

2

Lebenswert^{NEU}

Unterrichtswerk für Werte und Normen
in Niedersachsen

TEILDRUCK



LebensWert NEU

Unterrichtswerk für Werte und Normen in Niedersachsen

LebensWert 2

für die Jahrgangsstufen 7/8

Herausgegeben und bearbeitet von Jörg Peters, Martina Peters und Bernd Rolf

Teildruck

1. Auflage, 1. Druck 2020

Alle Drucke dieser Auflage sind, weil untereinander unverändert, nebeneinander benutzbar.

Dieses Werk folgt der reformierten Rechtschreibung und Zeichensetzung. Ausnahmen bilden Texte, bei denen künstlerische, philologische oder lizenzrechtliche Gründe einer Änderung entgegenstehen.

© 2020 C.C.Buchner Verlag, Bamberg

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlags. Das gilt insbesondere auch für Vervielfältigungen, Übersetzungen und Mikroverfilmungen. Hinweis zu § 52 a UrhG: Weder das Werk noch seine Teile dürfen ohne eine solche Einwilligung eingescannt und in ein Netzwerk eingestellt werden. Dies gilt auch für Intranets von Schulen und sonstigen Bildungseinrichtungen.

Layout und Satz: mgo360 GmbH & Co. KG, Bamberg

Umschlag: mgo360 GmbH & Co. KG, Bamberg

www.ccbuchner.de

ISBN der vollständigen Ausgabe: ISBN 978-3-661-21102-2

2

Lebenswert ^{NEU}

Unterrichtswerk für Werte und Normen
in Niedersachsen

Herausgegeben und bearbeitet von
Jörg Peters, Martina Peters und Bernd Rolf

C.C.BUCHNER

1 Das Ich und seine sozialen Rollen

8

Die Rollen meines Lebens

Ich und meine Rollen	10
Rollenerwartungen	12
Natürliche und erworbene Rollen	14
Rollendistanz und Rollenwechsel	16
Das Ich jenseits der Rolle	18

Umgang mit Rollenkonflikten

Aus der Rolle fallen	20
Im Konflikt mit ...	22
Inter- und Intra-Rollenkonflikte	24
Ohne Streit miteinander auskommen	26
› Methodenkompetenz: Rollenkonflikte im Gespräch lösen	
Respektvolles Miteinander	28

Die Gruppe und ich

Welchen Gruppen ich angehöre	28
Gruppenzwang	30
Nein sagen – ein starkes Ich	32
Einzelgänger – Außenseiter	34
Die Gruppe mitgestalten	36

Was ich weiß – Was ich kann 38

2 Liebe und Sexualität

40

Pubertät – Zeit der Veränderungen

Aufbruch in eine neue Zeit	42
Verstehen mich meine Eltern?	44
Zeitweise störungsanfällig	46
Ich bin auf meinem Weg	48

Was man alles Liebe nennt

Schmetterlinge im Bauch	50
Das (schw)erste Mal	52
Die Macht der Liebe	54
Wa(h)re Liebe	56
Wenn die Liebe Kummer macht	58
Sex muss einvernehmlich sein!	60

Geschlechtliche Identität – zu sich selber finden

Typisch Mann – typisch Frau?	62
Gleichberechtigt in der Paarbeziehung?	64
Zwischen Diskriminierung und Akzeptanz	66
Coming out	68
Anders normal!	70
Das Recht, man selbst zu sein	72
› Methodenkompetenz: Aus Filmen ethisch relevante Fragen und Probleme herausarbeiten und darstellen	
Formen des Zusammenlebens	74
Was ich weiß – Was ich kann	76

3 Konstruktiver Umgang mit Krisen

78

Kein Leben ohne Krisen

„Ich krieg die Krise!“	80
Schule – nur Druck und Stress?	82
Orientierungslos?	84
Jenseits der Norm?	86
Wenn es das Leben nicht gut meint	88
Wie Krisen verlaufen können	90

Der Sucht verfallen

Wenn Krisen krank machen	92
„Ich zock doch gar nicht viel ...“	94
So ein Durst!	96
Cannabis denn Sünde sein?	98
Meine Meinung zu rechtlichen Regelungen für den Drogenkonsum	100

› Methodenkompetenz:

Einen Standpunkt begründet vertreten

Spirale abwärts	102
Nur kleine bunte Pillen?	104
Kein Weg zurück	106

Wege aus Abhängigkeiten und Krisensituationen

Raus aus dem Drogensumpf	108
Clean werden	110
Der Sucht vorbeugen	112
Eine starke Persönlichkeit	114

Was ich weiß – Was ich kann 116

4 Menschenrechte und Menschenwürde

118

Was Menschen zum Leben brauchen

Unterschiedliche Lebensbedingungen	120
Armut hat viele Gesichter	122
Unser Wohlstand – ihre Armut	124
Billigware kaufen = Armut fördern?	126

› Methodenkompetenz:

Pro- und Contra-Argumente finden und abwägen

Die Bedürfnisse der Menschen	128
------------------------------	-----

Menschen-würdiges Leben?

Gewalt gegen Kinder	130
Kindersoldaten	132
Frauen – Menschen zweiter Klasse?	134
Wenn nur die Hautfarbe zählt	136
Sag mir, was ich wissen will – oder ...	138
Zum Tode verurteilt	140
Watch it!	142

Sich für Menschenwürde und Menschenrechte einsetzen

Die Würde des Menschen – unantastbar?	144
Kampf um die Menschenrechte	146
Mensch, das ist dein Recht!	148
Menschen, die die Welt veränderten	150
Menschenrechte – unterschiedlich ausgelegt	152
Menschenrechte und Menschenpflichten	154
Besondere Rechte für die U18?	156

Was ich weiß – Was ich kann 158

5 Leben in religiös und weltanschaulich geprägten Kulturen

160

Initiationsriten

Ab jetzt gehöre ich dazu	162
Stammesinitiation bei Naturvölkern	164
Formen der Aufnahme in die christliche Gemeinschaft	166
Bar und Bat Mitzwa und Sünnet	168
› Methodenkompetenz: Sachverhalte beschreiben und vergleichen	
Viele Wege, gleiches Ziel?	170

Ethische Grundsätze in Religionen

Die Religionen und die Ethik	172
Jüdische Ethik	174
Christliche Ethik	176
Grenzenlose Nächstenliebe	178
Muslimische Ethik	180
Buddhistische Ethik	182
Taoistische Ethik	184
Was ihnen gemeinsam ist	186

Menschen- und Weltbilder

Die Welt als Schöpfung Gottes	188
Der Mensch – ein Ebenbild Gottes	190
Der Mensch – ein Produkt der Evolution	192
Streit der Menschen- und Weltbilder	194
Humanismus – Besinnung auf den Menschen	196
Was ich weiß – Was ich kann	198

Hilfestellungen H	200
Arbeitsformen	208
Operatoren-Übersicht	211
Personenregister	212
Sachregister	214
Textnachweise	216
Bildnachweise	218

- AdobeStock / Daisy Daisy – S. 44;
 - / Prostock-studio – S. 80;
 akg-images – S. 48, 62 (3);
 Der Spiegel, Hamburg – S. 98;
 DIE ZEIT 30/2019 – S. 67;
 dpa Picture-Alliance / akg-images, Erich Lessing – S. 106;
 - / AP Photo, Damian Dovarganes – S. 94;
 - / AP Photo, Roland Zack – S. 40;
 - / dpa-Report, DB Munch Museum Oslo – S. 78;
 - / EPA, NOTIMEX, Paul Buck – S. 92;
 - / Eventpress, Monika Sandel – S. 71;
 - / Everett Collection, ©20thCentFox – S. 73;
 - / Britta Pedersen – S. 94;
 - / REUTERS, X03298, Kevork Djanszian – S. 94;
 - / Sven Simon – S. 71;
 - / Westend61, Francesco Buttitta – S. 68;
 - / Zentralbild, Jan Woitas – S. 70;
 S. Fischer Verlag GmbH, Frankfurt – S. 86;
 Focus / Martin Pfarr, Magnum Photos – S. 74;
 Fotolia / anna – S. 44;
 - / Blue Sign – S. 111;
 - / Sebastian Kaulitzki – S. 46;
 - / pf30 – S. 112;
 - / Michael Siegmund – S. 112;
 - / snaptitude – S. 44;
 - / James Thew – S. 46;
 Jana Frey, Höhenflug abwärts / © 2003, 2011 Loewe
 Verlag GmbH, Bindlach – S. 104;
 ©Stefan Gelberg – S. 84;
 Getty Images Plus / Design Pics – S. 80;
 - / gmast3 – S. 60;
 - / iStockphoto, arieliona – S. 81;
 - / iStockphoto, keith Binns – S. 40;
 - / iStockphoto, DGLimages – S. 74;
 - / iStockphoto, dmbaker – S. 44;
 - / iStockphoto, Fotosmurfo3 – S. 40;
 - / iStockphoto, ilona75 – S. 40;
 - / iStockphoto, juripozzi – S. 68;
 - / iStockphoto, m-imagephotography – S. 66;
 - / iStockphoto, Brian Niles – S. 81;
 - / iStockphoto, purmar – S. 40;
 - / iStockphoto, Sylldavia – S. 80;
 - / iStockphoto, Promolo Tavani – S. 50;
 - / iStockphoto, Wavebreakmedia – S. 82;
 - / Pixland, Jupiterimages – S. 44;
 - / Stockbyte – S. 58;
 Sylvia Haas, Reundorf – S. 42 (8);
 iStockphoto / Juanmonino – S. 80;
 Helga Lade / E. Estenfelder – S. 112;
 Mauritius Images / Alamy Stock Photo, Eskymaks –
 S. 101;
 - / Alamy Stock Photo, Panther Media GmbH – S. 93;
 - / Alamy Stock Photo, TCD, Prod. DB – S. 72;
 - / Alamy Stock Photo, Urbanbuzz – S. 94;
 - / Börsenmakler RF – Cover;
 - / Collection Christophel – S. 88;
 - / Collection Christophel, Solaris Film, Maran Film –
 S. 102;
 - / Cultura, Ben Pipe Fotografie – Cover;
 - / RODRUN, Knöll – S. 51;
 - / United Archives – S. 57;
 - / United Archives, Impress – S. 108, 109;
 Susanne Mewing, Hamburg – S. 54;
 Nils Perraut, Bamberg – S. 52 (6);
 Stefanie Perraut-Wendland, Bamberg – S. 45;
 Thomas Plaßmann, Essen – S. 64;
 Toonpool.com / A Tale – S. 96;
 ullstein bild / JOKER, Steuer – S. 74;
 - / Sylent Press – S. 74;
 - / Wodicka – S. 40

Was passiert eigentlich in der Pubertät?

Darf man seine sexuellen Neigungen frei ausleben?

Welche unterschiedlichen Arten von Liebe gibt es?



Was wird als typisch männlich bzw. typisch weiblich angesehen?

Wie stehen Liebe und Sexualität zueinander?

In welchen partnerschaftlichen Beziehungen kann man zusammenleben?

LIEBE UND SEXUALITÄT

2

Themen in diesem Kapitel

- Pubertät – Zeit der Veränderungen
- Was man alles Liebe nennt
- Geschlechtliche Identität – zu sich selber finden

Aufgaben

- 1 Beschreibt die Bilder und kommentiert sie, indem ihr Fragen und/oder Probleme benennt, die sich für euch aus den gezeigten Szenen ergeben.
- 2 Stellt dar, in welchen Beziehungen ihr euch in zwanzig Jahren seht.
- 3 Überlegt euch erste Antworten auf die sechs Fragen, die ihr auf der linken Seite seht.

Aufbruch in eine neue Zeit

M1 Isabelle und Sascha



Isabelle mit 12,



... mit 14,



... mit 16,



... und mit 19 Jahren



Sascha mit 11,



... mit 14,



... mit 16,



... und mit 19 Jahren

M2 Pubertätsgezicke ...

