

# Themenroute: Gesundheit und Ernährung

## **1.1 Thema der Reihe:**

„Neugierig auf die Zukunft?“ – Ein Blick in das Jahr 2038 und Rück-  
schau auf das eigene Leben als Chance, Gestaltungsräume zu iden-  
tifizieren und sein Buch des Lebens wunschgemäß zu füllen



## **1.2 Ziele der Reihe:**

Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler (SuS) sollen ihr bisheriges  
Leben in den Blick nehmen, ihre Träume und Wünsche  
identifizieren und ihr Leben in die Zukunft fortschreiben.

Methodenkompetenz: Sie sollen die kreativen Gestaltungsmöglichkeiten eines  
„Buch des Lebens“ nutzen und computergestützt ihre Bio-  
grafie schreiben.

Urteilskompetenz: Die Lernenden sollen ihr bisheriges Leben als Energie-  
spender und Erfahrungsspeicher erkennen. Dieses ver-  
setzt sie in die Lage, zukünftige Herausforderungen anzu-  
nehmen. Sie sollen die Vielfalt der Lebenskonzepte sehen,  
und eine Entscheidungshilfe für die Planung der eigenen  
beruflichen wie privaten Zukunft erhalten.

Sozialkompetenz: Sie sollen im Umgang mit dem Computer die Hilfe der  
Mitschülerinnen und -schüler annehmen, die Ideen ande-  
rer zur eigenen Inspiration nutzen und die Bereitschaft zur  
öffentlichen Präsentation persönlicher Gedanken entwi-  
ckeln. Hierdurch sollen sie erfahren, dass sie mit ihren dif-  
fusen Gefühlen zwischen Zukunftsangst und Zuversicht  
nicht allein sind. Im Gespräch mit Gleichaltrigen erhalten  
sie neue Perspektiven und können Strategien entdecken,  
die ihnen bei der Bewältigung bevorstehender Verände-  
rungen helfen.

Handlungskompetenz: Die Jugendlichen sollen aktiv ein Buch zusammenstellen,  
gefüllt mit den Kapiteln ihres bisherigen Lebens und sei-  
ner fiktiven Fortsetzung. Sie sollen einfache Techniken  
des Buchbindens anwenden. Als Gäste des Jugendkon-  
gresses sollen sie das Erlebte festhalten und das Kapitel  
Berufswahl fortschreiben.

## **2. Didaktisch-methodische Überlegungen:**

Ein wesentlicher Bestandteil der Arbeit im Rahmen der Berufswahlvorbereitung ist der biografischen Auseinandersetzung gewidmet. Zur Vorbereitung auf eine der bedeutsamsten Entscheidungen im Leben ist es notwendig, sich selbst genau unter die Lupe zu nehmen. Es ist der Moment, sich in Frage zu stellen und nach dem zu forschen, was die Persönlichkeit ausmacht. Es ist der Moment, die eigenen Stärken und Schwächen erneut zu bestimmen. Es ist auch der Moment, die eigenen Interessen und deren Wandel im Verlauf der Zeit zu verfolgen. Es ist der Moment, eine Rückschau auf gelebtes Leben zu werfen, sich selbst gegenwärtig als lebendig zu erfahren und sich das Leben in der Zukunft auszumalen.

### **„Lebendig von Kopf bis Fuß, gestern heute, morgen.“**

Vieles hat sich für die Jugendlichen in den letzten Jahren immer wieder verändert. Die Adoleszenz hat nicht nur sichtbare Spuren hinterlassen, sondern vor allem auch die Gefühlswelt der jungen Menschen durcheinandergebracht. Neurowissenschaftler bezeichnen die neuronalen Umbauprozesse im Gehirn als „Großbaustelle“. Entwicklungspsychologen sprechen von „Identitätsdiffusion“. Eltern und Lehrer werden durch aufmüpfige, renitente und unbändige Kinder von einer Erziehungskrise in die nächste geworfen. Neben den genetisch bedingten Entwicklungsprozessen müssen Jugendliche die gesellschaftlich bestimmten Entwicklungsaufgaben bewältigen. Ihnen werden weitreichende Entscheidungen hinsichtlich des weiteren Berufs- und Bildungsweges abverlangt. Zur Erlangung des hierfür notwendigen Selbst-Bewusstseins und Selbst-Vertrauens ist das Bewusstmachen des eigenen Lebensweges hilfreich. Vertrautes wird in Erinnerung gerufen. Bereits entwickelte Strategien werden aus reflexiver Distanz bewertet. Eine vertrauensvolle Unterstützung durch die Menschen, welche die Jugendlichen bislang begleitet haben, wirkt ausgleichend beim Ausbalancieren neuer Herausforderungen.

Die geplante Unterrichtsreihe will beim Balanceakt des Lebens die Kräfte stärken, die im Jugendlichen selbst liegen. Fantasie, Mut und Zuversicht sind gefragt, wenn es darum geht, die nächsten Schritte in die Zukunft planvoll einzuleiten. Das „Buch des Lebens“ bietet eine systematische Annäherung an das noch nicht ganz Vorstellbare an. Es bezieht seine Kräfte aus dem Vergangenen und stellt das Kommende als konsequente Fortführung des Bisherigen dar. Brüche in der Biografie, wie sie durch Wohnortwechsel, Schulwechsel, Sitzenbleiben, Scheidung der Eltern und vielen weiteren Ereignisses auftreten können, werden als Bestandteil der eigenen Persönlichkeit identifiziert. Sie geben dem Fortsetzungsroman die

Würze, wenngleich die Themen meist von außen vorbestimmt werden. Das nächste Kapitel, das es zu schreiben gilt, ist alleiniges Autorenwerk. Die Fiktion gehört dem eigenen Geist. Die gewonnene Autonomie soll ihren Ausdruck in einer selbstbestimmten Vision vom Leben finden.

