

„wenn das wasser einem bis zum halse steht“ über existentielle grunderfahrungen und (eigene) geschichten ins gespräch kommen

rené herbig

„Das Leben schreibt Geschichten“ – diese Erkenntnis ist weder neu noch überraschend. Doch manchmal verliert man mit der selbstverständlichen Bejahung dieses Satzes den Blick auf das Potenzial dessen, was diese Geschichten in sich bergen. Im Unterricht können sie eine Bereicherung sein, nicht nur mit Blick auf Vielfältigkeit des Lebens, sondern auch hinsichtlich des Sich-Wiedererkennens in den erzählten Lebenssituationen und Miterlebens dessen, was die erzählende Person empfindet. Im gelungenen Fall ist es ein Sich-Einlassen, empathisches Eingehen, ein Identifizieren, sich und sein Leben reflektieren und Sich-Mitteilen. Das Thema dieser bb-Ausgabe „(Un-)Planbarkeit des Lebens – Zukunft und Krise“ bietet sicherlich viele solcher Geschichten.

Doch wie initiere ich ein Sich-Einlassen auf Geschichten aus dem Leben, wie kann ich diese aufgreifen und Schüler:innen ermutigen, ihre eigenen Geschichten zu erzählen? Wie kann ich gerade mit Blick auf Geschichten, die man aufgrund der Negativerfahrung sonst nicht erzählt, motivieren, sie einzubringen, und die Möglichkeit zu geben, sie in eine Hoffnungsperspektive zu stellen? Dieser Artikel soll einen Beitrag hierzu leisten.

Die dargestellte Unterrichtsstunde für einen 5./6. Jahrgang ist dabei eingebettet in die Einheit „Was glaubst du?“ (s.u.). Die Schüler:innen sollen in der konkreten Stunde ausgehend von (Psalm-)Worten in fiktiven Geschichten die existentielle Dimension herausarbeiten und kreativ darstellen. Im Erkennen der Artikulationsmöglichkeiten in Grunderfahrungen und im Aufgreifen der Geschichten als (Schreib-) Impulse kann ein Transfer auf Situationen des eigenen Lebens und das Erzählen eigener Geschichten gelingen.

Unabhängig von Stundenthema und Unterrichtseinheit kann das Material aber auch in weiteren Zusammenhängen eingesetzt werden. Mit Blick auf inklusiven Unterricht ist das Material nicht nur grundsätzlich differenziert,

sondern auch hinsichtlich des Förderschwerpunkts Lernen ausgearbeitet.

Einordnung der Stunde in den Unterrichtszusammenhang

In der Einheit „Was glaubst du?“ wurde die unterschiedliche (religiöse) Sozialisation und Prägung der Schüler:innen aufgegriffen und über Fragen des Lebens nachgedacht, die Schüler:innen setzten sich mit Bildern, die sich Menschen von Gott machen sowie mit Religionen auseinander. Es geht um ein Nachdenken über Gott und die Welt, über mich selbst und andere und über ein Nachdenken über den Sinn des Lebens. Ein Kompetenzzuwachs kann nach Kerncurriculum darin liegen, dass Lernende in diesem Zusammenhang „sich mit anderen über religiöse, ethische und weltanschauliche Fragen und Überzeugungen begründet auseinandersetzen“ sowie „Sprachformen und Textgattungen der Bibel durch kreative Gestaltung in die eigene Lebenswelt übertragen“ können¹.

Dies benötigt nicht allein ein kognitives Wissen, sondern auch ein Verständnis der affektiven Dimension – damit also ein Hineinversetzen in Situationen, Reflektieren von Gedanken, Gefühlen sowie Haltungen und eben auch das Wissen darüber, dass man manchmal „im selben Boot sitzt“. Dies wurde in der Vorstunde durch die biblische Erzählung der Sturmstillung aufgegriffen und wird nun intensiviert. (Psalm-)Worte ermöglichen die Artikulation von Grunderfahrungen, das Symbolverständnis wird vertieft. Die Korrelation von Erfahrung und Transzendenz wird deutlich. Die am Ende des Unterrichts eingebrachte Hoffnungsperspektive wird in der Folgestunde aufgegriffen und ausgeweitet. Sie bietet auch die Chance, mögliche „Antworten“ auf anfangs thematisierte Fragen des Lebens zu reflektieren und eine eigene Position zu finden. Wichtig ist, im Weiteren immer wieder Raum für die eingebrachten Geschichten der Schüler:innen zu geben.

1 Niedersächsisches Kultusministerium, S. 16

Stundenbezogene didaktische Überlegungen und Entscheidungen

Das Thema der Unterrichtsstunde findet seine **kerncurriculare Verankerung** in den Leitfragen „Nach dem Menschen fragen“ und „Nach Gott fragen“². Geht es dabei hinsichtlich der inhaltsbezogenen Kompetenzen letztlich um Erfahrung, Identität und Gottesbild, weisen die prozessbezogenen Kompetenzen in der Wahrnehmungs- und Darstellungskompetenz die besondere Nähe zur Unterrichtsstunde dahingehend auf, dass die Schüler:innen „Situationen beschreiben [können sollen], in denen existentielle Fragen des Lebens bedeutsam werden“³.