Der Roman *Plötzlich 14* gibt einen Einblick in das Leben der 14-jährigen Henriette.

„Ist es nicht toll, dass wir heute einen richtigen Mädels-Einkaufsbummel unternehmen?“, flötet Mum, während sie unsere Familienkutsche ins Parkhaus manövriert. „Supercool“, bestätigt Tessa, [...] meine kleine Schwester [...]. Ich grunze bloß nichtssagend. Denn ich habe keineswegs vor, mit einer Nervensäge und Miss Familienrat zusammen shoppen zu gehen. Vielmehr bin ich im Einkaufszentrum mit meiner besten Freundin Jill verabredet. Aber wir wollen so tun, als ob es ein zufälliges Treffen wäre [...].

„Hej, Henriette, das ist ja eine Überraschung!“, ruft plötzlich eine fröhliche Stimme. Jill lehnt Kaugummi kauend am Eingang einer Boutique und grinst uns an. „Hi Tessa, hallo Eva“, fügt sie hinzu. *Oh Mann! Auffälliger geht's ja kaum noch.* [...] „Du, Henriette, hilfst du mir, einen Bikini auszusuchen?“, rettet mich Jill. „Mein alter ist total kindisch, ich brauche dringend einen neuen – schließlich werde ich die Sommerferien mehr oder weniger im Schwimmbad verbringen.“ Mum wirft mir einen halb verzweifelten, halb verständnisvollen Blick zu. „Zieht nur los“,

sagt sie. „Wir treffen uns in zwei Stunden hier wieder. Okay?“ „Wie du meinst“, sage ich so lässig, wie ich nur kann, denn eigentlich denke ich: *Yesssss! Es hat funktioniert!* [...]

25

Ich suche nach einem Geschenk für [meinen Freund] Nick zu unserem ersten Jahrestag. Ich weiß schon, was ich ihm kaufen werde: einen silbernen Bilderahmen in Herzform, in den ich ein Foto stecken möchte, das uns beide Arm in Arm zeigt. Ich bin selbst ganz gerührt von dieser Idee – ist sie nicht irrsinnig romantisch? [...] Meine beste Freundin findet es völlig übertrieben, so etwas zu feiern. Na ja, das liegt wohl daran, dass sie bis jetzt nie länger als drei Wochen mit einem Jungen zusammen war. Mir macht sie dauernd ein schlechtes Gewissen, weil ich angeblich zu viel Zeit mit Nick verbringe und zu wenig mit ihr unternehme. [...] *Ein ganzes Jahr*, denke ich [...]. Ist das nicht der Wahnsinn? Unfassbar, dass ich mir noch vor einem Jahr kaum vorstellen konnte, einen Freund zu haben – jedenfalls keinen echten. Zwar war ich damals ständig verliebt, aber ich habe mich immer damit begnügt, still und heimlich für einen Jungen zu schwärmen. Übrigens

30

35

40

45 für permanent wechselnde Angebetete. Das hat sich
gründlich geändert als Nick aufgetaucht ist. Jetzt
schwärme ich bloß noch für ihn, und das nicht mehr
heimlich, sondern unheimlich! Und Nick schwärmt
natürlich genauso für mich. Wir sind ein süßes Paar,
50 findet Oma Lydia. [...]

Als wir [nach dem Shoppen] am Treffpunkt ankom-
men, ist von Mum und Tessa weit und breit nichts zu
sehen. Anstatt mich darüber zu freuen, bin ich stink-
sauer. Keine Ahnung, warum. Paps meint, ich wäre
55 furchtbar launisch in letzter Zeit, und sogar Oma fin-
det, mein Pubertätsgezicke wäre manchmal ganz
schön anstrengend. Als ob ich die Einzige wäre, die
manchmal die Nerven verliert. Im Übrigen kann ich
nichts dafür – die Hormone sind schuld. Außerdem
60 sind es meistens die anderen, die mich auf die Palme
bringen. Im Moment zum Beispiel Jill mit ihrem
Rechthabergesicht. Natürlich auch Mum, weil sie
unpünktlich ist und uns hier blöd rumstehen lässt.
Vor allem aber bin ich auf das Schicksal wütend, das
65 es wohl gerade auf mich abgesehen hat. Oder warum
in aller Welt taucht ausgerechnet hier und jetzt der
Badezimmerblockierer auf?

„Hi, ihr zwei Hübschen!“, brüllt uns mein großer Bru-
der Levin schon von Weitem entgegen. Und ich frage
70 mich, ob er vielleicht Drogen genommen hat, denn
normalerweise würde er sich eher eine Woche lang
weder duschen noch einparfümieren, als mich hübsch
zu nennen. Als er näherkommt, wird mir klar, dass er
mich komplett links liegen lässt. Das mit den zwei
75 Hübschen war nur so dahergeredet, um sich bei Jill
einzuschleimen. [...] Er lässt sogar die Gelegenheit
sausen, mich wegen eines Einkaufs im Unterwäsche-
laden für Damen aufzuziehen. Normalerweise würde
er jetzt wieder auf dieser Melonen-Geschichte her-
80 umreiten: Er hat mich einmal dabei erwischt, wie ich
mir Früchte ins T-Shirt gestopft habe, um zu prüfen,
wie ich mit einem Riesenbusen aussehe und ob man
damit überhaupt noch gerade stehen kann – aber da
war ich natürlich viel jünger und naiver als heute!

85 „Darf ich dich zu einer Cola einladen?“, säuselt Levin
jetzt und schmachtet Jill an. Er ist superpeinlich! So
langsam wird es wohl Zeit, die Flucht zu ergreifen –
oder sich fremdzuschämen. Wobei ich mir nicht

sicher bin, ob leibliche Brüder als fremd gelten ... Jill
dreht ihm den Rücken zu und zieht eine Grimasse. So
wechselhaft sie auch ist, was ihre Berufswünsche
90 betrifft, so beständig ist sie in ihrem Groll auf den
Badezimmerblockierer. [...] Warum kann er Jill nicht
einfach in Ruhe lassen? Sie hat damals, als er sie
abserviert hat, schon genug gelitten. Für heute gibt er
95 es zum Glück auf und zieht ab, demonstrativ lässig
mit einem Jo-Jo spielend und pfeifend. *Heike Abidi*

M3 My own song

Ich will nicht sein
so wie ihr mich wollt
ich will nicht ihr sein
so wie ihr mich wollt
ich will nicht sein wie ihr
5 so wie ihr mich wollt
ich will nicht sein wie ihr seid
so wie ihr mich wollt
ich will nicht sein wie ihr sein wollt
so wie ihr mich wollt
10 nicht wie ihr mich wollt
wie ich sein will will ich sein
nicht wie ihr mich wollt
wie ich will ich sein
nicht wie ihr mich wollt
15 ich will ich sein
nicht wie ihr mich wollt will ich sein
ich will sein. *Ernst Jandl*

Aufgaben

- 1 Stellt dar, wie sich Isabelle und Sascha im Laufe der Jahre entwickelt haben. Überlegt außerdem, welche weiteren Veränderungen vermutlich stattgefunden haben. > M1
- 2 Erstellt Collagen mit Fotos, die eure Entwicklung vom Kind zum bzw. zur Jugendlichen zeigen. > M1 **V**
- 3 Stellt dar, welche Veränderungen die Pubertät mit sich bringt. Findet dazu Beispiele aus dem Text. > M2
- 4 Interpretiert das Gedicht von Ernst Jandl, indem ihr es auf die Situation eines bzw. einer Jugendlichen in der Pubertät bezieht. Formuliert dazu einen Tagebucheintrag aus seiner bzw. ihrer Sicht. > M3

Verstehen mich meine Eltern?

M1 Wir müssen reden!



M2 Junge

Und wie du wieder aussiehst
 Löcher in der Hose
 und ständig dieser Lärm
(was sollen die Nachbarn sagen?)
 und dann noch deine Haare
 da fehlen mir die Worte
 musst du die denn färben?
(was sollen die Nachbarn sagen?)
 [...]
 Nie kommst du nach Hause
 so viel schlechter Umgang
 wir werden dich enterben
 wo soll das alles enden
 wir machen uns doch Sorgen?

5

10

Die Ärzte

M3 Einfach nur peinlich!

Fall 1:

„Neulich [...] [gab] meine Tochter [...] [eine Pyjamaparty]. In Erinnerung an meine eigenen Pyjamapartys zog ich einen Bademantel an. Als ich reinkam, quatschten die Mädchen. Mit einem coolen Spruch wollte ich mich in ihr Gespräch einklinken. Nichts zu machen. Um die Stimmung zu lockern, begann ich, mit den Hüften zu wippen. Da zerrte mich meine Tochter wutentbrannt aus dem Zimmer. Warum? Versteh ich auch nicht!“



Mutter Petra

Fall 2:

„Als moderner Vater kümmere ich mich um meine Tochter. Neulich habe ich mitbekommen, dass sie sich mit einem Jungen im Park treffen wollte. Ich schnappte mir den Hund und folgte ihr unauffällig. Während sie dasaßen und redeten, entdeckte sie uns und wurde rot. Später zu Hause rastete sie völlig aus. Dabei wollte ich doch nur sichergehen!“



Vater Thomas

„Vor kurzem saß ich mit Freundinnen nichts ahnend auf der Couch. Da ging die Tür auf und Mama stand im [...] Bademantel im Türrahmen und sagte: „Na, ihr Süßen, was ist [...] angesagt?“ Fassungslos fixierte ich sie. Dann fing sie auch noch an zu tanzen. Vor meinen Freundinnen! Es reichte! Genervt zog ich sie aus dem Zimmer und ließ sie stehen. [...]“



Tochter Sina

Anke Heller

„Neulich hatte ich ein Date mit einem supertollen Jungen aus der Parallelklasse. Wir haben uns im Park getroffen. Während wir so dasitzen und reden, er mit dem Rücken zum Weg, sehe ich einen Hund, der aussieht wie meiner. Dann einen Mann, der aussieht wie mein Vater. Es war mein Vater! Oh Mann, wenn der Junge das gesehen hätte! Das ist so peinlich!“



Tochter Anna

25

30

35

45

M4 Ein eigenartiger Zustand

Sylva pendelt nach der Trennung ihrer Eltern zwischen der Mutter in Berlin und dem Vater in Tschechien. Manchmal versteht sie die Erwachsenen und sich selbst nicht mehr.

Dieses Gefühl [der Andersartigkeit] war von Anfang an in Sylva. Die üblichen Verhaltensweisen [...] engten sie ein. Sie konnte sich nicht anständig benehmen. Auch wenn sie sich anstrengte, konnte sie nicht abschätzen, was von ihr erwartet wurde. [...] Meistens ging sie, wenn sie besser geblieben wäre, und sie schwieg, wenn sie antworten sollte. Andere Male wieder sagte sie ihre Meinung und brachte ihre Umgebung in Verlegenheit. Es war eine Qual, sich anzupassen. Sie brach Regeln und Gewohnheiten, egal wo sie sich aufhielt. [...]

Deshalb sucht sie das Gespräch mit ihrem Vater. Er fragt sie, was ihr gerade durch den Kopf geht.

„Alles Mögliche. Zum Beispiel die Vorherbestimmtheit zum Alleinsein. Jeden Tag zusätzliche Verluste. Gespaltenheit. Der Einfluss [...] des Verstands [...] ... und, und, und ...!“

Sie spürt, wie ihr Gesicht brennt. Sie ist gespannt und aufgebracht. Hunderte schmerzhaft Themen gehen ihr durch den Kopf. [...] Jede Sekunde wächst die Hoffnungslosigkeit auf dieser Erde und es führt kein Weg hinaus! Welchen Sinn hat es, in der Küche zu stehen und zu labern, auf Mutter zu warten, nach Berlin zu ziehen oder [...] sonst wohin, zu lernen, Geld zu verdienen, Krankenversicherung zu zahlen, Kinder zur Welt bringen, Angst um sie zu haben ...