Angelehnt an die Konzeption des **theaterkohlenpott** Herne, welches jährlich die Kreativwerkstatt im Rahmen des Jugendkongresses ausrichtet, können Elemente der biografischen Arbeit auch in Schule und Unterricht fruchtbringend umgesetzt werden. Das „Buch des Lebens“ ist eine Bereicherung für alle SuS. Die Zeit beim Kongress reicht meist nur für die Gestaltung des Covers. Im Unterricht kann in Kooperation mit weiteren Fächern (Deutsch, Kunst, Informatik, Musik, Geschichte...) ein intensives Projekt daraus werden. Die Dauerausstellung der DASA lädt alle dazu ein, beispielsweise die Geschichte des Buchdrucks kennenzulernen, eigene Schriftzüge zu setzen und in der Druckwerkstatt auf Papier zu bringen. Schulklassen ab der 7 sind herzlich willkommen zum Workshop „Wir machen Druck“ oder zur Erkundung der Abteilung „Im Wettlauf der neuesten Nachrichten“. Dieses ist auch im Zeitalter des Computers ein tolles Erlebnis und eine wundervolle Möglichkeit, das „Buch des Lebens“ in seiner Wertschätzung nochmals zu erhöhen.

Die geplante Unterrichtsreihe setzt an den Anfang die Vorstellung des Projektes und will Transparenz für den folgenden Arbeitsprozess schaffen. Die Motivation der SuS hängt maßgeblich von der eigenen Motivation der Lehrenden ab. Beim Schreiben eines „Buch des Lebens“ geht die Lehrkraft als Beispiel voran. Eine öffnende Inszenierung und die Bereitschaft, auch ein wenig Selbstoffenbarung gegenüber den SuS zu üben, schaffen eine vertrauensvolle und produktive Atmosphäre. Gedacht ist hierbei an ein Babyfoto, der abgelichtete Moment der Einschulung und weitere Momente der eigenen Biografie, welche die Jugendlichen teils mit Verwunderung, teils mit Hochachtung oder auch einem unverhohlenen Schmunzeln kommentieren werden. Ebenso ist eine Ausstellung, ein Büchertisch mit autobiografischen Werken „bedeutender“ Persönlichkeiten als Einstieg denkbar. Warum schreiben Menschen eine Autobiografie? Was bewegt andere, diese zu kaufen und zu lesen? Welche Chancen liegen darin, sich seine Vergangenheit zu vergegenwärtigen?

Angeleitet durch einige Übungen oder Vorstudien zur eigenen Biografie steigt die Lerngruppe nun in die produktive Arbeit ein. Sie klärt die formalen und organisatorischen Rahmenbedingungen – ein Teil der Arbeit kann und sollte zuhause erfolgen. Ideen zur kreativen Gestaltung werden entwickelt und ausgetauscht. Je nach

Voraussetzung wird ein Cover am PC oder handbemalt erstellt. Die Bücher werden schon zu einem frühen Zeitpunkt entweder gebunden oder geheftet. Sie beinhalten nun viele unbeschriebene Seiten und nur ein Teil wird gefüllt.

Während des intensiven Umsetzungsprozesses übernimmt jeder hochgradig Verantwortung für sich selbst. Wer sich anderen während der Arbeit mitteilen möchte, ist dazu herzlich eingeladen. Neben dem gesprochenen Wort zählt allerdings das, was zu Papier gebracht wird. Bei der Bewertung der Leistung kann nur die Einhaltung formaler Kriterien relevant sein. Die Verantwortung für den Inhalt tragen die Lernenden selbst. Fehlerfreiheit in Orthografie und Grammatik tritt in den Hintergrund. Der Lernprozess orientiert sich stark an den individuellen Möglichkeiten des Einzelnen. Die Lehrkraft steht jederzeit den Jugendlichen beratend zur Seite. In kooperativer Weise unterstützen sich die SuS bei der Umsetzung, zum Beispiel bei der Arbeit am PC.

Am Ende des Arbeitsprozesses widmet sich die Lerngruppe den Kapiteln, die noch ungewiss sind und verabredet Rechercheaufträge für den Jugendkongress, um bei den Fragen zum Berufswunsch Antworten zu erhalten.

Diese Reihe steht bewusst im Kontext der Themenroute Gesundheit und Ernährung. Biografische Arbeit dient der psychischen Selbsthygiene. Sie hilft den SuS, Schwierigkeiten mit eigenen Kräften zu überwinden und bereits entwickelte Strategien zur Lösung anderer Probleme heranzuziehen. Ein nicht zu unterschätzender Wert liegt allerdings darin, die schönen Momente des Lebens zu dokumentieren und Hoffnung für die Zukunft zu schöpfen. Das Schreiben eines „Buch des Lebens“ bedeutet, viel Zeit mit sich zu verbringen, zu sich zu kommen und bei sich zu sein. Dieses sind in einer Welt voller Hektik, Schnelllebigkeit gesundheitsfördernde Maßnahmen zum bewussten Genießen. Diese Zeit sollten auch Lehrer und Schüler jenseits von Leistungsdruck und Prüfungsstress genießen. Vielleicht ist es notwendig, hierfür den Raum Schule zu verlassen. Atmosphäre schaffen ebenso kleine Maßnahmen, ein wenig ruhige Begleitmusik, ein gemeinsames Frühstück, dynamische Zeitfenster oder ein kurzer Spaziergang.