Psalmworte wie „Das Wasser steht mir bis zum Hals“ (Ps. 69,2, Zürcher Bibel) oder „[...] in den tosenden Fluten versunken“ (Ps 124, 5, HFA) greifen dieses auf und stehen zugleich **exemplarisch** für die Gattung der Dankpsalmen bzw. Dank(opfer)lieder⁴. So fühlt sich der Psalmist in Ps 69 „an Leib und Leben gefährdet [...] Schmähungen und Spott ausgesetzt [...], er erbittet] rettende Zuwendung [...], und findet] Erhörung“⁵. Diese Psalmen beinhalten oftmals eine starke Dramatik, die auch in den selbstverfassten Texten mit Gegenwartsbezug deutlich werden soll, sie haben aber letztlich eine Hoffnungsperspektive. Sie sollen „zur Ermutigung und Freude für die Gebeugten dienen“⁶. Theißen Elementarisierung⁷ sieht in Psalmworten den Rückgriff auf Grundmotive biblischen Glaubens: Erfahrungen der Angst und der Zerbrochenheit, des Leids und des Todes sind in der Welt präsent, sie können aber letztlich in vertrauenden Glauben und Zuversicht münden.

Menschen können in ihrem Leben innere Nöte aber auch äußere Gewalten erfahren, letztlich Situationen die sie existentiell bedrohen. Mit Blick auf die Schüler:innen gehören aber auch noch nicht alle „Kinderängste“ der Vergangenheit an, was altersspezifisch zumeist schul- und gesundheitsbezogene Ängste sind. Veränderungen beispielsweise äußerer Gegebenheiten werden zudem in dem Alter sehr genau wahrgenommen, mehr und mehr auch der sich erweiternde Lebens- und Gestaltungsraum, was durchaus als bedrohlich empfunden werden kann. Somit hat das Thema **Gegenwartsbedeutung**. Auch Gefühle der Beklemmung, der Scham und der Überforderung gehören zu den Grunderfahrungen menschlichen Daseins und liegen im Erfahrungshorizont der Schüler:innen. Ge-

rade weil Freundschaft und Beziehung, Status und Anerkennung wichtige Aspekte in ihrer Entwicklungsphase sind, kennen die Lernenden vielleicht auch Situationen, in denen sie sich verletzt und abgelehnt fühlen. Solche Erfahrungen werden in den (Psalm-)Worten und Geschichten aufgegriffen und Möglichkeiten der Artikulation eigener Grunderfahrungen angeboten. Die ausgewählten Worte und Beispielgeschichten sollen die Schüler:innen ansprechen, indem sie sowohl auf der Bildebene als auch in ihrer Aussage mit der Lebenswirklichkeit der Schüler:innen korrelieren. Zugleich sind manche sprachlichen Ausdrücke den Schüler:innen geläufig, so dass hier an Wissen und Erfahrung angeknüpft und diese vertieft werden können.

Neben der anthropologischen und religiösen Dimension gewinnt das Thema der Stunde an **Zukunftsbedeutung** dahingehend, dass die Schüler:innen einen Zugang zur Vielschichtigkeit der Sprache und den verschiedenen Ebenen der Lebenswirklichkeit erlangen können. Damit kann die erlebte Mehrdimensionalität der Sprache das Symbolverständnis der Kinder fördern.

Die **Zugänglichkeit** des Themas wird allein schon durch die genannten Aspekte zur Gegenwartsbedeutung deutlich. Gleichzeitig muss der Lerngegenstand entsprechend des Bildungs- und Entwicklungsstandes der Schüler:innen und in einer schüleraktiven, ganzheitlichen Form dargebracht werden. Auf diese Weise kann nicht allein die konkrete, sondern auch die mögliche weitergehende Bedeutung erkannt und letztlich die Hoffnungsperspektive erschlossen werden⁸.

Stundenbezogene methodische Entscheidungen

Der Zugang zum Unterrichtsschwerpunkt geschieht im **Stundeneinstieg** über die Einfühlung in Ängste und Not-situationen. Der inszenierte Einstieg soll Gespanntheit und Fokussierung erzeugen und motivationalen Charakter haben. Das Aufstehen und erst dann Sprechen der (Psalm-)Worte durch die Mitschüler:innen ermöglicht eine Fokussierung sowie Orientierung hinsichtlich der Hör-richtung (relevant bei Schüler:innen mit Konzentrations-schwierigkeiten und solchen mit Förderschwerpunkt Hö-ren). Die Umsetzung der Redewendungen in Körperhaltungen sowie die Artikulation der Gefühle ermöglichen die Erschließung der Mehrdimensionalität der Sätze. So ist umso mehr beim späteren Lesen der (fiktiven) Geschichten ein Identifizieren und Nachvollziehen, aber auch ein Transfer auf eigene Erlebnisse möglich – was in der Transferphase sowie in der Folgestunde relevant werden wird.

⁸ Vgl. Petzold 2018, S. 376

² Vgl. ebd., S. 18-20.

³ Ebd., S. 15.

⁴ Vgl. Weber 2001, S. 311 und Weber 2003, S. 288

⁵ Weber 2001, S. 311-312

⁶ Ebd., S. 312

⁷ Vgl. Theißen 2003

Die **Erarbeitung** der Bedeutung der (Psalm-)Worte in verschiedenen (fiktiven) Geschichten, mit denen an Alltagserfahrungen und mögliche existentielle Fragen und Gefühle der Schüler:innen angeknüpft werden soll, erfolgt in Partnerarbeit. Dies ist unterstützend und ermöglicht ein gemeinsames Lernplateau. Mit Blick auf die Schüler mit Förderbedarf „Lernen“ wurde eine Differenzierung zweier Texte vorgenommen: es gilt, die Geschichten in „leichte Sprache“ zu bringen, um ihnen Situation, Erleben und Identifikation zu ermöglichen. Hilfe-Karten stehen zudem für die Schüler:innen parat, die nicht weiterkommen, wobei versucht wird, zunächst durch Impulse und gezielte Unterstützung das Erschließen zu fördern. Das Äußern von Assoziationen sowie die Überlegungen zu Situation und Befinden eines Menschen, der diese Worte spricht, dienen in der Erarbeitung des Textes einerseits der Verknüpfung von eigenen Erfahrungen der Schüler:innen mit dem Unterrichtsgegenstand, andererseits der Vorbereitung der nächsten Phasen.

