u>Das muss ich tun:</u>	<u>VISUELL:</u>
<u>Langfristiges Ziel:</u>		<u>VISUELL:</u>	

BEISPIEL „DU-BOTSCHAFT“

Lies den Dialog zwischen Naomi (Nachrichten in Weiß) und ihrem Freund/ihrer Freundin (Nachrichten in Blau).

Wie würdest du dich fühlen, wenn du Naomis Freund/Freundin wärst?



„ICH-BOTSCHAFT“-ÜBUNG

Anleitung: Lies dir die folgenden Beispiele durch.
Stell dir vor, sie würden dir passieren. Schreibe anschließend für jedes Beispiel deine eigene „Ich-Botschaft“ auf.

BEISPIEL:

Deine Mutter bringt dich dazu, dir deine Haare schneiden zu lassen, bevor du deine Großeltern besuchst. Aber du willst, dass deine Haare so bleiben wie sie sind.

Es macht mich/Ich bin/Ich fühle mich wütend.
wenn du mich dazu zwingst, meine Frisur zu ändern
weil ich meine Frisur mag.

1. Ein Teammitglied hat sich über die Schuhe lustig gemacht, die du trägst.

Es macht mich/Ich bin/Ich fühle mich _____ ,
wenn du _____
weil _____ .

2. Deine Klassenkameraden lassen dich in der Pause nicht mitspielen.

Es macht mich/Ich bin/Ich fühle mich _____ ,
wenn du _____
weil _____ .

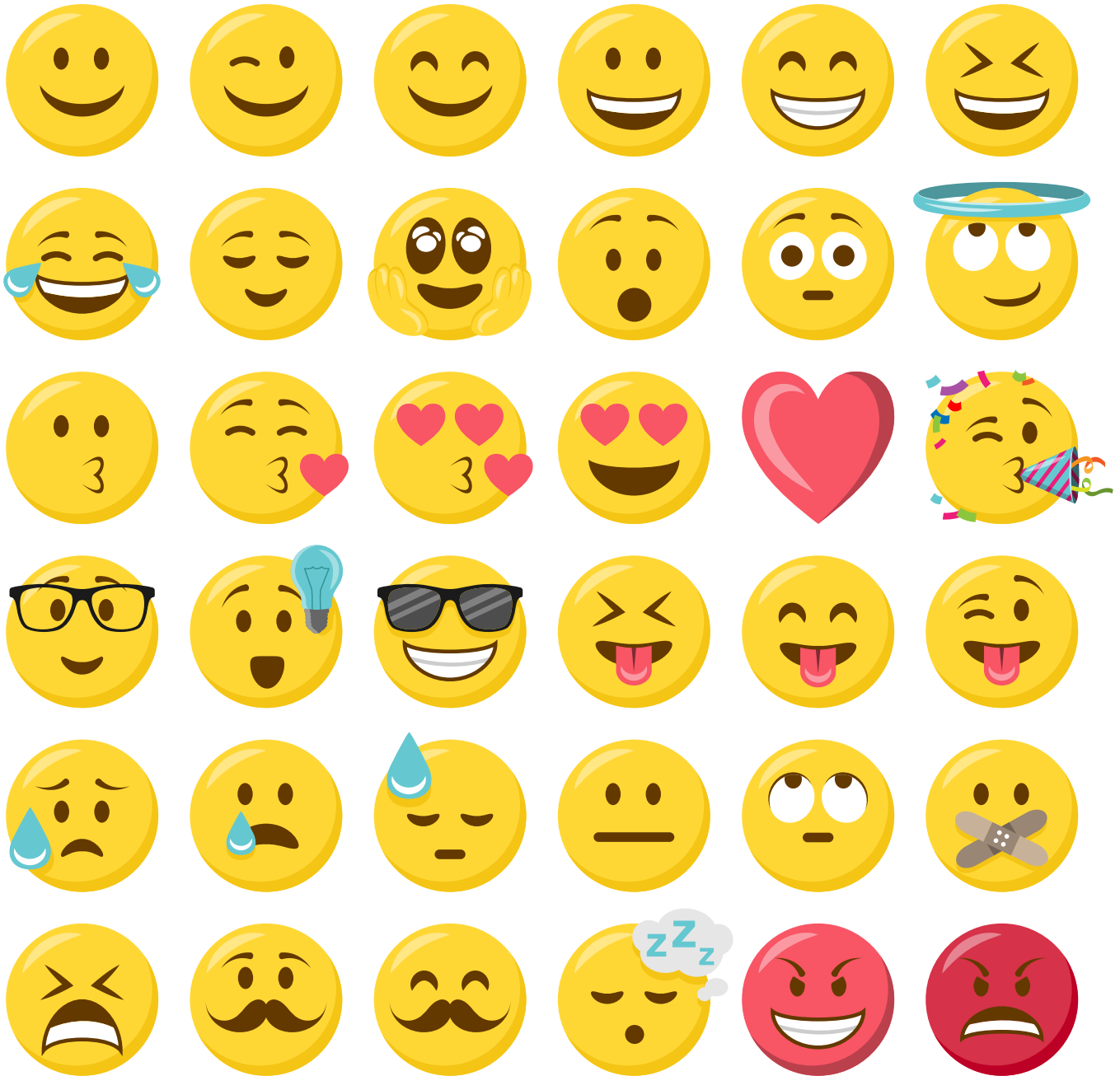
3. Dein Bruder/deine Schwester nennt dich einen „Streber“, weil du gerne liest.

Es macht mich/Ich bin/Ich fühle mich _____ ,
wenn du _____
weil _____ .