### **Literaturtipps:**

Ausführliche Anleitungen zu diversen Techniken und zahlreiche, anschauliche Abbildungen auf 144 Seiten zeichnen dieses Buch aus:

*Shereen LaPlantz*. Buchbinden: Traditionelle Techniken. Experimentelle Gestaltung. (Haupt Verlag); Stuttgart 2005<sup>4</sup>. Preis: 22,00€

Für den Einsatz in der Schule zusammengestellt bietet dieses Werk umsetzbare Anleitungen für einen am Umfang von 49 Seiten bemessen recht stolzen Preis: *Karl-Peter Goos, Christoph Matthey*. Von Blättern zu Büchern: Buchbinden können alle. (Verlag An der Ruhr) Mülheim 2006. Preis: 16.00€

### **Internetressourcen:**

#### **[www.dasa-jugendkongress.de](http://www.dasa-jugendkongress.de)**

Die Seite zur Veranstaltung wird ständig aktualisiert, sie bietet eine gute Programmübersicht und Orientierungshilfe. Im Archiv sind die Berichte und Dokumente der vergangenen Jahre aufbewahrt, welche einen lebendigen Eindruck von der Veranstaltung vermitteln.

#### **[www.ihk-nrw.de](http://www.ihk-nrw.de)**

Die Industrie- und Handelskammer stehen einem gerne zur Verfügung Kontakte zu Unternehmen im Druckgewerbe herzustellen, die sich nach wie vor auf die Buchbinderei verstehen. Unter Umständen können auch Ruheständler als Experten oder Senior-Partner für dieses Projekt gewonnen werden.

#### **[www.makingbooks.com](http://www.makingbooks.com)**

Die amerikanische Künstlerin Susan Kapuscinski Gaylord zeigt auf dieser englischsprachigen Seite, wie einfach das Buchbinden mit einfachen Mitteln und natürlichen Rohstoffen sein kann.

#### **[www.j-verne.de](http://www.j-verne.de)**

Auf dieser Seite über den französischen Schriftsteller Jules Verne hat Andreas Fehrmann zahlreiche Informationen rund um das Buch zusammengetragen. Bereits im Glossar buchtechnischer und buchgestalterischer Begriffe werden Fachwörter verständlich erklärt. Der Aufbau eines Buches ist durch zahlreiche Abbildungen anschaulich erklärt.

#### **[www.theater-kohlenpott.de](http://www.theater-kohlenpott.de)**

Aussteller und Workshop-Anbieter beim DASA-Jugendkongress

Weitere Infos: theaterkohlenpott Herne; Bruchstr. 30; 44799 Bochum

Tel: 0162-2869037- [info@theater-kohlenpott.de](mailto:info@theater-kohlenpott.de)

### 3. Ablauf der Unterrichtsreihe:

#### **„Neugierig auf die Zukunft“**

Stunde (Phase)	Thema
<b>Projekt- initiative</b>	„Warum kaufen Menschen Bücher über das Leben anderer?“ – Aufdecken und Beurteilen von Motiven pro und contra Autobiografien aus Sicht der Leser → (M0 + M1a+b)
Einlassen	„Zeit ist relativ“ – Individuelle Vorstellungen von Zeit als Vorüberlegung zur Proportionierung der Kapitel im „Buch des Lebens“ → (M2a)
Veranlassen	„Ich bin meine Geschichte“ - Aufdecken und Beurteilen von Motiven pro und contra Autobiografien aus Sicht der Verfasser und Ableitung von Chancen zur Selbstreflexion und Persönlichkeitsfortentwicklung in einem Buch über sich selbst → (M2b)
<b>Projekt- planung</b> Zielvereinbarung	„Als das gestern heute war“ – Vorstellung der Ziele und des Verlaufs einer biografischen Arbeit im Rahmen des Projektes „Mein Buch des Lebens“ → (M3)
Arbeitsplanung	Strukturierung des „Buch des Lebens“ und Verabredung zu formalen Beurteilungskriterien – Phasierung des Arbeitsvorhabens – Klärung der Materialfrage → (Methodenblatt: Autobiografie)
<b>Projekt- durchfüh- rung</b>	„Alles beginnt“ – Sensibilisierung für die autobiografische Arbeit durch das Eintauchen in Kindheitserinnerungen als Grundlage für das erste Kapitel im „Buch des Lebens“ → (M4 – M7a-c)
	„Moments“ – Das Erleben der Gegenwart zwischen äußeren Einflüssen, inneren Widersprüchen und spannenden Ersterfahrungen als Grundlage für das zweite Kapitel im „Buch des Lebens“ → (M8)
	„Neugierig auf die Zukunft?“ – Entscheidungsszenarien als Vorwegnahme ihres Einflusses auf die Lebensgeschichte → (M9a-d)
	„Zeitreise in das Jahr 2038“ – Durchführung einer Fantasie-reise zur bewertungsfreien Entwicklung von Zukunftsvisionen als Grundlage für das dritte Kapitel im „Buch des Lebens“ → (M10)
<b>Projekt- finale</b>	Fertigstellung der Bücher, Vorstellung und Ausstellung im Klassenverband, bei einem Elternabend oder am Tag der offenen Tür (natürlich ohne Einblick in die intimen Inhalte)
<b>Projekt- evaluation</b>	"Mein Buch des Lebens und seine Fortsetzung" Reflexion und Bewertung des Arbeitsprozesses, Beurteilung der Umsetzung der festgelegten formalen Kriterien, Ermittlung des persönlichen Erkenntniszuwachses und Ausblick auf die Einbindung des Buches bei zukünftigen Ereignissen

#### **4. Didaktisch-Methodischer Kommentar zum Einsatz der Materialien:**

**M0:** Dieses Material kann nicht in Papierform daher kommen, denn es besteht aus dem, was sie, die Lehrkraft, persönlich in diese Reihe einbringen können und möchten. Es sind Bilder aus Kinderjahren, Andenken, Gegenstände von hohem ideellen Wert, Briefe, Kleidungsstücke und und und.