Die weiteren unterschiedlichen Bearbeitungsmöglichkeiten stellen Differenzierungsangebote dar, die eine vertiefte Auseinandersetzung fördern sollen: unterschiedliche Lernkanäle sprechen verschiedene Sinne und Neigungen an, Aufgaben können auf unterschiedlichem Niveau erbracht und letztlich individuelle Lernwege ermöglicht werden.

Durch das Vorlesen der Texte und das Aufhängen der Ergebnisse in der **Präsentations-/Auswertungsphase** sollen existentielle Erfahrungen im Leben sowie Gehalt bzw. Relevanz der (Psalm-)Worte ersichtlich werden. Die Präsentation dient gleichzeitig der zusammenfassenden Visualisierung des Erarbeiteten und zeigt die unterschiedlichen Facetten der Situationen sowie deren Wirkung hinsichtlich der Personen auf. Durch die ggf. selbstverfassten Geschichten können die dargestellten Situationen erweitert, genannte Aspekte ergänzt und intensiviert werden. Der die Phase abschließende Impuls („Was wünscht sich die Person in ihrer Situation?“) bricht das Bisherige hin zu einer Hoffnung und Herauslösung aus der Situation auf.

Durch den Transfer des Erarbeiteten auf das eigene Leben soll in der **Vertiefungs-/Transferphase** eine persönliche Auseinandersetzung erfolgen und eine Erschließung des (Psalm)Wortes auch als Möglichkeit der Artikulation eigener Grunderfahrungen gefördert werden. Die Karten in Form kleiner „Wellen“ greifen Inhaltliches auf, verfolgen eine motivationale Intention und bereiten das „Schlussbild“ vor. Die zu Stundenbeginn geäußerten Assoziationen sowie die Konkretionen aus den Texten können jetzt als Hilfe benutzt werden und die Ausein-

dersetzung mit eigenen Erfahrungen intensivieren. Das Einspielen ruhiger Musik soll das Reflektieren eigener Erlebnisse unterstützen.

Sollte man sich ggf. dafür entscheiden, die dargestellte Stunde auf zwei Unterrichtsstunden zu erweitern, wäre an dieser Stelle ein Aufschreiben eigener Geschichten gewinnbringend. Mit Blick auf Schüler:innen, denen das Artikulieren schwerfällt, könnte man als Differenzierung andere Formen des Einbringens eigener Geschichten ermöglichen (z. B. Zeichnen von Situationen).

Aufgrund der teils sicherlich sehr persönlichen Erlebnisse könnte beim anschließenden Vortragen zunächst durchaus Zurückhaltung herrschen. Erfahrungsgemäß ist dies jedoch meist nur zu Beginn der Fall, sobald das Eis durch einen ersten Vortragenden gebrochen wird, zeigt sich Bereitschaft und Verlangen, „seine Geschichte“ einzubringen. So oder so ist die zuvor geschehene persönliche Auseinandersetzung wesentlich, daher gibt es keinen Vortragszwang. Das Hinzulegen der eigenen „Welle“ zum Bodenbild ermöglicht Aktivität und Partizipation zugleich, auch die ungeäußerten Gedanken erfahren dadurch eine Würdigung.

Die Bilder/Worte aus der Vorstunde sollen abschließend die Auseinandersetzung in den Kontext der christlichen Hoffnungsmotivik stellen und diese hervorheben. Dies ermöglicht die Übertragung der Hoffnungsgedanken auf eigene Erfahrungen, was in den Folgestunden aufgegriffen wird.

Literaturangaben

- Kuld, L.: Wie hast du's mit der Religion? Die Gretchenfrage bei Kindern und Jugendlichen. In: Noormann, H. / Becker, U. u.a. (Hrsg.): Ökumenisches Arbeitsbuch Religionspädagogik. Stuttgart 2007, S.57-73.
- Niedersächsisches Kultusministerium (Hrsg.): Kerncurriculum für die Integrierte Gesamtschule Schuljahrgänge 5 – 10. Evangelische Religion. Hannover 2009.
- Petzold, K.: „Kreuz und Auferstehung“. In: Lachmann, R./ Adam, G. u.a. (Hrsg.): Elementare Bibeltexte: exegetisch, systematisch, didaktisch (Theologie für Lehrerinnen und Lehrer, Bd. 2). Göttingen 2018, S.360-386.
- Theißen, G.: Zur Bibel motivieren: Aufgaben, Inhalte und Methoden einer offenen Bibeldidaktik. Gütersloh: Chr. Kaiser/ Gütersloher Verlagshaus 2003.
- Weber, B.: Werkbuch Psalmen I, Stuttgart: Kohlhammer 2001.
- Weber, B.: Werkbuch Psalmen II, Stuttgart: Kohlhammer 2003.