Wo ist der Sinn? Wo ist die Garantie, dass alles irgendeine Bedeutung hat? Dass es nicht nur ein zufälliges und verwirrtes Gewusel im Sand ist, das von der nächsten Welle weggespült wird? „Ich bin so unglücklich!“ Tränen kullern ihr über die glühenden Wangen. [...] „Ich weiß nichts, Papa! Ich versteh nichts!“ [...]

„Weißt du, in der Pubertät...“ Er fängt an und verstummt wieder. [...] Endlich entschließt er sich doch. „Die Pubertät ist ein eigenartiger Zustand. Nicht wiederholbar. In der Pubertät ist der Mensch nackt, also berührt ihn alles direkt. Die Berührung ist erregend und schmerzhaft zugleich. [...] Erst wenn du älter wirst, beginnst du, dich anzuziehen.“ [...]

„Fühlst du dich nicht mehr nackt?“

Der Vater schüttelt langsam und niedergeschlagen den Kopf. „Vielleicht habe ich nicht so viele Schichten, aber eine direkte Berührung ist ein Wunder für mich.“

„Das alles also...was ich jetzt erlebe ... geht vorbei?“

„Höchstwahrscheinlich ja. Leider.“ [...]

Sie umarmt ihn fest.

„Weißt du was, Papa?“, sagt sie und bemüht sich, ihre Stimme wie die von Mutter klingen zu lassen. Optimistisch. Voller Tatendrang.

„Ich mach jetzt Kartoffelpuffer warm.“

Iva Procházková

M5 Ansichtssache



Aufgaben

- Überlegt, aus welchem Grund der Vater mit seiner Tochter reden möchte. Versetzt euch in die Gesprächssituation: Was mag der Tochter durch den Kopf gehen? > M1
- Überlegt, wie der Junge auf die Vorwürfe seiner Eltern reagieren könnte. > M2
- Stellt euch vor, Sina und Anna reden anschließend mit ihren Eltern. Schreibt das Gespräch auf. > M3
- Erklärt, was der Vater mit der Aussage „In der Pubertät ist der Mensch nackt“ meint. > M4
- Vergleicht die Beziehungen zwischen den Eltern und Jugendlichen. > M1–M4
- Diskutiert die Aussage auf dem Schild an der geschlossenen Tür. > M5

Zeitweise störungsanfällig

M1 Baustelle Gehirn



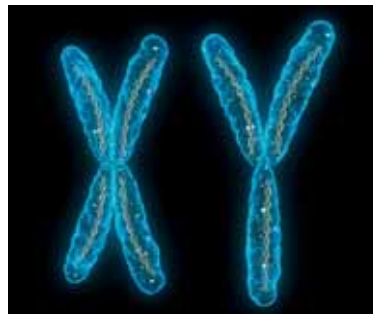
Das Gehirn gleicht in der Pubertät einer Baustelle. Die Großhirnrinde wächst zunächst noch einmal stark an und nimmt dann radikal ab. Es sterben vor allem die Nervenzellen ab, die selten

gebraucht werden. Das Gehirn sortiert aus, es konzentriert seine Kräfte und wird dabei wesentlich schneller und effektiver, es wird vorbereitet auf das selbständige Leben.

15 So erklären sich einerseits die hohen Leistungen, zu denen Jugendliche in dieser Zeit erstmals fähig sind – die Zunahme an Denkschärfe, Abstraktionsvermögen –, andererseits die besonderen Probleme der Pubertät. Der Umbau des Gehirns ist nämlich genau getaktet, er verläuft von hinten nach vorn, von den einfachen zu den höheren Hirnregionen. Am Ende fehlt noch die höchste Instanz, der vordere Stirnlappen. Hier hat die Besonnenheit ihren Sitz, hier werden Gefühle reguliert und die Folgen von Handlungen bedacht – alles Dinge, bei denen Jugendliche in dieser Zeit schlecht abschneiden. Deshalb denken sie wenig über die Folgen ihres Tuns nach und können Risiken nur schwer einschätzen. Immer mal wieder ist ihr Bewertungssystem im Gehirn heillos überfordert. Werden sie in die Enge getrieben, greift der Hirnstamm auf seine bewährten Notfallprogramme zurück: Angriff, Flucht, Totstellen.

Das Verhalten von Jugendlichen wird stark von dem Teil des Gehirns gesteuert, der für Gefühle zuständig ist. Trotzdem fällt es ihnen schwer, die Gefühle anderer richtig zu deuten. Sie sehen Ärger und Ablehnung in Situationen, in denen diese gar nicht vorhanden sind. Daher kommen sie auch schnell zu der Auffassung, dass sie dumm angemacht werden und keiner sie ausstehen kann. Einen Trost gibt es für sie: Diese Zeit geht mit Sicherheit vorüber.

M2 Hormongesteuert



Nur ein einziges Chromosom unterscheidet das Erbgut der Jungen von dem der Mädchen. Doch das hat enorme Auswirkungen.

Wenn im Gehirn der Startschuss für die Pubertät fällt, werden massenhaft Hormone produziert, bei den Jungen das Testosteron, bei den Mädchen das Östrogen. Sie lösen bei Jungen und Mädchen körperliche Veränderungen aus, bringen aber auch eine ganze Reihe psychischer Probleme mit sich, die für das jeweilige Geschlecht typisch sind.

Mädchen haben es in der Pubertät wirklich nicht leicht. Manchen fällt es schwer, ihr verändertes Äußeres anzunehmen, und sie verdecken ihre Unsicherheit oft durch Schminke und Kleidung. Angeregt durch das Sexualhormon Östrogen wächst bei ihnen verstärkt der Hippocampus, der Teil des Gehirns, der für das emotionale Gedächtnis zuständig ist. Dadurch kann es verstärkt zu extremen Stimmungsschwankungen kommen – den leidgeplagten Eltern als „Zickenterror“ bekannt. So erklärt sich auch, dass besonders Mädchen in der Pubertät für Depressionen anfällig sind, dass sie sich gelegentlich selbst Verletzungen zufügen (Ritzen) oder zu Magersucht neigen. Jungen leiden in der Pubertät unter ganz anderen Zweifeln als die Mädchen. Durchschnittlich zwei Jahre hinken sie entwicklungs-technisch hinter ihren Klassenkameradinnen her, außerdem ist das Eintrittsalter in die Pubertät von Junge zu Junge sehr verschieden, was zu Verunsicherungen führen kann. Jungen haben daher oft das Gefühl, ihre Männlichkeit beweisen zu müssen. Da außerdem das männliche Gehirn sein Wachstum später abschließt als das weibliche, neigen Jungen noch stärker als Mädchen zu risikobereitem Verhalten wie Alkoholexzessen, aggressiven Ausrastern und lebensgefährlichen Mutproben.

M3 Adriana

Adriana sagt: „Manchmal bin ich so gut drauf, dass ich die Welt umarmen könnte. Sogar meine Schwester, die mir sonst voll auf die Nerven geht. Habe ich

5 allerdings schlechte Laune, dann raste ich schon aus, wenn sie mir zu nah kommt. Ich weiß dann oft selbst nicht, was los ist. Wenn ich dann noch irgendeinen Song höre, der mich runterzieht, dann könnte ich heulen und weiß gar nicht warum. Was ist das bloß?

10 Warum streite ich mich, obwohl mir keiner etwas getan hat?
Und wenn ich meine Tage bekomme, dann ist alles aus: Ich bin schon den Tag zuvor mies drauf und dann kommen die Bauchschmerzen. Da machen lieber alle einen Bogen um mich. Überhaupt mein Körper! Ich finde meinen Busen nicht schön. Auch die Rundungen an meinen Hüften finde ich nicht schön. Meine Eltern meinen, ich würde mich für mein Alter viel zu stark schminken. Dabei möchte ich bloß, dass

20 mich andere hübsch finden.“

M4 Daniel

Daniel steht auf Adriana. Ihre hübsche Figur, die coolen Klamotten und so, das versetzt ihn immer in Aufregung, wenn er sie sieht. Allerdings beachtet sie ihn kaum. Kein Wunder, so verwachsen wie er ist: die

5 Gestalt zu schlaksig, die Füße zu groß, die Arme zu lang, die Gesichtsfarbe zu rot und die Stimme wie eine gesprungene Saite.
Was soll er tun? Er versucht, den Coolen raushängen zu lassen. Typisch für Jungs! Der Coole ist blass und

10 einsam. In der Klasse will er immer alleine sitzen und macht manchmal seltsame Dinge.
Manche Jungs wollen eher der Lustige sein und spielen den Klassenclown. Auf ihn kann man sich immer verlassen, wenn man Stimmung haben will.

15 Dann gibt es den Beliebten: Er ist nett zu jedem, auch zu Lehrern, und er kriegt es irgendwie hin, dass ihn trotzdem alle cool finden.

Und dann gibt es auch den, der versucht den Tag zu überstehen, ohne ein Wort zu jemandem zu sagen, den Schüchternen. Er fürchtet sich zu sehr davor, sich zu blamieren.

M5 Grenzen testen

Lisa, vierzehn Jahre alt, war einverstanden damit, als Mutprobe abends um elf in einem gefährlichen Stadtteil spazieren zu gehen, „weil ich überhaupt nicht daran gedacht habe, dass etwas Schlimmes passieren könnte, und weil ich es einfach wollte“.

5 Jesse und ein paar seiner Freunde, alle fünfzehn Jahre alt, sahen an einem Winterabend im Fernsehen eine Abenteuershow; anschließend holten sie ganz spontan aus einem Supermarkt einen Einkaufswagen, schoben ihn zu einem nahe gelegenen Park und ließen sich abwechselnd einen schneebedeckten Hügel hinunterrollen, bis der Wagen umkippte und sie auf den eisigen Boden stürzten. Jesse kam mit heftigen Kopfschmerzen und einer leichten Gehirnerschütterung nach Hause. „Er hat einfach nicht nachgedacht“, sagt Jesses Mutter. [...]

15 Viele Teenager haben mehr Angst, und manche sind weitaus vernünftiger und vorsichtiger als ihre Eltern. Aber die meisten verspüren dann und wann einen unwiderstehlichen Drang, „etwas Verrücktes zu machen“, wie Jessica es formulierte, und den eigenen Impulsen nachzugeben. [...] „Es ist aufregend und spannend, und ich glaube, das gefällt mir. Es ist ein Adrenalinstoß“, sagt sie. „Ich weiß nicht, wo meine Grenzen liegen, und das will ich herausfinden. Ich will wissen, wozu ich fähig bin.“

Barbara Strauch 25

Aufgaben

- 1 Erklärt, wie sich aus der Veränderung des Gehirns bestimmte Verhaltensweisen in der Pubertät ableiten lassen. > M1
- 2 Stellt dar, wie sich der Verlauf der Pubertät bei Mädchen und Jungen unterscheidet. > M2
- 3 Schreibt alle genannten Stimmungen der beiden Jugendlichen auf unterschiedlich gefärbte Karten (rot für Ariana, blau für Daniel) und ordnet sie auf einem Gefühlsbarometer (Skala von -5 bis +5) an. Vergleicht die Verteilung. > M3/M4
- 4 Erklärt das Verhalten von Adriana und Daniel auf der Grundlage der psychischen und physischen Veränderungen in der Pubertät (M1 und M2). > M3/M4
- 5 Erläutert, wie im Text von Barbara Strauch das Verhalten der Jugendlichen erklärt wird, und nimmt Stellung zu dieser Auffassung. > M5

Ich bin auf meinem Weg

M1 Steiler Aufstieg



Wolfgang Mattheuer

M2 „Ich, Lara de Diego, 16“ – eine Zwischenbilanz

Zuhause, das ist, wo ich mich nicht auspowern muss, wo ich mich sicher fühle, wo ich ruhig bin. Wenn ich mit meinen Eltern aneinandergerate, dann wegen Hausaufgaben, Zimmer aufräumen oder so. Strafen wie kein Fernsehen, kein Computer gab es schon, aber ich hab mich jetzt mit den Regeln besser arrangiert. [...]