Ein starker Motivationsschub kann von der Botschaft ausgehen, als Lehrerin oder Lehrer selbst offen mit seiner Geschichte umzugehen. Ein mit sich selbst vereinbar Grad an Selbstoffenbarung signalisiert den Lernenden, dass die im Projekt geforderte Offenlegung im gegenseitigen Vertrauen stattfindet. Die SuS erfahren Seiten von Ihnen, die ihnen so nicht bewusst sind. Lehrerinnen und Lehrer sind auch einmal Kind gewesen, haben als Schülerinnen und Schüler gelernt und gelitten, haben während der Pubertät innere und äußere Widerstände erfahren und sind als gestärkte Persönlichkeiten aus den Prüfungen des Lebens hervorgegangen. Das Teilen eines „kleinen Geheimnisses“ wirkt wie ein Freundschaftsbund. Und partnerschaftlich soll es bei diesem Projekt zugehen, denn ein hoher Grad an Mitbestimmung ist möglich und notwendig.



„Kofferdidaktik“ – Erinnerungsarbeit am Beispiel des Auschwitz-Koffers von Sarah Kass ([www.erinnern-ermoegliche.de](http://www.erinnern-ermoegliche.de))

Bei der Erstellung dieser Materialien hat sich das Team vorgestellt, wie es wäre, in nur einer Stunde einen Koffer packen zu müssen, in den die gesamte Lebensgeschichte hinein müsste. (Wie vielen Menschen bleibt beispielsweise nach einem verheerendem Brand oder einer anderen Katastrophe nur das, was sie auf dem Leib tragen, unvorstellbar?!) Das „Buch des Lebens“ ist wie dieser Koffer.

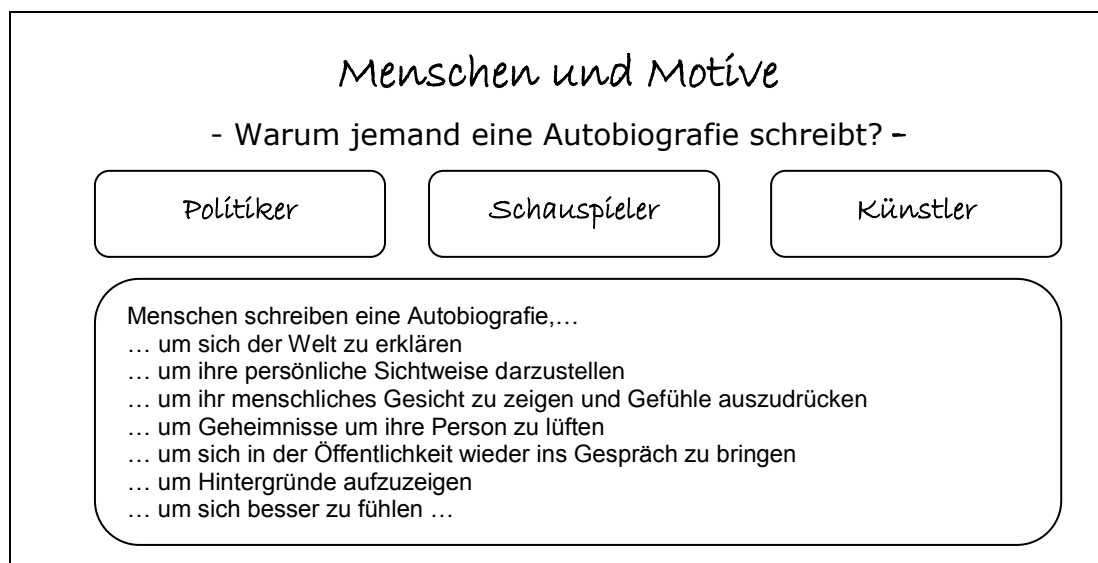
Es ist die Sammlung vieler Ereignisse und Erfahrungen, die alleine bruchstückhaft, unvollständig und teilweise austauschbar wären, in der Gesamtheit allerdings die eigene Persönlichkeit ausmachen.

Ein **Koffer** und ein **Buch** als Realobjekte im Unterricht bieten vielfache Gesprächsanlässe, die intendierte Metaphorik anzudeuten und so die Projektinitiative zu betreiben.

Das Buch kann als **Prototyp** eine Art Projektvorschau sein. Der unbeschriebene Rohling muss nicht perfekt sein um auch so die Botschaft mitzutragen, dass der Weg das Ziel ist.

Zur Vorbereitung der Lernumgebung deutet ein **Materialtisch** die für die Erstellung des „Buch des Lebens“ notwendigen Handlungen an. Ein **Büchertisch** mit ausgewählten Biographien lädt zum Stöbern ein.

**M1a - c:** Die ersten Materialien dienen der Annäherung und Klärung des Begriffes Autobiografie (von griechisch αὐτός *autós*: *selbst*; βίος *bíos*: *Leben*; γράφειν *gráphein*: *beschreiben*). Die Ethymologie macht es bereits deutlich, dass eine Autobiographie eine Rückschau (Retrospektive) auf die eigene Lebensgeschichte, manchmal auch nur auf einen Abschnitt, ist. Neben reiner Beschreibung beinhaltet die Autobiografie wertende Abschnitte aus der sogenannten Adlerperspektive. Es ist eine Art Abrechnung mit sich selbst und gleichzeitig eine Erklärung an die Welt. Politiker, Schauspieler, Sportler, Schriftsteller, Musiker und viele andere Personengruppen haben diese Literaturform entdeckt, um sich den Zeitgenossen mitzuteilen. Als Einstieg in die Reihe wird daher auch die Frage gestellt, welche Menschen ihre Autobiografie schreiben und vor allen Dingen Warum.