Arbeitsblätter-Bildquelle

Clker-Free-Vector-Images auf Pixabay.com

Unterrichtsverlauf

Unterrichtsphase	Geplanter Unterrichtsverlauf	Arbeits-, Sozial- und Organisationsform	Medien/ Material	Didaktisch-methodischer Kommentar
Einstieg/ Hinführung	Begrüßung. „Eingeweihte“ SuS stehen nacheinander von ihrem Platz auf und tragen ein Psalmwort vor. L. fordert SuS auf, sich zu Assoziationen, zur Wirkung und zu den Sätzen selbst zu äußern. Eingebrachte (Psalm-) Worte werden an der Tafel angebracht. L. fordert SuS auf, in unterschiedlicher Betonung Sätze zu lesen und unterschiedliche Lesarten zu interpretieren. L. gibt Aufgabe, die Redewendungen in Form eines Standbildes umzusetzen. Lässt SuS die Darstellungen und Gefühle in der Haltung beschreiben. „In welcher Situation könnte man solche Worte äußern?“ – L. sammelt zusammen mit SuS erste Überlegungen, in welchen Situationen sich ein Mensch befinden könnte, der solche Sätze verbalisiert. Überleitung zur Erarbeitungsphase.	SuS-Vortrag Einzelarbeit Unterrichtsgespräch	Schilder mit den vorgetragenen (Psalm-)Worten, Magnete	Der inszenierte Einstieg soll Gespanntheit und Fokussierung erzeugen und zur weiteren Auseinandersetzung motivieren. Das Aufstehen ermöglicht eine Fokussierung und Orientierung hinsichtlich der Hörrichtung. Das Umsetzen der vorgelesenen Redewendungen in eine Körperhaltung und das ansatzweise Artikulieren der Gefühle eröffnen einen ersten Zugang zur Mehrdimensionalität der Sätze. Es ermöglicht beim späteren Lesen der Geschichten eine leichtere Identifikation und Nachvollziehbarkeit mit der Situation der Person und bahnt die spätere Auseinandersetzung mit eigenen Erlebnissen an.
Erarbeitung	L. erläutert den Arbeitsauftrag und visualisiert ihn: SuS sollen sich zunächst in PA mit einem der Sätze auseinandersetzen. Dazu lesen sie beispielhafte Texte zu Situationen, in denen solch ein Satz geäußert werden könnte und erarbeiten die Bedeutung des Wortes in diesem Zusammenhang heraus. Dabei gehen sie auch auf Gefühle und Gedanken der Person ein. Nach einem akustischen Signal zur Beendigung der Phase können die SuS zwischen einem Inneren Monolog, einer zeichnerisch-kreativen Auseinandersetzung (EA) oder einem Verfassen eigener Geschichten (EA/PA), in denen solch ein (Psalm-)Wort vorkommt, auswählen und dies bearbeiten.	Partnerarbeit Einzelarbeit	Arbeitsblätter mit unterschiedlichen Texten, Hilfefkarten, Arbeitskarten, verstärktes Papier, Ölkreide, Gedankenblasen für Inneren Monolog „Autorenpapier“ für eigene Geschichte	Mit den Geschichten soll an den Erfahrungshorizont der S. angeknüpft werden. Das Äußern von Assoziationen sowie die Überlegungen zu Situation und Befinden des diese Worte sprechenden Menschen fördert die Verknüpfung eigener Erfahrungen mit dem Unterrichtsgegenstand und bereitet die Folgephase vor. Differenzierung der Texte für i-Schüler, ggf. Hilfe-Karten für SuS, die nicht weiterkommen. Im Weiteren werden auch durch die unterschiedlichen Bearbeitungsmöglichkeiten verschiedene Lernkanäle angesprochen und qualitativ differenziert.

Präsentation/ Auswertung	<p>L. beendet die Erarbeitungsphase, ein Stehhalbkreis wird gebildet. L. fordert eine/n Schüler*in zum Vortragen einer der Erzählungen auf, bei dem die anderen Mitschüler:innen ihre Zeichnungen an die entsprechende Stelle der Tafel hängen. Freie Schülerkommentare zu den Bildern.</p> <p>L. lässt SuS auf die Bedeutung des Wortes in der Situation sowie die innere Situation des Betroffenen eingehen. L. bittet im Weiteren die anderen SuS, die selbstverfassten Texte (Innerer Monolog/ eigene Geschichte) vorzulesen.</p> <p>L.-Impuls: „Was wünscht sich solch eine Person in ihrer Situation?“</p>	Stehhalbkreis SuS-Vortrag Unterrichtsgespräch	Schilder mit den (Psalm-)Worten, große Wellen, Schüler:innen-Ergebnisse, Magnete	Die Präsentation dient der zusammenfassenden Visualisierung des Erarbeiteten und zeigt auf variierende Weise die unterschiedlichen Facetten der Situationen sowie die Wirkung auf die betroffenen Personen und deren Befindlichkeit. Durch selbstverfasste Geschichten werden Situationen, in denen (Psalm-)Worte gesprochen werden könnten, erweitert, genannte Aspekte ergänzt und intensiviert. Impuls bricht das Bisherige hin zu einer Hoffnung und Herauslösung aus der Situation auf.
Vertiefung/ Transfer	<p>L. fordert S. auf, einen Stuhlkreis zu bilden. Die bisherigen Ergebnisse werden resümiert und in den Arbeitsauftrag übergeleitet, die (Psalm-)Worte und herausgearbeiteten Aspekte zu eigenen (Grund-)Erfahrungen in Beziehung zu setzen. L. verteilt „Wellen“, die als „handfester“ Impuls dienen sollen. Ruhige Musik wird abgespielt.</p> <p>Eine große, blaue „Welle“ aus Pappe wird in die Mitte gelegt. L. motiviert S., ihre Gedanken und Erlebnisse zu erzählen, anschließend sollen ihre „Wellen“ zur großen „Welle“ hinzugelegt werden.</p> <p>L. greift Hoffnungsaspekte der den SuS aus der Vorstunde bekannten Geschichte von der Sturmstillung auf und legt Schüler:innen-Ergebnisse (gestaltete zentrale Worte aus der Erzählung) dazu. Durch Hinzulegen blauer, länglicher Kärtchen wird das entstandene Bild ergänzt, der Hoffnungscharakter betont und ein Ausblick auf die Folgestunde gegeben.</p>	Stuhlkreis Einzelarbeit SuS-/L.-Vortrag Unterrichtsgespräch	Kleine „Wellen“, Großes „Wellen“-Schild, gestaltete Karten aus der Vorstunde, blaue, längliche Karten	Transfer des Erarbeiteten auf das eigene Leben soll die individuelle Auseinandersetzung ermöglichen und die Erschließung des (Psalm)Wortes fördern. Die Karten in Form kleiner „Wellen“ greifen inhaltliches auf, verfolgen eine motivationale Intention und lassen Schüler:innen in der Phase „etwas in der Hand haben“. Karten dienen auch dem Schlussbild. Aufgrund der z.T. sehr persönlichen Erlebnisse evtl. Zurückhaltung, die vorherige persönliche Auseinandersetzung und Würdigung der Gedanken ist wesentlich. Die Bilder/Worte aus der Vorstunde sollen die Auseinandersetzung in den Kontext der Geschichte stellen und am Ende den Vertrauens- und Hoffnungsaspekt hervorheben. Durch das aktive Hinzulegen der eigenen Welle soll ermöglicht werden, die Hoffnungsgedanken/-perspektive auf seine eigenen Erfahrungen zu übertragen. Dies wird in der Folgestunde noch einmal aufgegriffen.