Kürzlich hab ich mir einen Computer zusammengespart. Im Internet bei Facebook [...] und YouTube bin ich oft.

Freundschaft ist, wenn wir uns auch wieder vertrauen, nachdem wir aneinandergeraten sind. [...] Zickig werde ich, wenn mir jemand das Gefühl gibt, etwas Besseres zu sein als ich.

Wenn es Streit gibt, denke ich zuerst: Was hab ich falsch gemacht? Andererseits fühle ich mich auch im

Recht, sonst muss ich mich ja nicht streiten. Mit meiner Mutter geht es meist darum, dass dem einen oder anderen der Ton nicht passt. Meist reden wir dann eine Weile nicht miteinander. Irgendwann entsteht wieder ein kleines Gespräch, zum Beispiel beim Essen, [...] und wir pendeln uns wieder ein. Mit meinem Vater streite ich weniger. Ich habe zu beiden ganz verschiedene Verhältnisse, die aber beide total gut funktionieren. Sie unterstützen mich in allem, was ich tue, weil sie sagen, es ist mein Leben.

Die Liebe spielt in meinem Leben eine Rolle, aber sie drängt noch nicht in den Vordergrund. Da steht die Schule. Mit meinen Freundinnen rede ich über die Liebe. Ich fühle mich da aber gar nicht unter Druck. Ich geh es locker an.

Ich fechte, seit ich zehn Jahre alt bin. Was Drogen, Alkohol und so angeht, haben meine Eltern Vertrauen in mich. Rauchen brauch ich nicht. Auf Mode bin ich nicht total fixiert. Ich achte darauf, dass ich gepflegt daherkomme.

Wenn man sich das Leben vorstellt, sieht man sich schon gern reich, beliebt und in einem großen Haus. Aber später bin ich vielleicht doch mit einer Wohnung zufrieden. Meine Eltern sind toll, aber sie übernehmen keine Vorbildfunktion. Manchmal sehe ich mich als Studentin in einer WG mit Freunden. Dann stelle ich mir wieder so ein Leben vor wie in den US-Fernsehserien, mit Mann und zwei Kindern. Aber ich weiß nicht, ob ich das wirklich will. Wenn ich Kinder hätte, sollten sie von mir Selbstvertrauen lernen.

Der Spiegel Wissen 2/10

M3 Entwicklungsanforderungen im Jugendalter

Grundsätzlich verläuft die psychologische Entwicklung eines Menschen in Form verschiedener Stufen. [...]

Doch welcher Entwicklungszeitraum ist überhaupt gemeint, wenn vom „Jugendalter“ die Rede ist? In der Regel versteht man darunter den Zeitraum der Pubertät, welcher – je nach Geschlecht – ungefähr vom 12. bis zum 18. Lebensjahr reicht. Im Bereich

der Jugendforschung ist allerdings meist von der sogenannten Adoleszenz die Rede. Diese umfasst nach wissenschaftlicher Definition einen wesentlich größeren Zeitraum von etwa zehn Jahren (11–21 Jahre). [...]

Grundsätzlich stehen die sogenannten Entwicklungsaufgaben in der Adoleszenz jeweils im Kontext des Spannungsfeldes zwischen den individuellen Bedürfnissen des jungen Menschen und den gesellschaftlichen Anforderungen bzw. Erwartungen. Schauen wir uns doch einmal an, welche dieser Entwicklungsaufgaben zum Jugendalter bzw. zur Adoleszenz gehören:

Akzeptieren der eigenen körperlichen Veränderungen

Im Zuge der Pubertät ergeben sich weitreichende körperliche Veränderungen, mit denen der Jugendliche erst einmal umzugehen lernen muss. [...]

Das Lösen vom Elternhaus

Einer der wichtigsten Prozesse innerhalb der Adoleszenz ist die Ablösung vom Elternhaus, mit der in der Regel vielfältige Probleme und Spannungen in der Familie einhergehen. Plötzlich will der Spross abends mit Freunden weggehen, nicht mehr mit den Eltern verreisen oder auch einmal auswärts übernachten. [...]

Der Aufbau eines eigenen Freundeskreises

Während vor der Adoleszenz der Freundeskreis des Kindes meist durch schulische und elterliche Einflüsse bestimmt wird, beginnt der Jugendliche dann damit, seine Freunde selbst und bewusst auszuwählen. Auch der häufige Wechsel von Freunden bzw. ganzer Freundeskreise gehört in dieser Zeit zur Normalität. [...]

Erste intime Kontakte und Beziehungen

Das Entdecken der eigenen Sexualität ist ein entscheidender Faktor in der Phase der Adoleszenz. Er steht im engen Zusammenhang mit den bereits erwähnten körperlichen Veränderungen. Hierdurch ergeben sich oft Probleme, insbesondere dann, wenn der Jugendliche die Veränderungen des Körpers und des Aussehens noch nicht vollständig akzeptiert hat, aber trotzdem schon intime Beziehungen eingeht.

Entwicklung einer eigenen Weltanschauung

Wird das „Weltbild“ eines Kindes fast ausschließlich von den Ansichten und Gewohnheiten der Eltern

bestimmt, beginnt sich der Jugendliche in der Adoleszenz eine eigene, individuelle Weltanschauung aufzubauen. Hier spielen viele Faktoren und Bereiche mit hinein, z.B. Politik, Religion usw.

Vorstellung einer beruflichen Laufbahn

Sind die beruflichen Wünsche bei Kindern oft noch diffus und ändern sich in kurzen Abständen, entwickelt der Jugendliche erste konkrete Vorstellungen von seiner Ausbildung und der späteren beruflichen Tätigkeit. Allerdings können sich auch diese Vorstellungen im Laufe der Pubertät immer wieder ändern.

Entwicklung einer Zukunftsperspektive


Neben dem Aufbau einer beruflichen Perspektive entwickelt der Jugendliche auch eine generelle Zukunftsvision, z.B. hinsichtlich eines konkreten Lebensmodells, Familie, Kinder, Wohnort, übergeordnete Lebensziele usw. [...]

Entwicklung eines Selbstbildes

Das Problem in der Phase der Pubertät besteht darin, dass es erst ab einem gewissen Zeitpunkt für den Heranwachsenden möglich ist, sich selbst aus der Sicht anderer zu sehen und somit ein klares Bild bzw. eine definierte Selbstdarstellung zu gewinnen. Zudem gelingt es erst ab einem gewissen Alter (in der Regel ab etwa 14 Jahren), auch die eigene Vergangenheit und die gewünschte Zukunft mit in das eigene Selbstbild und die Selbstbeschreibung einzubeziehen.

www.praxis-jugendarbeit.de

Aufgaben

- 1 Beschreibt das Bild und erläutert, inwiefern es den Weg von Jugendlichen durch die Pubertät symbolisieren kann. > M1
- 2 Wandelt den Text in Partnerarbeit in ein Interview mit Lara um, indem ihr Fragen findet, die sich auf Laras Entwicklung hin zu einer eigenständigen Person beziehen. > M2
- 3 Veranschaulicht die Entwicklungsaufgaben (M3) durch Beispiele. Untersucht, welche sich davon in Laras Aussagen (M2) finden lassen. > M2/M3
- 4 Diskutiert darüber, welche der Entwicklungsaufgaben ihr für leicht(er), welche für schwierig(er) haltet. > M3 

Schmetterlinge im Bauch

M1 Verliebt



M2 Test für Verliebte

	Ja	Nein
Denkst du fast die ganze Zeit an ein bestimmtes Mädchen oder einen bestimmten Jungen?	♥	●
Läufst du an seiner oder ihrer Wohnung vorbei, um ihn oder sie „zufällig“ zu treffen?	♥	●
Interessierst du dich plötzlich für Fußball (Reiten ...), weil er oder sie sich dafür interessiert?	♥	●
Ist es dir in seiner oder ihrer Gegenwart peinlicher als sonst, wenn du dich mal ungeschickt verhältst?	♥	●
Wirst du eifersüchtig oder traurig, wenn er oder sie Spaß mit anderen hat und dich gar nicht beachtet?	♥	●
Bist du total cool zu ihm / ihr und ärgerst dich dann später darüber?	♥	●
Fängt dein Herz an zu rasen oder wirst du rot, wenn er oder sie dich anschaut?	♥	●
Bist du total verlegen, wenn du mit ihm oder ihr allein bist?	♥	●
Würdest du ihn oder sie gerne berühren?	♥	●
Könntest du dir vorstellen, ihn oder sie zu küssen?	♥	●

Sabine Thor-Wiedemann

M3 Du bist schön

Du bist schön,
 ziemlich schön sogar, [...]
 so lieb und nett,
 so einfach und doch so wunderbar.
 Ich schau mir dich einfach gerne an, 5
 so klammheimlich und unscheinbar,
 weil ich einfach noch nicht weiß,
 ob du mich leiden kannst.
 Seit ich dich gesehen habe, 10
 ist die große Liebe auf den ersten Blick
 kein fahles Konzept großer Dichter mehr,
 sondern mehr als das,
 mehr als alles,
 was ich bisher kannte.
 Als ich nicht rannte, 15
 ist es passiert,
 die Kollision meines Herzens
 mit meinem Kopf,
 der ganz genau weiß,
 dass ich nicht in deinen passe. 20
 Denn du stehst inmitten deines Lebens,
 du hast so viel bereits erreicht,
 von dem ich nicht zu träumen wage,
 weil ich Angst habe,
 dass du nicht darin vorkommst. [...] 25
 Und bevor mein Alleinsein schon fast
 zu schwer ist,
 um es allein zu tragen,
 kann ich dich nicht einfach fragen,
 ob du mir beim Tragen hilfst. 30
 Denn wahrscheinlich bin ich
 in deinen Augen
 einfach nur eine Stecknadel,
 die im Heuhaufen flüchtiger Bekanntschaften
 einfach nicht zu finden ist, 35
 vor allem dann,
 wenn du nicht auf der Suche bist.

Slam-Poetry von Melli Pongratz

M4 Zweisamkeit



M5 Die Verabredung von Harry und Cho

Nachdem Harry sein Spiegelbild auf der Rückseite eines Teelöffels begutachtet und versucht hatte, sein Haar zu glätten, ging er allein zur Eingangshalle, um Cho zu treffen, wobei er sich bang fragte, worüber um Himmels willen sie eigentlich reden sollten.

Sie erwartete ihn ein paar Schritte neben dem Eichenportal und sah sehr hübsch aus mit ihrem zu einem langen Pferdeschwanz gebundenen Haar. Während er auf sie zuging, kam es Harry vor, als wären seine Füße zu groß für seinen Körper, und plötzlich war er sich seiner Arme schrecklich bewusst; sie mussten bescheuert aussehen, wie sie da an ihm herunterbaumelten.

„Hi“, sagte Cho ein wenig atemlos.

„Hi“, sagte Harry.

Sie starrten sich einen Moment lang an, schließlich sagte Harry: „Also – ähm – wollen wir dann gehen?“

„Oh – ja ...“ [...]

Harry war erleichtert, als sie an die frische Luft traten, denn es schien ihm einfacher, stumm nebeneinander herzugehen, als nur dazustehen und verlegen dreinzublicken. [...]

„Ähm ... möchtest du vielleicht einen Kaffee?“, sagte Cho zögerlich, als es heftiger zu regnen begann.