M1a ersetzt zwar nicht die unmittelbare Anschauung in Form eines Büchertisches, das Material regt dennoch zum Gespräch an. Was steckt hinter so manchem Buchtitel? Welche Hinweise geben Slogans



auf das Leben dahinter, auf den Menschen, dessen Autobiografie möglichst auflagenstark an die Frau/ an den Mann gebracht werden soll? M1a+b fordern auch zum Perspektivwechsel auf und fragen kritisch, warum Leserinnen und Leser autobiografische Werke kaufen. Was erhoffen sich die Menschen von der Lektüre, die ihnen beschreibt, wie andere Menschen ihr Leben leben und gelebt haben? Was suchen sie in diesen Werken? Worin erkennen sie eine Bereicherung für ihr Leben? Welches Bedürfnis befriedigen sie, wenn sie in das Leben eines anderen eintauchen?

Autobiografien sind kommunikationstheoretisch eine einseitige Selbstoffenbarung vom Autor an einen anonymen Personenkreis. Für den einen mag es eine egozentrische und eitle Form der Wichtigtuerei sein, für den anderen ist es Selbsttherapie mit dem Hang zum Exhibitionismus. Ein Dritter mag in dieser Literaturform eine bedeutsame Bereicherung des Marktes an Lebenshilfebüchern sehen mit einem Touch von Voyeurismus.

#### **M2a:**

Mit Blick auf den Kontext und die Ziele, um die es in dieser Reihe geht, ist es von allem etwas. Die Übung **M2a** unterstützt die Jugendlichen dabei, in die Dimension Zeit einzusteigen. Die eigenen Vorstellung von gelebtem Leben, der Gegenwart und der Zeit, die einem in Zukunft zur Verfügung stehen, bilden die Grundlage für den Umfang der Kapitel Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft im „Buch des Lebens“. Als Sozialform zur Bearbeitung von **M2a** und dem nachfolgenden Austausch bietet sich ein **Stuhlkreis** an. Die Lehrkraft sollte diese Übung mitmachen. Die Relativität der Lebenszeit wird so noch deutlicher. Dem Material sind einige Überlegungen zu Zeitperspektiven beigefügt, die besonders auf die anstehende Arbeit an den persönlichen Zukunftskonzepten abzielen. Ein weiterer Gedankenanstoß kann durch die Angaben des Statistischen Bundesamtes zur durchschnittlichen Lebenserwartung in der Bundesrepublik Deutschland erfolgen. Diese liegt für Jungen, die 2010 geboren wurden bei 77 Jahren und 4 Monaten, für Mädchen bei 82 Jahren und 6 Monaten (Pressemitteilung Nr.425 vom 18.11.2010. [www.destatis.de](http://www.destatis.de)). Die Lebenserwartung in Jahren ausgedrückt sagt hierbei wenig über die eigenen Erwartungen an die Zukunft aus. Hier und im gesamten Projekt geht es auch um die Qualität von Zukunftsvorstellungen.

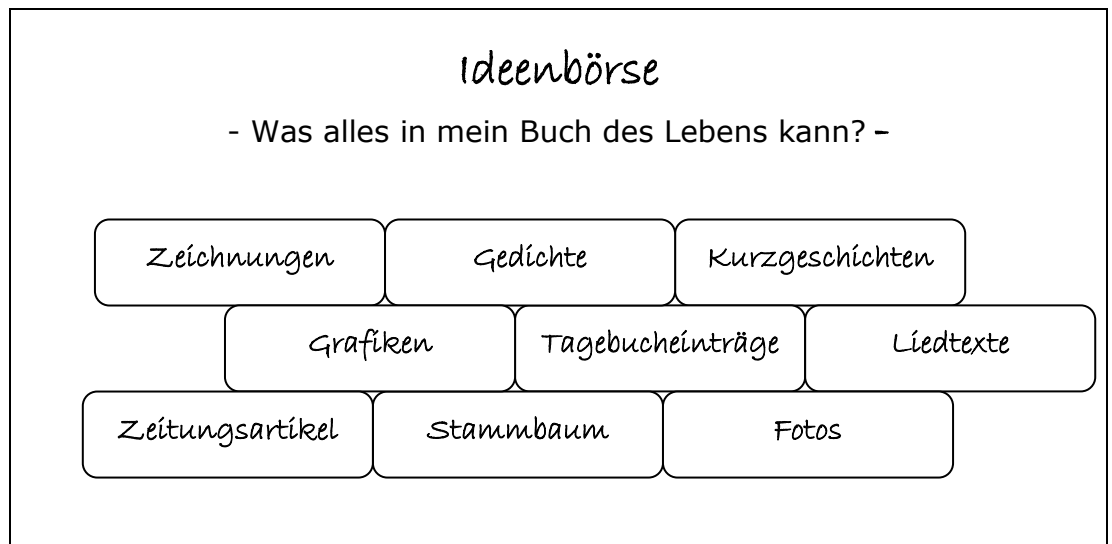
**M2b:** Teil der gemeinsamen Projektplanung ist eine hohe Akzeptanz für das verfolgte Ziel zu erreichen. Lehrinteresse ist im Rahmen der Berufswahlvorbereitung die Persönlichkeit der Jugendlichen zu stärken. Die Schülerinnen und Schüler formen nach dem Studium von **M2b** ihre eigenen Grundgedanken zum Projekt. Sie klären die Frage, welche Bedeutung das Verfassen einer eigenen Biografie haben kann. Und sie werden gleichzeitig auf den Beitrag dieser literarischen Auseinandersetzung mit sich selbst im Rahmen der Berufswahlvorbereitung hingewiesen. So kommen Lehr- und Lerninteresse zusammen. In der Schnittmenge geht es darum, sich selbst vorzubereiten auf die spannenden Kapitel, die es im Buch des Lebens zu beschreiben gilt.