1) Lest die folgende Geschichte:

„Es war so schön mit Joel. Wir spielten häufig miteinander und verbrachten viel Zeit – ich kann mich noch ganz genau an das kribbelige Gefühl erinnern, als er mich bei einer Spielgelegenheit in den Arm nahm und fragte, ob wir nicht zusammen sein wollten. Erst reagierte ich natürlich abweisend und lachte, aber es dauerte nicht lange, da gab ich ihm einen flüchtigen Kuss. Es fühlte sich alles so toll an und ich schwebte gefühlt vor Glück nur noch über dem Boden.

Ich merkte zunächst gar nicht, dass sich die letzten Tage etwas änderte. Und gestern kam er zu mir und meinte, er müsse mir was sagen. Der Tag war eh schon richtig ätzend: ich hatte Stress mit meinen Eltern, Zoff in der Schule – und irgendwie ahnte ich schon nichts Gutes mit Joel. Ich verkrampfte richtig und in mir kam ein Gefühl der Übelkeit hoch. Wir setzten uns gegenüber, Joel schaute auf den Boden. Dann sagte er: ‚Ich möchte nicht mehr mit dir zusammen sein.‘

Das traf mich ganz tief in meinem Herzen. Ich ließ mir erst nichts anmerken, ging schweigend weg. Eine Sache kam heute auf die andere – und dann jetzt noch das mit Joel! Mir geht es richtig dreckig! Und ich habe das Gefühl: *Über mir schlägt alles zusammen!*“

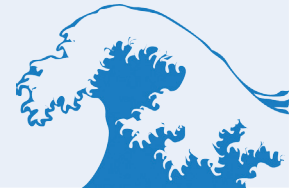
2) Trage mit deinem Partner / deiner Partnerin mündlich zusammen, was die Person in der Geschichte erlebt. Wie fühlt sie sich dabei?

3) Ergänzt aus der Sicht eurer Person den Satz „Über mir schlägt alles zusammen, weil...“



„Ich verliere den Boden unter den Füßen“

Partnerarbeit



- 1) Lest die folgende Geschichte:

„Ich bin immer noch sprachlos, kann es nicht fassen – und um ehrlich zu sein, wünschte ich mir, es wäre nur ein Traum, wenn auch ein Albtraum! Als ich gestern abends vom Spielen von meinem Freund nach Hause kam, saßen meine Eltern im Wohnzimmer. Sie sahen bedrückt, angespannt und traurig aus. Sie baten mich, mich zu ihnen zu setzen.

Und dann hatte ich das Gefühl, *ich verliere den Boden unter den Füßen*: sie sagten mir, dass sie sich trennen würden. Dass es nicht an mir liegt, aber sie nicht mehr gemeinsam miteinander leben könnten. ‚Hallo?!, und was ist mit mir?‘, dachte ich, ‚denkt auch nur einer an mich?!‘... Ich fühlte Unsicherheit, Ungewissheit, merkte, wie ich das Gefühl bekam, keinen Halt mehr zu haben...“

- 2) Trage mit deinem Partner / deiner Partnerin mündlich zusammen, was die Person in der Geschichte erlebt. Wie fühlt sie sich dabei?
- 3) Ergänzt aus der Sicht eurer Person den Satz „*Ich verliere den Boden unter den Füßen, weil...*“



„Eine Welle der Angst überrannte mich“

Partnerarbeit

1) Lest die folgende Geschichte:

„Um ehrlich zu sein, fühlte ich mich schon in der Grundschule als Spott der ganzen Klasse. Es gab immer irgendeinen Grund, dass die Klasse auf mir herumhackte und mich auslachte. Okay, ich bin vielleicht nicht so cool wie andere und sehe mit meinen Klamotten vielleicht nicht so aus, dass andere sagen würden, das ist stylisch. Aber muss es das?! Darf ich nicht sein, wie ich bin?! Sagt Äußeres wirklich etwas aus? Ich wünschte mir einen Neuanfang.

Als ich nun in die 5. Klasse kam, freute ich mich darauf – freute mich auf neue Freunde, auf andere, die mich nicht in eine bestimmte Schublade steckten. Aber dann wurden wir bei der Einschulung aufgerufen. Ich war einer der ersten, stellte mich zu meinen neuen Klassenlehrern und wartete auf die weiteren SchülerInnen. Und dann wurden sie aufgerufen: Emil und Linus. Die beiden hassten mich – und ich sie. *Eine Welle der Angst überrannte mich* – würde ich jemals einfach so sein können, wie ich bin?“

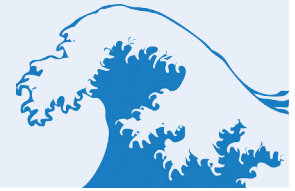
2) Trage mit deinem Partner / deiner Partnerin mündlich zusammen, was die Person in der Geschichte erlebt. Wie fühlt sie sich dabei?