„Ja, gut“, sagte Harry und blickte sich um. „Wo?“

„Oh, dort drüben ist ein ganz netter Laden [...]“, sagte sie strahlend und führte ihn durch eine Seitenstraße

zu einem kleinen Café, das Harry noch nie aufgefallen war. [...] Sie setzten sich an den letzten freien Tisch, der am beschlagenen Fenster stand. Roger Davies [...] saß zusammen mit einem hübschen blonden Mädchen etwa einen halben Meter entfernt. Sie hielten Händchen. Bei dem Anblick wurde Harry unbehaglich zumute, vor allem nun, da er sich im Café umsah und bemerkte, dass nur Paare hier waren, die allesamt Händchen hielten. Vielleicht erwartete Cho, dass er ihre Hand hielt. [...]

Ihr Kaffee war noch nicht gekommen, da hatten Davies und seine Freundin schon angefangen, über ihre Zuckerschale hinweg zu knutschen. Harry wäre es lieber gewesen, sie hätten es bleiben lassen; er hatte das Gefühl, dass Davies hier Maßstäbe setzte und dass Cho bald von ihm erwarten würde, dass er mithielt. Er spürte sein Gesicht heiß werden [...]. Um den Moment hinauszuzögern, indem er Cho ansehen musste, starrte er hoch zur Decke, als ob er die Malerarbeit begutachten würde [...].

Chos Hand lag auf dem Tisch neben ihrer Kaffeetasse und Harry verspürte einen wachsenden Drang, sie in seine zu nehmen. Tu's doch einfach, sagte er sich, und eine Mischung aus Panik und Erregung stieg in seiner Brust hoch. [...] Doch gerade als er seine Hand bewegte, zog Cho ihre vom Tisch. Sie sah mit leicht interessiertem Blick Roger Davies und seiner Freundin beim Küssen zu. „Er wollte mit mir ausgehen, weißt du“, sagte sie leise. „Vor ein paar Wochen. Roger. Ich hab ihn aber abblitzen lassen.“

Harry [...] hatte keine Ahnung, warum sie ihm das sagte.

Joanne K. Rowling

Aufgaben

- 1 Erläutert die Abbildung anhand von Beispielen. > M1
- 2 Führe den Test durch (Auswertung auf S. 197) und beurteile, ob er aussagekräftig ist. > M2
- 3 Beschreibt die Gefühle der Sprecherin bzw. des Sprechers. Was würdet ihr ihr oder ihm sagen? > M3
- 4 Erläutert, inwiefern das Bild „Verliebtsein“ widerspiegelt. > M4
- 5 Stellt Harrys Gefühle dar und zeigt, warum Verliebtsein auch schwierig sein kann. > M5

Das (schw)erste Mal

M1 Sollen wir?

1



Hi Sven!

Hallo Hannes!

Zwischen dir und Sarah läuft es momentan richtig gut, oder?

Ja, wir verstehen uns super! Ist echt cool mit ihr.



2



Sag mal – habt ihr es jetzt schon gemacht?

Bisher nicht. Aber sie hat gesagt, ich kann nächste Woche nach ihrer Party bei ihr pennen. Ihre Eltern sind nicht da ...

Dann will sie es, ist doch klar! Deine Chance, Alter!



3



Ach, ich weiß nicht so richtig ...

4

Zur gleichen Zeit in der Nudelbar um die Ecke:



Sag mal, Sarah, geht das jetzt am Wochenende klar mit deiner Party?

Ja, alles wie geplant! – Ich hab Hannes übrigens gesagt, er kann nach der Feier bei mir übernachten. Du, Luisa, meinst du, wir sollen dann ...?



5



Na klar! Worauf wollt ihr denn noch warten? Das ist doch die Gelegenheit. Und denk dran: Hauptsache, du bleibst ganz locker!



6



Ach, ich weiß nicht so richtig ...



M2 „Wahre Liebe wartet“

Diese internationale Jugendbewegung hat ihren Ursprung in den USA, wo sie Anfang der 90er Jahre initiiert wurde. In einer zunehmend sexualisierten Gesellschaft, wird nackte Haut zu allen (un-)möglichen Anlässen in die Öffentlichkeit gezerrt. Hierbei wurde der Lebensentwurf „Kein Sex vor der Ehe“ bislang oft leichtfertig als unangebracht oder unzeitgemäß abgestempelt. Bedauerlich. Denn für diese zeitlose Überzeugung entwickeln heute immer mehr junge Leute Verständnis. Einer Generation, die das Thema „Sex“ vielfach mit einer „Mir-egal-kann-jeder-halten-wie-er-will“-Haltung ausstattet, zeigen junge Leute durch „Wahre Liebe wartet“, was ihnen wichtig ist. Sex ist für sie weit mehr als ein Abenteuer. Weshalb sie gerne bis zur Ehe warten. Ein Denkanstoß, der frischen Wind in die unendliche Diskussion zum Thema Sex bringt.

Michael Müller

M3 Sex und Moral

Wenn die Leute von „Moral“ und vor allem von „Unmoral“ reden, meinen sie in achtzig Prozent der Fälle – sicher liege ich da noch zu niedrig – etwas, das mit Sex zu tun hat. So glauben einige, dass die Moral sich in erster Linie damit beschäftigt zu beurteilen, was die Leute mit ihren Genitalien anstellen. Es gibt keinen größeren Blödsinn, und ich nehme an, dass es dir [...] nicht einfällt, diesen Quatsch zu glauben. Sex ist an und für sich nicht „unmoralischer“ als Essen oder Spazierengehen; natürlich kann sich jemand beim Sex unmoralisch verhalten (wenn er z.B. dabei jemandem Schaden zufügt), genauso wie der, der dem Nachbarn das Brötchen wegisst oder der beim Spazierengehen terroristische Anschläge plant. [...] Im Übrigen sage ich dir aber rundheraus, dass in dem, was zwei Personen einen Genuss verschafft und niemandem Schaden zufügt, nichts Schlechtes ist. Der ist wirklich „schlecht“, der glaubt, im Genießen gäbe es etwas Schlechtes. Wir „haben“ nicht nur einen Körper, wie man so sagt [...], sondern wir *sind* ein Körper, ohne dessen Befriedigung und Wohlbefinden es kein schönes Leben gibt, das sich lohnt. Wer sich der Fähigkeit seines Körpers, Vergnügen zu empfinden, schämt, ist so dumm wie der, der sich

schämt, das Einmaleins gelernt zu haben. [...] Was sich hinter dieser ganzen Entrüstung über die sexuelle „Unmoral“ versteckt, ist [...] die Angst vor dem Vergnügen. Und weil das sexuelle Vergnügen zu den intensivsten und lebendigsten gehört, die man empfinden kann, sieht es sich daher von so großem Misstrauen und so starken Vorbehalten umgeben. Warum macht das Vergnügen Angst? Ich vermute, weil es uns zu sehr gefällt.

Fernando Savater

M4 Sprechstunde bei Dr. Frühling

Ich bin 15 und heiße Tina. Ich habe seit 18 Monaten eine Beziehung und liebe meinen Freund Julius über alles. Letzte Woche haben wir das erste Mal miteinander geschlafen. Seitdem habe ich ein schlechtes Gewissen, weil man das in meinem Alter doch noch nicht tut. Wie denken Sie darüber?

Hi, mein Name ist Bernie und ich bin 16 Jahre alt. Ich habe seit sechs Wochen eine Freundin. Natürlich möchte ich mit ihr schlafen. Ich habe das Thema auch schon mehrmals angesprochen. Aber Bea hat sich bisher erfolgreich gedrückt. Was soll ich nur machen? Was raten Sie mir?

Aufgaben

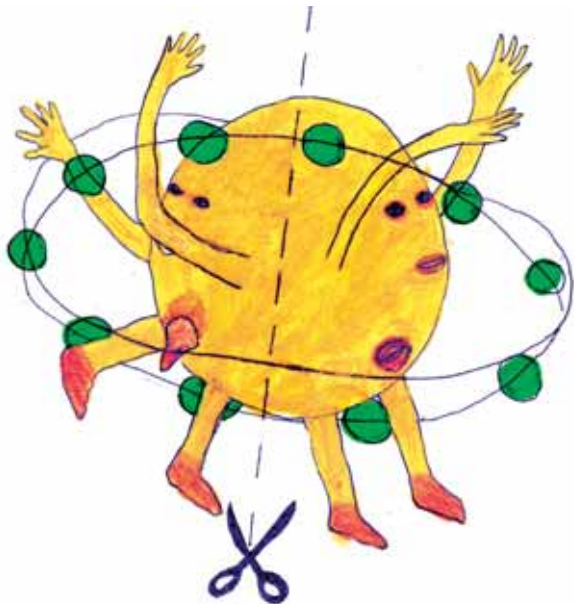
1 Wahlaufgaben:

- a) Nehmt Stellung zu Svens „Ratschlag“ für Hannes (Bild 2). Was würdet ihr Hannes raten? > **M1**
- b) Nehmt Stellung zu Luisas Ratschlag für Sarah (Bild 5). Was würdet ihr Sarah raten? > **M1**
- 2 Vergleicht und diskutiert die beiden Positionen von Wahre-Liebe-wartet und Savater. > **M2)M3**
- 3 Setzt euch zu Dr. Frühling-Teams zusammen und überlegt euch Antworten auf Tinas und Bernies Fragen. > **M4**

Die Macht der Liebe

M1 Der Mythos vom Kugelmenschen

In seinem Werk *Symposion* beschreibt der griechische Philosoph Platon (427–347 v. Chr.) ein Gastmahl, bei dem die Teilnehmer Reden über die Natur der Liebe halten. Aristophanes beteiligt sich mit folgender Erzählung:



schwung rasch vorwärts. [...] Sie waren von gewaltiger Kraft und Stärke und von hohem Selbstgefühl [...] und machten sich daran, sich den Weg zum Himmel zu bahnen, um den Göttern zu Leibe zu gehen.

Da hielten [...] die Götter Rat, wie sie mit ihnen fertig werden sollten. [...] Endlich sagte [...] [Zeus]: Ich glaube, ich habe ein Mittel, um einerseits das Fortbestehen der Menschen zu sichern, andererseits ihrer Zuchtlosigkeit ein Ende zu machen durch Schwächung ihrer Kraft. Ich werde jeden in zwei Hälften zerschneiden, und die Folge wird sein, dass sie nicht nur schwächer, sondern auch uns nützlicher werden, weil sie an Zahl dann mehr geworden sind. Fortan werden sie aufrecht gehen auf zwei Beinen. [...]

Jeder von uns sucht demnach beständig das ihm entsprechende Gegenstück. Alle Männer also, die ein Halbtel jener Gemeinschaft sind, die damals Mannweib genannt ward, sind in die Weiber verliebt, [...] und alle Weiber dieser Gattung [...] in die Männer. Alle Weiber dagegen, die Halbtel von ursprünglichen Weibern sind, wollen mit Männern überhaupt nichts zu schaffen haben, richten vielmehr ihren Sinn auf die Weiber. [...] Alle Männer endlich, die Teilstücke eines ursprünglichen Mannes sind, gehen dem Männlichen nach. [...] Fügt es sich nun, [...] dass ein Liebhaber auf seine eigene andere Hälfte trifft, dann werden sie von wunderbaren Gefühlen der Freundschaft und Vertraulichkeit und Liebe ergriffen und möchten am liebsten auch keinen Augenblick voneinander lassen. Und sie sind es, die ihr ganzes Leben miteinander zubringen, sie, die nicht einmal zu sagen wüssten, was sie voneinander wollen. Der bloße Liebesgenuss im Zusammensein kann es doch nicht sein, sondern etwas anderes ist es offenbar, worauf die Seele beider voll Verlangen hingerrichtet ist, etwas Unsagbares, nur in Ahnungen und Rätseln Andeutbares. [...] Seinen Grund hat das darin, dass dies unsere ursprüngliche Natur (Urgestalt) war: wir waren ganze Wesen. Die Begierde also und das Streben nach dem Ganzen ist es, was man Liebe nennt.