**M3:** Den Worten sollen nun Taten folgen. Ein Buch zu schreiben ist keine Arbeit, die an einem Tag erledigt ist. Eine gute Planung erhöht die Chancen auf Erfolg. **M3** hilft bei der Projektplanung. Mit der Lerngruppe ist die Zielsetzung klar zu vereinbaren, der Zeitrahmen wird verbindlich abgesteckt und Organisationsformen verabredet.

Die Phasen des Projektverlaufs werden in Anlehnung an die Reihenplanung oben als Daueraushang auf Plakaten im Klassenraum dokumentiert. So können die SuS jederzeit den Fortschritt nachvollziehen und den nächsten Arbeitsschritt bedenken.

Beim Einsatz des Computers werden eventuell zur gegenseitigen Unterstützung Tandems gebildet.

**Methode:** Den inhaltlichen Aufbau des „Buch des Lebens“ entnehmen die SuS dem **Methodenblatt**. Es zeigt ihnen die Abfolge der Seiten in einem Buch und erläutert deren Funktion. Beigefügte **Musterseiten** vermitteln ihnen einen Eindruck davon, wie ihr „Buch des Lebens“ einmal aussehen kann. Das Beispiel setzt die formalen Kriterien um, die beispielsweise an das Inhaltsverzeichnis und Impressum angelegt werden. Das Muster gibt auch Hinweise darauf, welche kreativen und sprachlichen Gestaltungsmöglichkeiten bestehen. Beim nachfolgenden Verfassen der Kapitel sind vielfältige literarische und künstlerische Ausdrucksweisen erlaubt und erwünscht.



### Materialhinweis zur Umsetzung der Buchidee:

Recht einfach zu realisieren sind **Spiralbindungen**. Sie haben den Vorteil, dass die SuS schnell in den Umgang mit einer Stanz- und Bindemaschine eingewiesen werden können. Die Seiten brauchen nicht beschnitten werden und sind im Notfall auch noch austauschbar. Die Laufrichtung des Papiers ist unwichtig und es können farbige Seiten oder stärkeres Papier im gleichen Format problemlos mit eingebunden werden. Folien und strukturiertes Papier für die Deckblätter werden meist in Zubehörsets mitgeliefert.

Mit Hilfe von Thermobindegeräten lassen sich auch **Klebebindungen** recht einfach herstellen. In einem Kopiergeschäft darf man bestimmt mal zuschauen.

Die professionellere Verarbeitungsform ist das **Lumbecken**. Der Buchblock wird hierbei zwischen zwei Spanplatten gespannt, geleimt und gepresst. Der Buchrücken wird anschließend mit einem Gewebeband befestigt. Eine bebilderte Anleitung hat die Buchbinderei Brand aus Lohra als PDF-Datei zum Download ins Internet gestellt: <http://www.bubibrand.de/downloads/bindem.pdf>

Eine kostenintensive Variante ist, den SuS bereits fertige Kladden zur Verfügung zu stellen. (Preis: ab 6,00€) Dieses lässt allerdings weniger Gestaltungsräume und nimmt dem Projekt einen Großteil der Handlungsorientierung, wengleich die äußere Form natürlich schon vorzeigbar ist. Das Buch ist so kein individuelles Gesamtkunstwerk mehr.

Lässt sich ein gelernter Buchbinder finden, so würde das Projekt als weiteren zentralen Inhalt das Buchbinderhandwerk erhalten. Besonderheiten vom Kunsthandwerk, der Buchrestauration bis zur industriellen Fertigung könnten vermittelt werden. Das Erlernen von Techniken wie der Fadenbindung oder Singerheftung und deren Anwendung auf das eigene Buch, wären möglich. Das „Buch des Lebens“ würde eine unbeschreibliche Wertsteigerung erzielen. Diese Sorgfalt überträgt sich meist auch auf die Gestaltung des Inhaltes.

Natürlich ist dieses Projekt auch mit einer Heftmappe oder mit schmalen Aktenordnern umsetzbar. Wichtig erscheint vor allem, gut in das Projekt zu starten.

- M4 – M6:** Eine angenehme Lernatmosphäre ist die eine Voraussetzung, eine zweite ist die mentale Vorbereitung auf die Begegnung mit sich selbst. Drei Übungsvarianten leiten die Erinnerungsarbeit ein. Die Übung **„Bilderreise“** ist von den SuS zuhause umzusetzen. Hierfür werden Fotoalben, alte Aufzeichnungen und andere Erinnerungsstücke benötigt. Die Jugendlichen sind gerne eingeladen, jederzeit Exponate mit in den Unterricht zu bringen, beispielsweise aus Anlass der Übung **„Imagination“**. In dieser geht es um sogenannte Winnicotts zum Beispiel dem Teddy als Übergangshelfer. Einen spannenden Unterrichtseinstieg verspricht das Einspielen eines Chart-Hits aus den Kinderjahren der Lerngruppe. Die **Assoziationsübung**, eine Minute lang die Augen zu schließen und seinen Gedanken freien Lauf zu lassen, wird von der Lehrkraft angeleitet. Der Verlauf der Gedankenkette wird festgehalten. Das Ergebnis ist meist spannend und überraschend zugleich. Faszinierend, wie das Gehirn Gedankensplitter zusammenfügt zu einem neuen bunten Fenster. Diese Unikate bereichern das „Buch des Lebens“ als kreative Seite. Für diese Übung sind weiterhin Kinderserien, Comics und andere Medien geeignet, die in der Welt der Kinder damals eine große Rolle gespielt haben. Impulse lassen sich auch im Archiv der Multimedia-Bibliothek des Gemeinschaftsprojektes von tagesschau.de, rbb und bpb [www.60xDeutschland.de](http://www.60xDeutschland.de) finden. Deutsche Geschichte wird hier lebendig in Filmen, Hörfunkbeiträgen und Bildern.
- M7a-c:** Nachdem so viele Ideen entwickelt wurden, ist der nächste Schritt naheliegend. Mit dem Arbeitsblatt **„Alles beginnt“** geht es zur systematischen Anlage des Kapitels Vergangenheit. Die Zeit bis zur Gegenwart