KONFLIKTLÖSUNG WAHRSAGERIN

87	Blau Sag, es tut dir leid	Gelb Teile!	56
Grün Sprich mit jemandem darüber			Braun Hol dir Hilfe oder bitte um Rat
Orange Wechsle ab/schalte aus	Rosa Finde einen Kompromiss	Lila Lass die Dinge etwas abkühlen	
21	Rot Komm zu einer Einigung		43

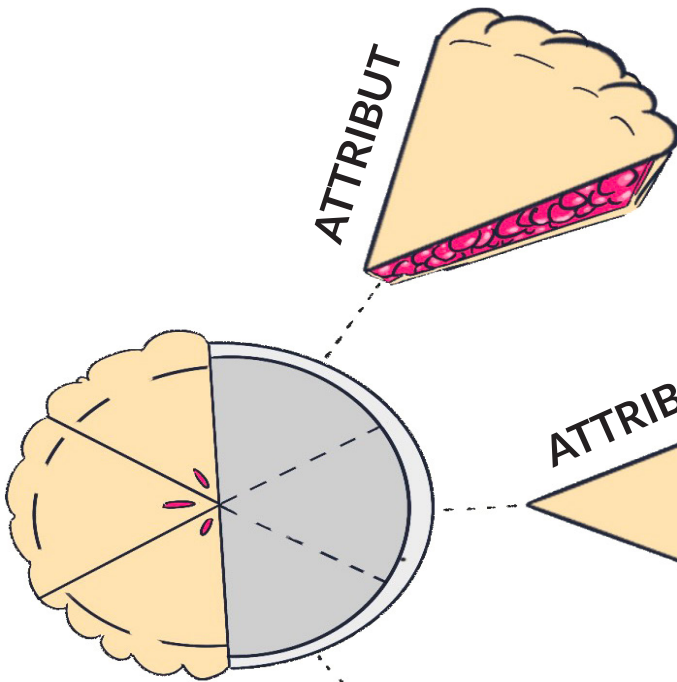
GEFÜHLS-EMOJIS



LISTE VON GRUPPENZWANG-SZENARIEN

1. Du spielst gemeinsam mit einer Gruppe von Freunden auf einem Feld in der Nähe eures Hauses Fußball. Dir wurde gesagt, dass du bei Einbruch der Dunkelheit zu Hause sein musst. Kurz vor Einbruch der Dunkelheit lädt ein beliebtes Kind aus der Nachbarschaft dich und deine Freunde dazu ein, im Hinterhof seines Hauses Fangen zu spielen. Alle deine Freunde entscheiden sich, dorthin zu gehen, aber du weißt, dass du bei Einbruch der Dunkelheit zu Hause erwartet wirst.
2. Während des Computerunterrichts hat eine deiner Klassenkameradinnen auf eine Website zugegriffen, von der du weißt, dass sie in der Schule verboten ist. Sie möchte, dass du auch auf die Webseite gehst, damit sie dir ein „cooles“ Video zeigen kann. Deine Klassenkameradin sagt, dass du ein Streber bist, wenn du die Schulregeln ausnahmslos befolgst.
3. Geraldo möchte unbedingt ein Paar Fußballschuhe haben. Seine Oma fährt ihn zum Einkaufszentrum und gibt ihm Geld, um die Schuhe zu kaufen. Während er sich dem Schuhgeschäft nähert, bemerkt er eine Gruppe von Fußballern, die alle dieselbe Fußballhose tragen. Obwohl er die Fußballschuhe seit langer Zeit haben will, fühlt sich Geraldo unter Druck gesetzt, cool zu sein und sich mit den anderen Fußballern zu messen.
4. Auf der Busfahrt zur Schule fragt ein Klassenkamerad Naquan, ob er seine Hausaufgaben abschreiben kann. Naquan möchte das nicht, sagen, weil er weiß, dass das geschummelt ist. Aber sein Klassenkamerad meint: „Nur Streber lassen nicht abschreiben. Willst du ein Streber sein?“
5. Während DeAnna bei einem Schultanz ist, versucht ein Mädchen, das neu an der Schule ist, sich dem Tanzkreis ihrer Freunde anzuschließen. Alle Freunde von DeAnna rollen die Augen und bewegen sich so, dass das neue Mädchen nicht in den Kreis gelangt. DeAnna bemerkt, dass das neue Mädchen wirklich einsam aussieht, möchte aber ihren Freunden gegenüber nicht „uncool“ wirken.
6. Rachel sitzt ruhig im Unterricht und liest ein Buch, wie es ihr Lehrer/ihre Lehrerin ihr aufgetragen hatte. Plötzlich bittet ihre beste Freundin, die neben ihr sitzt, eine Nachricht an einen anderen Schüler weiterzugeben. Rachel ist nervös, weil sie in Schwierigkeiten gerät, aber Leilani droht damit, nicht mehr ihre beste Freundin zu sein, wenn sie den Zettel nicht weitergibt.

ATTRIBUT-KUCHEN

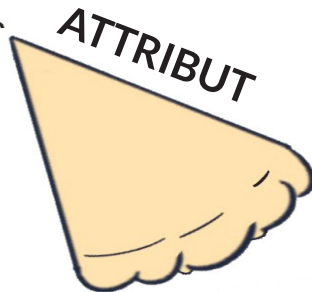


Beispiel(e)

- _____
- _____

Beispiel(e)

- _____
- _____



Beispiel(e)

- _____
- _____



Tabelle für Gemeinschaftssinn

Ich mache die Welt zu einem
besseren Ort, indem ich ...

In der Schule	Zu Hause	In der Gemeinschaft