3) Ergänzt aus der Sicht eurer Person den Satz „Eine Welle der Angst überrannte mich, weil...“



„Das Wasser steht mir bis zum Hals“

Partnerarbeit



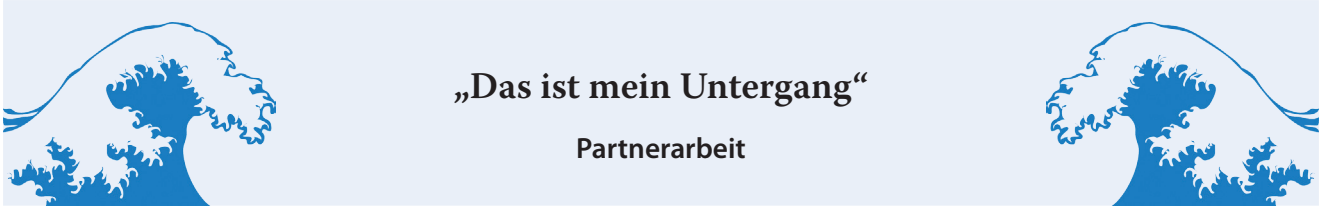
- 1) Lest die folgende Geschichte:

„Ehrlich, den Stress mit meinen Freundinnen habe ich echt nicht gebraucht. Okay, es war nicht in Ordnung, selbst so rumzuzicken. Aber eigentlich bin ich nicht so. Die waren einfach fies und suchten doch nur irgendwas, mich blöde dastehen zu lassen.“

Und nun stehe ich wirklich doof da – und allein. Und dann will auch noch meine Tutorin bei uns Zuhause anrufen – dabei bin ich unschuldig! Nouri war schuld und lenkte mich im Unterricht ab, aber die Lehrerin sah natürlich nur wieder meine Reaktion.

Gleich haben wir auch noch Mathe, wir bekommen die Arbeit zurück – und ich weiß, dass ich kaum was konnte. Wie meine Eltern darauf reagieren? Ich fühle mich einfach elend und beklommen und habe den Eindruck, die ganze Welt hat sich gegen mich verschworen. Ich habe wirklich das Gefühl, *das Wasser steht mir bis zum Hals.*“

- 2) Trage mit deinem Partner / deiner Partnerin mündlich zusammen, was die Person in der Geschichte erlebt. Wie fühlt sie sich dabei?
- 3) Ergänzt aus der Sicht eurer Person den Satz „*Das Wasser steht mir bis zum Hals, weil...*“



1) Lest die folgende Geschichte:

„Es war das Spiel der Saison. Ich freute mich schon seit langem darauf, gegen unseren Erzrivalen im Fußball anzutreten – und es ging um alles. Ich freute mich darüber, dass mich mein Trainer das erste Mal von Anfang an ins Tor stellen wollte – er glaube an mich, sagte er.

Dann kam der Tag. Es war ein gutes aber umkämpftes Spiel, beide Mannschaften gaben alles. Bis zum Schluss stand es unentschieden. Es kam zum Elfmeterschießen. Ich hielt zunächst alles, der gegnerische Torwart leider auch.

Nun ging es um den entscheidenden Schuss des Gegners. Die Zuschauer starrten gebannt zu mir, meine Mannschaft stand geschlossen auf dem Feld und setzte alles auf mich. Ich schaute noch einmal den Trainer an, der mir sein Vertrauen gab. Nun nahm der gegnerische Spieler Anlauf - und schoss. Ich verfolgte die Bahn des Balls, merkte: den kann ich bekommen. Ich warf mich zur Seite und griff nach dem Ball. Und ich spürte ihn noch – bevor er durch meine Hände glitt und ins Tor rollte.

Es war ein schreckliches Gefühl. Ich kam mir unfähig vor, hatte den Eindruck, nicht nur das Spiel ist verloren, sondern alles - ich bin ein Looser! Als würde ich in tosenden Fluten versinken, versank ich in Scham. Die Blicke der anderen nach meinem Fehler werde ich nie vergessen – und dem Trainer konnte ich an diesem Tag erst gar nicht in die Augen schauen. Ich hatte einfach den Eindruck: *das ist mein Untergang!*“

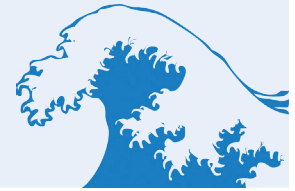
2) Trage mit deinem Partner / deiner Partnerin mündlich zusammen, was die Person in der Geschichte erlebt. Wie fühlt sie sich dabei?

3) Ergänzt aus der Sicht eurer Person den Satz „Das ist mein Untergang, weil...“



„Über mir schlägt alles zusammen“

Hilfskarte



Lest euch besonders die **fettgedruckten Sätze** noch einmal durch und versucht damit die Aufgabe zu lösen...

„Es war so schön mit Joel. Wir spielten häufig miteinander und verbrachten viel Zeit – ich kann mich noch ganz genau an das kribbelige Gefühl erinnern, als er mich bei einer Spielgelegenheit in den Arm nahm und fragte, ob wir nicht zusammen sein wollten. Erst reagierte ich natürlich abweisend und lachte, aber es dauerte nicht lange, da gab ich ihm einen flüchtigen Kuss. Es fühlte sich alles so toll an und ich schwebte gefühlt vor Glück nur noch über dem Boden.“

Ich merkte zunächst gar nicht, dass sich die letzten Tage etwas änderte. Und gestern kam er zu mir und meinte, er müsse mir was sagen. **Der Tag war eh schon richtig ätzend: ich hatte Stress mit meinen Eltern, Zoff in der Schule** – und irgendwie ahnte ich schon nichts Gutes mit Joel. Ich verkrampfte richtig und in mir kam ein Gefühl der Übelkeit hoch. Wir setzten uns gegenüber, Joel schaute auf den Boden. Dann sagte er: **„Ich möchte nicht mehr mit dir zusammen sein.“**

Das traf mich ganz tief in meinem Herzen. Ich ließ mir erst nichts anmerken, ging schweigend weg. **Eine Sache kam heute auf die andere – und dann jetzt noch das mit Joel! Mir geht es richtig dreckig! Und ich habe das Gefühl: Über mir schlägt alles zusammen!“**



„Ich verliere den Boden unter den Füßen“

Hilfskarte



Lest euch besonders die **fettgedruckten Sätze** noch einmal durch und versucht damit die Aufgabe zu lösen...