Platon

Ehedem [...] gab es drei Geschlechter von Menschen, nicht nur zwei wie jetzt, männlich und weiblich, sondern ihnen gesellte sich noch ein drittes hinzu, eine Verschmelzung jener beiden, [...] ein mannweibliches Geschlecht, aus beiden, [...] dem männlichen und weiblichen zusammengesetzt. [...] Ferner war damals die ganze Gestalt eines jeden Menschen rund, indem Rücken und Seiten eine Kugel bildeten; Hände aber hatte ein jeder vier und ebenso viele Füße und zwei einander völlig gleiche Gesichter auf einem kreisrunden Halse, für beide einander entgegengesetzt liegende Gesichter aber einen gemeinsamen Kopf, zudem vier Ohren und zwei Schamglieder und alles andere wie man es sich hiernach wohl ausmalen kann. Man ging nicht nur aufrecht wie jetzt beliebig in der einen oder der anderen Richtung, sondern, wenn sie es eilig hatten, machten sie es wie die Rad-
schlager, die mit gerade emporgestreckten Beinen sich im Kreise herum schwingen: auf ihre damaligen acht Gliedmaßen gestützt bewegten sie sich im Kreis-

M2 Was Liebe ausmacht

Jörg Bernardy (*1982) ist Philosoph und Autor von Büchern und Zeitungsartikeln.

Fast jeder kennt das Gefühl, verliebt zu sein. Wer verliebt ist, nimmt die Welt anders wahr. Oft wird das Gefühl des Verliebtseins mit einem Kribbeln im Bauch beschrieben oder mit dem Gefühl, auf Wolke sieben zu schweben. Ebenso macht die Redewendung „Ich bin bis über beide Ohren verknallt“ deutlich, dass es sich um einen Zustand handelt, der sich körperlich bemerkbar macht. [...] In [...] [Liebesbeziehungen] erleben wir die größtmögliche Nähe und Intimität. [...] Aus Sicht heutiger Wissenschaft basiert das Gefühl der Liebe auf Vertrautheit, Leidenschaft und Bindung. In der Wissenschaft spricht man dabei von emotionalen, motivationalen und kognitiven Aspekten. Die emotionale Ebene meint alle Gefühle und Werte, die wir mit Intimität verbinden, wie zum Beispiel Vertrauen, Wertschätzung und Respekt. Die motivationale Ebene umfasst die Motive, für die wir lieben. Als Motiv für Liebe ist die Befriedigung genauso möglich wie die Vermeidung von Einsamkeit. Auch gemeinsame Interessen können die Basis für eine Liebesbeziehung sein. Der kognitive Aspekt wiederum meint die bewusste Entscheidung, mit einem Menschen zusammenzuleben. [...] [D]ie Entscheidung für das Zusammenleben mit einem anderen Menschen [muss] [...] immer wieder neu getroffen werden, damit die Beziehung ihre Bindungskraft behält.

Jörg Bernardy

M3 Die Kunst des Liebens

Der US-amerikanische Philosoph und Psychoanalytiker Erich Fromm (1900–1980) hat ein Buch über die Kunst des Liebens geschrieben.

Es gibt kaum eine Aktivität, kaum ein Unterfangen, das mit so ungeheuren Hoffnungen und Erwartungen begonnen wird und das mit einer solchen Regelmäßigkeit fehlschlägt wie die Liebe. [...] [Es scheint] nur einen richtigen Weg zu geben, um ein Scheitern zu vermeiden: die Ursachen für dieses Scheitern herauszufinden und außerdem zu untersuchen, was „lieben“ eigentlich bedeutet. Der erste Schritt auf diesem Weg ist, sich klarzumachen, dass Lieben eine Kunst ist.

Liebe ist eine *Aktivität* und kein passiver Affekt. Sie ist etwas, das man in sich selbst entwickelt, nicht etwas, dem man verfällt. Ganz allgemein kann man den aktiven Charakter der Liebe so beschreiben, dass man sagt, sie ist in erster Linie ein Geben und nicht ein Empfangen. [...]

Was gibt ein Mensch dem anderen? Er gibt etwas von sich selbst, vom Kostbarsten, was er besitzt, er gibt etwas von seinem Leben. [...] Er gibt ihm etwas von seiner Freude, von seinem Interesse, von seinem Verständnis, von seinem Wissen, von seinem Humor, von seiner Traurigkeit – von allem, was in ihm lebendig ist. [...] Indem er gibt, kann er nicht umhin, im anderen etwas zum Leben zu erwecken, und dieses zum Leben Erweckte strahlt zurück auf ihn; wenn jemand wahrhaft gibt, wird er ganz von selbst etwas zurückempfangen. Zum Geben gehört, dass es auch den anderen zum Geber macht [...]. Die Liebe ist eine Macht, die Liebe erzeugt. [...]

Ihr „aktiver“ Charakter zeigt sich auch darin, dass sie [...] Achtung [enthält]. [...] Achtung hat nichts mit Furcht und nichts mit Ehrfurcht zu tun: Sie bezeichnet die Fähigkeit, jemanden so zu sehen, wie er ist, und seine einzigartige Individualität wahrzunehmen, Achtung bezieht sich darauf, dass man ein echtes Interesse daran hat, dass der andere wachsen und sich entfalten kann. Daher impliziert Achtung das Fehlen von Ausbeutung. Ich will, dass der andere um seiner selbst willen und auf seine eigene Weise wächst und sich entfaltet und nicht mir zuliebe. Wenn ich den anderen wirklich liebe, fühle ich mich eins mit ihm, aber so, wie er wirklich ist, und nicht, wie ich ihn als Objekt zu meinem Gebrauch benötige.

Erich Fromm

Aufgaben

- 1 Gebt den Mythos von den Kugelmenschen mit eigenen Worten wieder und erläutert, was darin über die Liebe zum Ausdruck gebracht wird. > M1
- 2 **Wahlaufgaben**
 - a) Stellt dar, was Liebe nach Bernardy von Verliebtsein unterscheidet. > M2
 - b) Erarbeitet, worin nach Fromm die Kunst der Liebe besteht. > M3

H

H

Wa(h)re Liebe

M1 Verschiedene Arten von Liebe

Liebe ist nicht in erster Linie eine Bindung an eine bestimmte Person. Sie ist eine Haltung, eine Charakterorientierung, welche die Bezogenheit eines Menschen zur Welt als Ganzem bestimmt [...]. [Das heißt] jedoch nicht, dass es zwischen den verschiedenen Arten der Liebe keine Unterschiede gibt, die jeweils von der Art des geliebten Objekts abhängen.

Nächstenliebe

Die fundamentalste Art von Liebe, die allen anderen Formen zugrunde liegt, ist die Nächstenliebe. Damit meine ich ein Gespür für Verantwortlichkeit, Fürsorge, Achtung [...], das jedem anderen Wesen gilt, sowie den Wunsch, dessen Leben zu fördern. [...] Nächstenliebe ist Liebe zu allen menschlichen Wesen. [...] Die Nächstenliebe gründet sich auf die Erfahrung, dass wir alle eins sind. Die Unterschiede von Begabung, Intelligenz und Wissen sind nebensächlich im Vergleich zur Identität des menschlichen Kerns, der uns allen gemeinsam ist. [...] Nächstenliebe ist Liebe zwischen Gleichen. Aber selbst die, die uns gleichen, sind nicht einfach uns „gleich“. Insofern wir Menschen sind, sind wir auf Hilfe angewiesen – heute ich, morgen du. [...] Demnach ist die Liebe zum Hilflosen, die Liebe zum Armen und zum Fremden der Anfang der Nächstenliebe.

Mütterliche Liebe

Die Mutterliebe ist [...] die bedingungslose Bejahung des Lebens und der Bedürfnisse des Kindes. [...] Die Bejahung des Lebens des Kindes hat zwei Aspekte: der eine besteht in der Fürsorge und dem Verantwortungsgefühl, die zur Erhaltung und Entfaltung des Lebens des Kindes unbedingt notwendig sind. Der andere Aspekt geht über die bloße Lebenserhaltung hinaus. Es ist die Haltung, die dem Kind jene Liebe zum Leben vermittelt, die ihm das Gefühl gibt: Es ist gut zu leben, [...] es ist gut, auf dieser Welt zu sein. [...]

Erotische Liebe

Wenn ich meinen Nächsten liebe, liebe ich alle meine Nächsten; wenn ich mein Kind liebe, liebe ich alle meine Kinder, nein, ich liebe sogar darüber hinaus alle Kinder, alle, die meiner Hilfe bedürfen. Im

Gegensatz zu diesen beiden Arten von Liebe steht die *erotische Liebe*. Hier handelt es sich um das Verlangen [...] nach der Einheit mit einer anderen Person. Eben aus diesem Grund ist die erotische Liebe exklusiv und nicht universal; aber aus diesem Grund ist sie vielleicht auch die trügerischste Form der Liebe. [...] Da das sexuelle Begehren von den meisten mit der Idee der Liebe in Verbindung gebracht wird, werden sie leicht zu dem Irrtum verführt, sie liebten einander, wenn sie sich körperlich begehren. Liebe kann zu dem Wunsch führen, sich körperlich zu vereinigen; in diesem Fall ist die körperliche Beziehung ohne Gier, ohne den Wunsch zu erobern oder sich erobern zu lassen, sondern sie ist voll Zärtlichkeit. Wenn dagegen das Verlangen nach körperlicher Vereinigung nicht von Liebe stimuliert wird, wenn die erotische Liebe nicht auch Liebe zum Nächsten ist, dann führt sie niemals zu einer Einheit, die mehr wäre als eine orgiastische, vorübergehende Vereinigung. Die sexuelle Anziehung erzeugt für den Augenblick die Illusion der Einheit, aber ohne Liebe lässt diese „Vereinigung“ Fremde einander ebenso fremd bleiben, wie sie es vorher waren. [...] Damit es sich um echte Liebe handelt, muss die erotische Liebe einer Voraussetzung genügen: Ich muss aus meinem innersten Wesen heraus lieben. Jemanden zu lieben, ist nicht nur ein starkes Gefühl, es ist auch eine Entscheidung, ein Urteil, ein Versprechen. Wäre die Liebe nur ein Gefühl, so könnte sie nicht die Grundlage für das Versprechen sein, sich für immer zu lieben. Wie kann ich behaupten, die Liebe werde ewig dauern, wenn nicht mein Urteilsvermögen und meine Entschlusskraft beteiligt sind? *Erich Fromm*

Sexualität und Liebe

Unter Sexualität versteht man die Formen des geschlechtlichen Verhaltens, die in der Regel mit körperlichem Lustempfinden verbunden ist.

Liebe bezeichnet dagegen das Gefühl inniger Verbundenheit mit einer anderen Person, die sich in Achtung, Verantwortlichkeit und Fürsorge ausdrückt. Liebe zwischen Partnern kann mit Sexualität einhergehen, beruht aber nicht notwendig darauf.

M2 Liebe als Konsumartikel

James-Bond-Filme sind auch deshalb so beliebt, weil ihr Protagonist (der Agent 007 im Dienst der britischen Königin) ein zeittypisches Männerideal darstellt. Der Psychotherapeut Dietmar Stiemerling analysiert die Form der Liebe, die durch diese Figur verkörpert wird.

James Bond ist nicht nur eine zu hohem Bekanntheitsgrad und Ruhm aufgestiegene Filmgestalt, sondern auch der Repräsentant einer bestimmten, zeittypischen Liebeskultur. Wenn dieser Ausbund an Smartheit und Charme durch die abenteuerliche Welt der Ost-West-Spionage, der drohenden Globalkatastrophen und der internationalen Schicki-Micki-Szene jettet, säumen immer wieder bildhübsche, junge und heißblütige Frauen seinen Weg, mit denen er sich für kurze Zeit auf profitable Zusammenarbeit und eine sexuelle Affäre einlässt, um ihnen dann – fast ohne Abschiedsschmerz – Lebewohl zu sagen. [...] Ich möchte James Bond als Symbolfigur für eine bestimmte Form von Liebe herausstellen. [...]