orientiert sich stark an den gesellschaftlich bedingten Entscheidungsmomenten und Einteilung in Abschnitte. Die Schule ist als Sozialisationsinstanz ein wichtiges Feld im „Buch des Lebens“. Das Leben außerhalb der Schule soll jedoch nicht ausgeblendet werden. Die Arbeitsblätter werfen Fragen auf, die sich auf alle Bereiche des Lebens beziehen und immer eine umfassende Antwort einfordern. Die Entscheidung, welches Ereignis Eingang findet in das Buch des Lebens, trifft letztlich der Jugendliche selbst. Es sind halt Gedankenanstöße.



Ideen für den Unterrichtseinstieg lassen sich aus den Materialien herleiten. Realobjekte wie ein Zeugnis, ein altes Einschulungsfoto oder die erste Schultasche eröffnen das Gespräch, wecken Erinnerungen und



liefern gleich Ideen für die Gestaltung einer Seite im „Buch des Lebens“. Wieso nicht einmal mit einem Bild der eigenen Schultüte einsteigen? Im Internet gibt es diverse, kostenlose Vorlagen für Ausmalbilder. Oder eine Übung wird fortgesetzt, wie sie zur Dokumentation der kindlichen Entwicklung jedes Jahr im Kindergarten durchgeführt wird. Die SuS werden aufgefordert, eine Seite im „Buch des Lebens“ mit der Zeichnung „Mensch, Baum, Haus“ zu gestalten (siehe Abbildung: Zeichnung mit drei und fünf Jahren).

Oder es wird eine Schriftprobe genommen und eine Seite mit dem Alphabet gefüllt. Kaligraphen haben im „Buch des Lebens“ ein tolles Anwendungsfeld.

Sollte das Projekt fächerübergreifend umgesetzt werden, bietet der Einstieg Möglichkeiten zur Festlegung von fachspezifischen Ausdrucksformen. Lyrische Texte, Sachtexte, Collagen jeder Art oder andere künstlerische Ausdrucksformen machen das „Buch des Lebens“ zu einem bunten Gesamtkunstwerk.

**M8a – c:** Konflikte, Geheimnisse und Erste Male sind drei Abschnitte im Kapitel Gegenwart. Die Materialien beschreiben die gegenwärtige Lebenspha-

se der Jugendlichen. Sie vermitteln in kompakter Form wissenschaftliche Theorien als Erklärungsmodelle dafür, dass vor allem die Pubertät eine komplexe Entwicklungsphase voller Veränderungen ist.

Das Material kann ergänzt werden durch tagesaktuelle Zeitungen, Jugendzeitschriften und Magazine jeder Art, aus denen Überschriften zum Tagesgeschehen das Kapitel Gegenwart umsäumen. Im Mittelpunkt stehen jedoch immer die Person und ihr Erleben der Gegenwart, weshalb reine Zeitungscollagen anderen Gegenwartsprojekten überlassen werden sollten.

Der Verlauf einer Unterrichtsstunde wiederholt sich in dieser Arbeitsphase. Eine Einstiegsidee, ein kommunikationsöffnender Impuls führt die Lerngruppe zum Gegenstand des anstehenden Kapitels. Gestaltungsideen und inhaltliche Einfälle werden gesammelt. Nach dem Studium des Materials beginnt eine intensive Einzelarbeitsphase, die im Verlauf in ein Mäuscheln übergeht, bei dem die Jugendlichen dem großen Bedürfnis, sich mitzuteilen und Dinge zu besprechen, nachkommen. In einer kurzen Reflexionsphase sammelt die Gruppe die Gedanken zum jeweiligen Kapitel ein und bespricht, wenn notwendig, methodische Aspekte.

In Bezug auf den Unterrichtseinstieg sei nochmals auf die motivierende Wirkung von authentischen Zeugnissen dieser Lebensphase, welche die Lehrkraft zur Anschauung beisteuert, hingewiesen. Ein Liebesbrief, ein altes Klassenfoto, ein Tagebuch, eine Haarlocke oder ein anderes Erinnerungsstück demonstrieren Offenheit, Vertrauen und Mitteilungsbereitschaft, welches die SuS erfahrungsgemäß mit dem Erzählen eigener Geschichten vergelten.

**M9a - b:** Das Motiv des Jugendkongresses **M9a** soll „Neugierig auf die Zukunft“ machen und ist eine Einladung an die Lerngruppe, sich gedanklich auf kommende Herausforderungen und Entscheidungen vorzubereiten. Das Bild steht den Lernenden auf den Infoflyern, die bei dieser Gelegenheit verteilt werden können, zur Verfügung oder ist über den OHP als Farbfolie zu präsentieren.