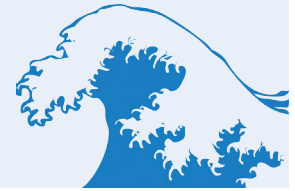
„Ich bin immer noch sprachlos, kann es nicht fassen – und um ehrlich zu sein, wünschte ich mir, es wäre nur ein Traum, wenn auch ein Altraum! Als ich gestern abends vom Spielen von meinem Freund nach Hause kam, saßen meine Eltern im Wohnzimmer. Sie sahen bedrückt, angespannt und traurig aus. Sie baten mich, mich zu ihnen zu setzen.“

Und dann hatte ich das **Gefühl, ich verliere den Boden unter den Füßen: sie sagten mir, dass sie sich trennen würden.** Dass es nicht an mir liegt, aber sie nicht mehr gemeinsam miteinander leben könnten. **„Hallo?!, und was ist mit mir?“, dachte ich, „denkt auch nur einer an mich?!“... Ich fühlte Unsicherheit, Ungewissheit, merkte, wie ich das Gefühl bekam, keinen Halt mehr zu haben...“**



„Eine Welle der Angst überrannte mich“

Hilfskarte



Lest euch besonders die **fettgedruckten Sätze** noch einmal durch und versucht damit die Aufgabe zu lösen...

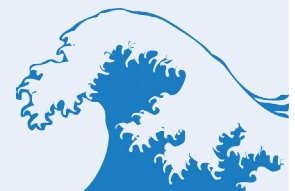
„Um ehrlich zu sein, fühlte ich mich schon in der Grundschule als Spott der ganzen Klasse. Es gab immer irgendeinen Grund, dass die Klasse auf mir herumhackte und mich auslachte. Okay, ich bin vielleicht nicht so cool wie andere und sehe mit meinen Klamotten vielleicht nicht so aus, dass andere sagen würden, das ist stylisch. Aber muss es das?! Darf ich nicht sein, wie ich bin?! Sagt Äußeres wirklich etwas aus? Ich wünschte mir einen Neuanfang.

Als ich nun in die 5. Klasse kam, freute ich mich darauf – freute mich auf neue Freunde, auf andere, die mich nicht in eine bestimmte Schublade steckten. Aber dann wurden wir bei der Einschulung aufgerufen. Ich war einer der ersten, stellte mich zu meinen neuen Klassenlehrern und wartete auf die weiteren SchülerInnen. Und dann wurden sie aufgerufen: Emil und Linus. Die beiden hassten mich – und ich sie. *Eine Welle der Angst überrannte mich* – würde ich jemals einfach so sein können, wie ich bin?“



„Das Wasser steht mir bis zum Hals“

Hilfskarte



Lest euch besonders die **fettgedruckten Sätze** noch einmal durch und versucht damit die Aufgabe zu lösen...

„Ehrlich, den Stress mit meinen Freundinnen habe ich echt nicht gebraucht. Okay, es war nicht in Ordnung, selbst so rumzuzicken. Aber eigentlich bin ich nicht so. Die waren einfach fies und suchten doch nur irgendwas, mich blöde dastehen zu lassen.

Und nun stehe ich wirklich doof da – und allein. Und dann will auch noch meine Tutorin bei uns Zuhause anrufen – dabei bin ich unschuldig! Nouri war schuld und lenkte mich im Unterricht ab, aber die Lehrerin sah natürlich nur wieder meine Reaktion.

Gleich haben wir auch noch Mathe, wir bekommen die Arbeit zurück – und ich weiß, dass ich kaum was konnte. Wie meine Eltern darauf reagieren? Ich fühle mich einfach elend und beklommen und habe den Eindruck, die ganze Welt hat sich gegen mich verschworen. Ich habe wirklich das Gefühl, *das Wasser steht mir bis zum Hals.*“



„Das ist mein Untergang“

Hilfskarte



Lest euch besonders die **fettgedruckten Sätze** noch einmal durch und versucht damit die Aufgabe zu lösen...

„Um ehrlich zu sein, fühlte ich mich schon in der Grundschule als Spott der ganzen Klasse. Es gab Es war das Spiel der Saison. Ich freute mich schon seit langem darauf, gegen unseren Erzrivalen im Fußball anzutreten – und es ging um alles. Ich freute mich darüber, dass mich mein Trainer das erste Mal von Anfang an ins Tor stellen wollte – er glaube an mich, sagte er.

Dann kam der Tag. Es war ein gutes aber umkämpftes Spiel, beide Mannschaften gaben alles. Bis zum Schluss stand es unentschieden. Es kam zum Elfmeterschießen. Ich hielt zunächst alles, der gegnerische Torwart leider auch.

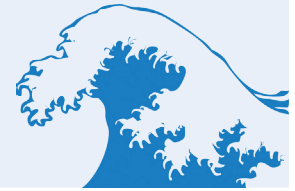
Nun ging es um den entscheidenden Schuss des Gegners. **Die Zuschauer starrten gebannt zu mir, meine Mannschaft stand geschlossen auf dem Feld und setzte alles auf mich. Ich schaute noch einmal den Trainer an, der mir sein Vertrauen gab.** Nun nahm der gegnerische Spieler Anlauf – und schoss. Ich verfolgte die Bahn des Balls, merkte: den kann ich bekommen. Ich warf mich zur Seite und griff nach dem Ball. Und ich spürte ihn noch – bevor er durch meine Hände glitt und ins Tor rollte.