James-Bond-Typen (gemeint sind auch die weiblichen Vertreter dieses Genres) kultivieren eine hohe Wertschätzung von Schönheit, körperlicher Fitness und Jugendlichkeit. [...]

James Bond ist ein guter Liebhaber. Sexualität hat in seinem Daseinsentwurf einen hohen Stellenwert. Er bietet leidenschaftlichen, erregenden Sex und sich als Lustobjekt. Er sucht bei ihr [seiner Partnerin] die Korrespondenz der sexuellen Bedürfnisse und weniger die der Seelen. Ihm genügen ein hohes Sympathieniveau und die sexuelle Anziehungskraft des anderen. [...] Sexualität wird ohne Hemmungen betrieben. [...] James Bond [...] kennt [...] keine wirkliche mitmenschliche Kontinuität. Für ihn ist die Liebe nicht von Dauer. Gefühle kommen und gehen, auf Beständigkeit einer Zuneigung ist kein Verlass. Er liebt nicht aus seinem inneren Wesenskern heraus, den anderen nicht in seiner einmaligen Individualität. Treue passt nicht in sein Weltbild. [...]

James Bond versteht sich auf Eroberungen. Er kann hinreißend charmant, aufmerksam und lieb sein. [...] Aber er tut es nicht aus himmelstürmender Liebe, sondern aus Kalkül. Er will sie [die Frau] haben und sich obendrein im Glanz seines Erfolgs sonnen. Er



Roger Moore als James Bond, Szene aus *Octopussy* (1983)

hat Affären, aber keine Liebesbeziehungen. Das Erobern, Verführen und Verlassen eines Partners gehören zusammen, sind nur drei Kapitel eines spannenden Romans, den man nach beendeter Lektüre befriedigt weglagt. Menschliche Beziehungen sollen unverbindlich bleiben, sie dürfen nicht in irgendeine Form von Verantwortung münden. [...]

James Bond ist ein Egoist. Er steht unter der Herrschaft des Bedürfnisprinzips. Er nimmt sich, was er will. Für ihn ist Liebe ein Tauschgeschäft, das Liebesobjekt ein Konsumartikel. Er bietet ein Bündel attraktiver Eigenschaften und sucht im Ausgleich dafür einen Partner mit gleichem Marktwert.

Dietmar Stiemerling

Aufgaben

- 1 Beschreibt, wie sich die drei Arten von Liebe nach Fromm unterscheiden. Fertigt dazu ein Plakat an. > M1
- 2 Charakterisiert James Bond als Symbolfigur einer bestimmten Form von Liebe. Fertigt dazu ein Plakat an. > M2
- 3 Vergleicht die Auffassung von Liebe, die in James-Bond-Filmen zum Ausdruck kommt, mit Fromms Auffassung der erotischen Liebe. Nehmt Stellung zu beiden Beziehungsarten, indem ihr jeweils auf mögliche Gefühle der Beteiligten eingeht. > M1/M2

Wenn die Liebe Kummer macht

M1 Aus und vorbei ...



M2 Liebeskummer

Ohne sie kann ich nicht leben. Wenn sie sich von mir trennt, weiß ich nicht, was ich tue.

Philipp, 16

Boris, 14

Dass Mareike mich verlassen hat, ist für mich schlimmer, als wenn sie gestorben wäre. Sie ist noch da, bloß nicht mehr für mich.

Seit Daniel Schluss gemacht hat, kann ich fast nichts mehr essen und habe auf gar nichts mehr Lust.

Simone, 13

Anna, 14

Als er mir gesagt hat, dass er sich in Nadine verliebt hat, bin ich zuerst total ausgeflippt. Dann habe ich stundenlang nur noch geheult.

Das Schlimmste am Liebeskummer ist, dass er einen total beherrscht. Man kann an nichts anderes mehr denken.

Max, 15

Judith, 15

Es ist ein Gefühl, als ob es einem das Herz zerreißt.

M3 Symphonie

Sag mir, was ist bloß um uns geschehen
 Du scheinst mir auf einmal völlig fremd zu sein
 Warum geht's mir nicht mehr gut
 Wenn ich in deinen Armen liege
 Es ist egal geworden, was mit uns passiert 5
 Wo willst du hin, ich kann dich kaum noch sehen
 Unsere Eitelkeit stellt sich uns in den Weg
 Wollten wir nicht alles wagen
 Haben wir uns vielleicht verraten
 Ich hab geglaubt, wir könnten echt alles ertragen 10

Symphonie

Und jetzt wird es still um uns
 Denn wir stehen hier im Regen
 Haben uns nichts mehr zu geben
 Und es ist besser, wenn du gehst 15
 Denn es ist Zeit
 Sich einzugestehen, dass es nicht geht
 Es gibt nichts mehr zu reden
 Denn wenn's nur regnet
 Ist es besser aufzugeben 20

Und es verdichtet sich die Stille über uns
 Ich versteh nicht ein Wort mehr aus deinem Mund
 Haben wir zu viel versucht
 Warum konnten wir's nicht ahnen
 Es wird nicht leicht sein, das alles einzusehen 25

Symphonie

Und jetzt wird es still um uns
 Denn wir stehen hier im Regen
 Haben uns nichts mehr zu geben
 Und es ist besser, wenn du gehst 30
 Irgendwo sind wir gescheitert
 Und so, wie's ist, so geht's nicht weiter
 Das Ende ist schon lang geschrieben
 Und das war unsere ...

Symphonie

Und jetzt wird es still um uns
 Denn wir stehen hier im Regen
 Haben uns nichts mehr zu geben
 Und es ist besser, wenn du gehst 35
 Denn es ist Zeit
 Sich einzugestehen, dass es nicht geht
 Es gibt nichts mehr zu reden
 Denn wenn's nur regnet
 Ist es besser aufzugeben 40

Silbermond

M4 Haben wir noch eine Chance?



Benjamin und Jule sind seit knapp sieben Monaten zusammen. Seit mehreren Wochen aber gibt es ständig Stress. Benjamin findet, Jule hört ihm nicht richtig zu. Er fühlt sich nicht ernst genommen, weil Jule mehr auf ihre beste Freundin Mellie hört als auf ihn. Wenn er etwas mit ihr planen will, möchte sie sich das überlegen – und Benjamin weiß genau: Sie geht in ihre WG zu Mellie und hechelt seine Vorschläge durch. Wenn sich Benjamin darüber beklagt, sagt Jule, er solle nicht so schnell beleidigt sein. Als Benjamin merkt, dass Jule kurz davor steht, Schluss zu machen, lenkt er ein. Aber bald danach kocht wieder etwas hoch. „Meinst du, wir haben eine Chance?“, fragt Jule [...].

ZEIT-Magazin Nr. 7/2017

M5 Ein unvermeidliches Risiko

Professor Lenzen, Sie haben sich in Ihren Veröffentlichungen Gedanken zur Liebe gemacht. Eine Trennung ist ja für den Verlassenen immer schmerzlich. Ist es dann nicht unmoralisch, ihm diesen Kummer zu bereiten?

Professor Lenzen: [Es] wäre [...] für B moralisch besser, A den Kummer zu ersparen und sie/ihn nicht zu verlassen. Andererseits lässt sich der Schmerz und die Trauer über die zu Ende gegangene Beziehung als Kehrseite der Medaille ansehen, als unvermeidliches Risiko im Spiel der Liebe, das A in Kauf nehmen musste und in Kauf genommen hat, als er/sie sich entschloss, mit B die Freuden der Liebe zu genießen. Für eine Niederlage in diesem Spiel darf man den Partner deshalb moralisch ebenso wenig verantwortlich machen wie den Sieger eines sportlichen Zwei-

kampfes [...]. Wie der Volksmund es etwas verkürzt ausdrückt: In der Liebe ist alles erlaubt.

Das Spiel der Liebe scheint also sehr unfair zu sein ...

Professor Lenzen: [Nein,] das Spiel der Liebe ist [...] fair, weil man nicht von vornherein die Verlierer-Rolle des Verlassenen zugeteilt bekommt, sondern mit gleicher Wahrscheinlichkeit derjenige sein kann, der bei nachlassender Liebe den anderen verlässt, um mit einem neuen Partner glücklicher zu werden. Außerdem lohnt es sich für den Einzelnen auch deshalb schon mitzuspielen, weil die Freuden der Liebe den eventuellen Trennungsschmerz normalerweise bei weitem überwiegen.

Ist das wirklich so? Es gibt doch das alte Sprichwort, das besagt, dass die Freuden der Liebe nur einen Moment dauern, während der Liebeskummer ein ganzes Leben lang anhält.

Professor Lenzen: Davon [...] kann [...] in unserem Jahrhundert kaum noch die Rede sein. Wenn beide Partner ihre Liebesbeziehung unter der Prämisse begonnen haben, die Freuden des Sex und des gemeinsamen Zusammenlebens so lange auszukosten, wie ihre gegenseitige Liebe anhält, dann scheint es moralisch durchaus in Ordnung zu sein, wenn einer der Partner den anderen letztendlich verlässt.

fiktives Interview, Antworten (Originaltext): Wolfgang Lenzen

Aufgaben

- 1 Beschreibt das Foto. Was ist wohl zwischen dem jungen Paar passiert? > M1
- 2 Versetze dich in die Lage der Sprecher und beschreibe, wie sich bei ihnen der Liebeskummer jeweils bemerkbar macht. > M2
- 3 Stellt dar, was mit dem Liebespaar im Einzelnen geschehen ist und mit welchen (sprachlichen) Bildern dies zum Ausdruck gebracht wird. > M3
- 4 Vergleiche die beiden Bilder in M1 und M4 miteinander: Welches Paar hat eurer Meinung nach eher die Chance, seinen Streit beizulegen und warum? > M1/M4
- 5 Formuliert einen Ratschlag für das Paar Benjamin und Jule. > M4
- 6 Fasse die wesentlichen Aussagen des Interviews zusammen und nimm am Beispiel von Benjamin und Jule (M4) Stellung zu Lenzens Aussagen. > M5

H

H

Sex muss einvernehmlich sein!

M1 Alles Isy?

Die 16-jährige Isy hat Liebeskummer und so betrinkt sie sich auf einer Party und wirft Pillen ein. Dass sie fast gar nichts mehr mitkriegt, finden ihre drei Mitschüler Lenny, Martin und Jonas – selbst im Alkohol- und Drogenrausch – zunächst nur lustig, doch dann eskaliert die Lage und sie vergewaltigen das bewusstlose Mädchen.

Isy kann sich an nichts erinnern, aber seit dieser Nacht verspürt sie eine unerklärliche Traurigkeit und einen unfassbaren Schmerz in sich. Dann kommen auch noch Unterleibsschmerzen dazu, sodass ihre Mutter Isy schließlich zu einer Frauenärztin fährt, die gewaltsamen Sex diagnostiziert.

Isy steigt wieder zu ihrer Mutter ins Auto:

Mutter: Und, was hat Dr. Fernandez gesagt? [Schweigen.] Komm, Isy, sag mir, was los ist.

Isy [in sich gekehrt]: Auf der Party ...

Mutter: Mmmmh? Was? Was war da? Isy, bitte, sag mir was passiert ist!

Isy: Ich hab so viel getrunken [...]. Ich weiß nicht, was ich dann gemacht hab. [Isy drückt ihrer Mutter eine Broschüre mit der Aufschrift *Vergewaltigt? Warum ich?* in die Hand.]

Mutter [schockiert]: Was? Was heißt denn das? ... Bist du vergewaltigt worden?