Unterschwellig ist es auch ein Appell, sich auf den Jugendkongress vorzubereiten und zum Beispiel eine Entscheidung hinsichtlich der Wahl einer Zukunftsrouten zu treffen.

In die Bildbesprechung fließen die in **M9b** aufgeworfenen Fragen mit ein. Was sieht das Mädchen wohl in der Glaskugel? Wie sieht es sich in der Zukunft? Wie sieht die Welt der Zukunft aus?

Die Glaskugel steht als Symbol für die eigenen Traumbilder. Es ist vielleicht angebracht, an dieser Stelle auch ein paar kritische Worte zu jeder Form von abergläubiger Wahrsagerei zu verlieren, um der Illusion, verlässliche Aussagen über die Zukunft zu erhalten, direkt entgegenzuwirken. Es scheint fast natürlich, dass der Mensch neugierig auf die Zukunft und entsprechend offen und empfänglich für Weissagungen ist. Was hält die Zukunft für mich bereit? Wie sieht mein Leben in der Zukunft aus? Das Bedürfnis nach Sicherheit treibt den Einzelnen förmlich dazu, Zukunft vorwegzunehmen. Es hält jeden dazu an, Entscheidungen in weiser Voraussicht auf mögliche Folgen zu treffen. In Szenarien entwickeln die Sozialwissenschaftler Zukunftsmodelle. Eintrittswahrscheinlichkeiten werden berechnet, mathematische Logik soll helfen, die Ungewissheit zu verdrängen und doch verläuft das Leben häufig anders als geplant. Und wie immer Entscheidungen heute ausfallen, haben sie einen großen Einfluss auf den weiteren Verlauf des Lebens. „Die Zukunft beginnt im nächsten Moment“, kann ein Impuls im Gespräch sein. Auch das Pippilotta-Prinzip „Ich mach mir die Welt, wie sie mir gefällt!“ kann die Tafel schmücken, so dass es von den Lernenden bei der Gestaltung ihrer Zukunftsseiten im „Buch des Lebens“ beherzigt werden kann. Weitere Impulse und Ideen können der Unterrichtsplanung „Zukunft“ im DASA-Archiv aus dem Jahre 2005 entnommen werden. „Don´t dream it, do it.“

**M9c** bietet noch weitere Impulse zum Einstieg in ein Gespräch über die Zukunft. Ein immer größer werdendes Fragezeichen zeigt die Dimension der Unvorhersagbarkeit, der Unberechenbarkeit oder Unvorstellbarkeit an. Die SuS können diese einfache Grafik abwandeln, indem sie in der Dimension der Zukunft die Anzahl der Fragezeichen vermehren.

Zitate von Herman Hesse und weiteren in **M9d** regen nicht nur zum Denken und Positionieren an, sie können auch Überschriften im eigenen „Buch des Lebens“ sein. Die SuS erhalten weitere Aphorismen im Internet, beispielsweise in der Sammlung der vom Bochumer Christian Waluszek betriebenen Homepage: [www.meinpoesiealbum.de](http://www.meinpoesiealbum.de).

**M10:** Der Einsatz einer **Fantasiereise** zur Annäherung an Zukunftsvisionen bedarf besonderer Vorbereitungsmaßnahmen, verspricht allerdings bei der fantastischen Öffnung für Visionen ein reiches Potential.

Es sollte ein Raum gewählt werden, der ausreichend Platz bietet, so dass sich alle SuS sogar auf mitgebrachte Decken legen könnten, um eine recht tiefe Form der Entspannung zu finden. Der Raum sollte warm und geräuscharm sein.

Die Teilnahme an der Zeitreise ist freiwillig. Verpflichtend ist, dass etwa 20 Minuten nicht gesprochen werden darf. Wem das schwer fällt, sollte in einem anderen Raum beaufsichtigt werden und die Aufgabe erfüllen, eine **Zeitmaschine** zu zeichnen.

Im Schulalltag lässt sich schlecht ein Hebel von 100% Aktion auf 100% Entspannung umstellen. Zur Selbstberuhigung und Einstimmung der Gruppe kann **Instrumentalmusik** eingespielt werden. Hierzu eignen sich beispielsweise Interpreten wie Jean-Michel Jarre, Klaus Schulze oder andere Meditationsmusik mit sphärischen Klängen. Zur Vorbereitung der Übung selbst ist es notwendig, dass die SuS neben ihrem Ruheplatz Buntstifte und Papier bereitlegen.

Der Text **M10** sollte vorher einmal geübt werden. Entscheidend für einen störungsfreien Fluss der Gedanken und der Entstehung von Traumbildern ist nicht nur ein fehlerfreier Vortrag, sondern eine betonte Aussprache in ruhiger und von Pausen durchsetzter Art und Weise.

Weiterhin werden ein Gong oder Klangstäbe benötigt, um die Phase der Stille einzuläuten und zu beenden.

Nach der Fantasiereise und der Gestaltung der Zukunftsbilder setzen sich die SuS in Dreier- oder Vierer-Gruppen zusammen und erzählen sich von ihren Fantasien. Die Leitung weist gegebenenfalls nochmals auf das Ziel der Übung hin und bittet darum, die Fantasien der anderen weder zu kommentieren noch zu diskutieren.

Dieses Vorgehen hat die Jugendlichen hoffentlich neugierig auf die Zukunft gemacht. Der Jugendkongress möchte seinen Beitrag leisten, einen Teil der Neugierde gerne zu befriedigen (**s. M11**). Aktuelle Zahlen zur Bevölkerungsentwicklung in Deutschland deuten darauf hin, dass im Gesundheitsbereich bis 2050 viele Berufsfelder mit echtem Zukunftspotential schlummern.