Es war ein schreckliches Gefühl. **Ich kam mir unfähig vor, hatte den Eindruck, nicht nur das Spiel ist verloren, sondern alles – ich bin ein Looser! Als würde ich *in tosenden Fluten versinken*, versank ich in Scham.** Die Blicke der anderen nach meinem Fehler werde ich nie vergessen – und dem Trainer konnte ich an diesem Tag erst gar nicht in die Augen schauen. **Ich hatte einfach den Eindruck: *das ist mein Untergang!***“



„Ich verliere den Boden unter den Füßen“

Partnerarbeit



1) Lest die folgende Geschichte:

„Ich bin immer noch sprachlos, ich kann es nicht fassen.
Ich wünschte mir, es wäre nur ein Traum, wenn auch ein Albtraum!
Ich kam gestern am Abend vom Spielen von meinem Freund nach Hause.
Meine Eltern saßen im Wohnzimmer.
Sie sahen bedrückt, angespannt und traurig aus.
Sie baten mich, mich zu ihnen zu setzen.
Und dann hatte ich das Gefühl, *ich verliere den Boden unter den Füßen*.
Sie sagten mir, dass sie sich trennen würden.
Dass es nicht an mir liegt, aber sie nicht mehr gemeinsam miteinander leben könnten.
Ich dachte: ‚Und was ist mit mir?‘
‚Denkt auch nur einer an mich?!‘
Ich fühlte Unsicherheit und Ungewissheit.
Ich merkte, wie ich das Gefühl bekam, *keinen Halt mehr zu haben...*“

2) Sprich mit deinem Partner / deiner Partnerin über folgende Fragen:

- Was hat die Person in der Geschichte erlebt?
- Wie fühlt sie sich dabei?

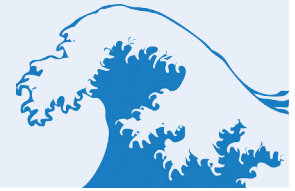
3) Denke an die Person aus der Geschichte.

Ergänze den Satz: „*Ich verliere den Boden unter den Füßen, weil...*“



„Das Wasser Steht mir bis zum Hals“

Partnerarbeit



1) Lest die folgende Geschichte:

„Den Stress mit meinen Freundinnen habe ich echt nicht gebraucht.
Okay, es war nicht in Ordnung, selbst so rumzuzicken.
Aber eigentlich bin ich nicht so.
Die waren einfach fies und suchten doch nur irgendwas, mich blöde dastehen zu lassen.
Nun stehe ich wirklich doof da – und fühle mich allein.
Und dann will auch noch meine Tutorin bei uns Zuhause anrufen – dabei bin ich unschuldig!
Nouri war schuld. Sie lenkte mich im Unterricht ab.
Aber die Lehrerin sah natürlich nur wieder meine Reaktion.
Gleich haben wir auch noch Mathe, wir bekommen die Arbeit zurück.
Ich weiß, dass ich kaum was konnte.
Wie werden meine Eltern darauf reagieren?
Ich fühle mich einfach schlecht und traurig.
Ich habe den Eindruck, **keiner hilft mir. Wie soll es weitergehen?**
Ich habe wirklich das Gefühl, *das Wasser steht mir bis zum Hals.*“

2) Sprich mit deinem Partner / deiner Partnerin über folgende Fragen:

- Was hat die Person in der Geschichte erlebt?
- Wie fühlt sie sich dabei?

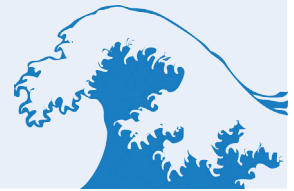
3) Denke an die Person aus der Geschichte.

Ergänze den Satz: „*Das Wasser steht mir bis zum Hals, weil...*“



„Wie es dem Menschen so ergeht..“

Aufgaben zur Weiterarbeit



Im Folgenden sollst du dich in die Person deiner Geschichte versetzen und ihre Gedanken und Gefühle ausdrücken.

Dazu sollst du entweder...

1. **...durch Farben und Formen das „Innere“ der Person zum Ausdruck bringen.**

Nimm dir in diesem Fall das verstärkte weiße Papier und die Ölkreide.

oder

2. **...einen Inneren Monolog verfassen**, in dem du die Gedanken und Gefühle zum Ausdruck bringst.

Verwende die große Gedankenblase.

oder

...möchtest du kreativ werden und die Situation, Gefühle und Gedanken einer selbst erdachten Person zum Ausdruck bringen? Dann kannst du...

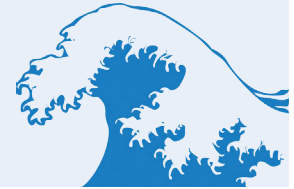
3. **...eine eigene Geschichte verfassen.**

Notiere sie auf dem „Autorenpapier“.



„Wie es dem Menschen so ergeht..“

Aufgaben zur Weiterarbeit



Setze dich weiter mit der Person aus deiner Geschichte auseinander.

Drücke ihre Gedanken und Gefühle aus.

Wähle EINE der Aufgaben.

1. **Bringe durch Farben und Formen das „Innere“ der Person zum Ausdruck.**

Benutze dazu das verstärkte weiße Papier und die Ölkreide.

oder

2. **Schreibe einen „Inneren Monolog“.**

Darin sollen die Gedanken und Gefühle der Person deutlich werden.

Verwende die große Gedankenblase.

oder

3. **Schreibe eine eigene, ähnliche Geschichte.**

Notiere sie auf dem „Autorenblatt“.