Isy [weint bitterlich und schluchzt]: Ich weiß es nicht. ... Ich kann mich nicht erinnern. [...]

Mutter [entsetzt]: [...] Wir fahren jetzt zur Polizei.

Isy [verzweifelt]: Nein! Nicht zur Polizei! ... Die kommen doch in die Schule und stellen Fragen und dann denken alle, ich bin 'ne Schlampe. [Die Mutter gibt nach, fährt aber mit Isy zum Jugendamt.]

Sozialarbeiterin [begrüßt Isy]: Hallo. Ich bin Lara. Und du bist Isy. Richtig? [Isy ist verschüchtert und schaut ängstlich.]

Mutter [im Off zur Sozialarbeiterin]: Also meine Tochter ist am Samstag-Abend auf einer Party ...

Sozialarbeiterin [im Off zu Isys Mutter]: Entschuldigung. Ich würde das Gespräch erst einmal mit Isy allein führen. [...]

[Isys Mutter verlässt den Raum und wartet vor dem Büro der Sozialarbeiterin.] [...]

Sozialarbeiterin [holt Isys Mutter nach dem Gespräch mit Isy wieder in ihr Büro]: Frau Tesseraux, Isy hatte



in der Nacht von Samstag auf Sonntag möglicherweise ... sexuellen Verkehr gegen ihren Willen. [Isys Mutter schaut entsetzt.] Sie hat viel Alkohol getrunken und kann sich nicht an den Sex erinnern.

Isy [zu ihrer Mutter]: Vielleicht hab ich ja auch mitgemacht. ... Oder ich hab selbst angefangen.

Mutter: Isy, das ist doch Unsinn!

Isy [völlig verzweifelt]: Nein, Mama! Vielleicht hat mich auch einer gefilmt und ich bin jetzt so'n Sex-Freak im Internet. Dann kann ich mich gleich umbringen!

Mutter: Isy, so was darfst du nicht denken!

Sozialarbeiterin [zunächst im Off]: Es gibt jetzt ein paar Dinge, die sehr wichtig sind. Du solltest dir unbedingt die Pille danach verschreiben lassen, ja? Und in neun bis zwölf Wochen einen Aids-Test machen – sicherheitshalber. [...]

Mutter: Tja, wir müssen klären, was da passiert ist. Die Polizei muss das untersuchen. [Isy schüttelt den Kopf und blickt Hilfe suchend zur Sozialarbeiterin.]

Sozialarbeiterin: Wenn Isy das möchte, dann kann ihr das helfen. [im Off, während Isy weiterhin ihre Ablehnung zeigt] Aber eine Anzeige gegen Isys Willen kann ich nicht befürworten.

Mutter [aufgebracht]: Das ist doch nicht Ihr Ernst! [Isy starrt ins Leere.]

Sozialarbeiterin [im Off]: Wir dürfen Isy jetzt nicht unter Druck setzen. Sie braucht unbedingt wieder das Gefühl, selbst zu bestimmen, was mit ihr passiert.

Isy: Was soll ich der Polizei denn sagen?

60 **Sozialarbeiterin** [im Off]: Es gibt noch eine andere Möglichkeit, eine anonyme Spurensicherung. Spermien lassen sich bis zu 72 Stunden nachweisen. Du kannst die Untersuchung machen, ohne dass die Polizei eingeschaltet wird. Und du hast dann zwei Jahre,
65 um dich zu entscheiden, ob du Anzeige erstatten möchtest oder nicht. Du gewinnst Zeit, um dir klar zu werden, was du willst. *Film „Alles Isy?“*

M2 Sexueller Übergriff; sexuelle Nötigung; Vergewaltigung

(1) Wer gegen den erkennbaren Willen einer anderen Person sexuelle Handlungen an dieser Person vornimmt oder von ihr vornehmen lässt oder diese Person zur Vornahme oder Duldung sexueller Handlungen an
5 oder von einem Dritten bestimmt, wird mit Freiheitsstrafe von sechs Monaten bis zu fünf Jahren bestraft. [...]

(2) Ebenso wird bestraft, [...] wenn [...] der Täter ausnutzt, dass die Person auf Grund ihres körperlichen oder psychischen Zustands in der Bildung oder Äußerung des Willens erheblich eingeschränkt ist, es sei denn, er hat sich der Zustimmung dieser Person versichert [...].

(3) Der Versuch ist strafbar. [...]

15 (6) In besonders schweren Fällen [Vergewaltigung; mehrere Täter] ist auf Freiheitsstrafe nicht unter zwei Jahren zu erkennen. *Strafgesetzbuch § 177*

M3 Nein ist NEIN!

Es ist nicht o.k., wenn Jungen und Männer ein Mädchen dumm anquatschen, ihr nachpfeifen oder sie mit Worten, Blicken oder Berührungen bedrängen. Zu solchen Jungen und Männern darfst du unhöflich
5 sein und du brauchst dich für dieses NEIN niemals zu rechtfertigen. Mach dir keinen Stress, bei einer Anmache besonders cool, schlagfertig oder witzig zu reagieren. Das muss überhaupt nicht sein. Ganz egal, was du sagst oder tust, wichtig ist, dass du weißt: Du
10 darfst dich wehren! Manchmal ist es nicht einfach zu

wissen, was man will. Etwas leichter ist es zu wissen, was man nicht will. Oft reicht das schon! Einige ältere Jugendliche, erwachsene Männer und Frauen versuchen gezielt deine Gefühle zu verwirren. Manche grapschen z. B. und tun aber so, als würden sie dich
15 nur zufällig berühren. Andere zeigen dir unangenehme Bilder oder Pornofilme und behaupten, dies sei normal.

Wenn jemand so deine Grenzen verletzt, dann darfst du NEIN sagen. Du darfst alles tun, um dich zu schützen: Du darfst unfreundlich sein, Ausreden benutzen,
20 schreien, spucken, weglaufen ... [...].

Zärtlichkeit ist etwas sehr Schönes. Du kannst selbst entscheiden, mit wem und wann du zärtlich sein möchtest. Auch wenn du einen Jungen sehr lieb hast und du es genießt, mit ihm zu schmusen, tue nur, was dir angenehm ist. Damit es dir gut geht, ist nicht entscheidend, was der Junge von dir erwartet, sondern allein, was du möchtest. Es ist nicht o.k., wenn ein
25 Junge dich zu überreden versucht oder dich sogar bedrängt, mehr zu machen, als du möchtest. [...]

Oft ist es schwer, sich alleine zu wehren. Überlege dir, wer dir helfen kann! Hast du eine Freundin, die zu dir hält? Gibt es vielleicht eine Lehrerin, eine Sozialarbeiterin im Jugendzentrum ..., die dir sympathisch
30 ist? Nimm all deinen Mut zusammen und erzähl ihr darüber. [...]

Du kannst dich auch an eine Beratungsstelle wenden.

Zartbitter Köln e. V., Kontakt- und Informationsstelle gegen sexuellen Missbrauch

Aufgaben

- 1 Stellt dar, wie Isy sich nach der Vergewaltigung fühlt und welche Ängste sie hat. > **M1**
- 2 Stellt die Handlungsmöglichkeiten dar, die die Sozialarbeiterin Isy vorschlägt. Was würdet ihr ihr raten? > **M1**
- 3 Erläutert § 177 des Strafgesetzbuches (StGB) und wendet ihn auf Isys Fall an. > **M1/M2**
- 4 Nehmt Stellung zu den Empfehlungen, die Zartbitter Mädchen gibt. Diskutiert, inwieweit diese Empfehlungen auch auf Jungen zutreffen. > **M3**
- 5 Erstellt ggf. einen angepassten Text, der sich an Jungen richtet. > **M3** **V**

Typisch Mann – typisch Frau?

M1 It's a man's world?



M2 Wenn ich ein Junge wäre

Wenn ich ein Junge wäre,
 Auch nur für einen Tag,
 Würde ich mich morgens aus dem
 Bett wälzen,
 Anziehen was ich wollte,
 Ein Bier mit den Jungs trinken gehen
 Und Mädchen nachjagen.
 Ich würde mit jedem raufen, mit dem
 ich wollte,
 Und müsste mich dafür nie rechtfertigen,
 Denn sie würden mich verteidigen. [...]
 Wenn ich ein Junge wäre,
 Würde ich mein Handy ausschalten,
 Jedem erzählen, dass es kaputt ist,
 damit sie denken würden, ich hätte
 alleine geschlafen.
 Ich würde mich an die erste Stelle
 stellen
 Und die Regeln so gestalten,
 wie sie mir passen,
 Weil ich wüsste, dass sie treu wäre,
 während sie wartet, dass ich nach
 Hause komme.

Beyoncé

M3 Kaum noch Unterschiede?

Es hat sich viel in dieser Welt verändert
 Und mir wird klar, woran das alles liegt.
 So viele Frauen sind heute so wie Männer.
 Ich kenne kaum noch einen Unterschied.
 Sie haben Geld und fahren schnelle Autos
 Und nach dem Sex verschwindet manche lautlos.
 Sie führen Krieg und sie verkaufen Drogen.
 Sie sind brutal auf ihrem Weg nach oben.
 Sie haben Macht und spielen besser Fußball,
 Schreiben Geschichte und fliegen in das Weltall.
 Frauen sind die neuen Männer.
 Ich kenne kaum noch einen Unterschied.
 Sie sind wie unsere schönen Doppelgänger.
 Ich frage mich, warum es uns noch gibt. [...]
 Sie sind am Telefon kurz angebunden.
 Sie kommen ganz allein über die Runden.
 Sie wollen uns allein für unser Aussehen
 Zahlen die Rechnungen, wenn sie mit
 uns ausgehn. [...]
 Männer sind die neuen Frauen.
 Sie weinen heimlich und lassen sich verhauen,
 Während die Frauen sich heute alles trauen.

Die Prinzen

M4 Nicht die biologischen Merkmale entscheiden

Im 20. Jahrhundert haben viele Philosophinnen und Soziologinnen die konventionelle Rolle der Frau in der Gesellschaft kritisiert. [...] [Sie behaupten:] Man kommt nicht als Frau oder Mann zur Welt, sondern man bekommt in der Gesellschaft weibliche oder männliche Rollenbilder zugeschrieben. [...] Was ist damit gemeint [...]? Heißt das, dass es zwischen Frauen und Männern keine biologischen Unterschiede gibt?

Erst einmal muss man sich klar machen, dass nicht immer dasselbe gemeint ist, wenn man davon spricht, dass jemand weiblich oder männlich ist. Damit kann das biologische Geschlecht gemeint sein, muss es aber nicht! Es gibt in unserer Gesellschaft einen Unterschied zwischen „eine Frau sein“ und „weiblich“ sein sowie zwischen „ein Mann sein“ und „männlich“ sein. Ein Mann zu sein ist an biologische Merkmale gebunden. „Männlich“ ist hingegen eine Eigenschaft, die auch auf Frauen zutreffen kann. Von einer Frau mit einer sehr tiefen Stimme könnte man vielleicht sagen, sie habe eine männliche Stimme. Genauso können auch Männer mit bestimmten Accessoires, einer kleinen Handtasche oder einem eleganten Gang zum Beispiel, als „weiblich“ beschrieben werden. Die Wörter „männlich“ und „weiblich“ können sich also auf das biologische Geschlecht beziehen oder aber auch ein bestimmtes Aussehen oder Verhalten beschreiben. Um diese beiden Ebenen zu trennen, unterscheidet man in der Geschlechterforschung zwischen dem biologischen und dem sozialen Geschlecht eines Menschen. [...] Das biologische Geschlecht wird von den Geschlechtschromosomen (XX oder XY) bestimmt und zeigt sich in der körperlichen Ausprägung von primären und sekundären Geschlechtsmerkmalen. [...]

Traditionellerweise wird unser biologisches Geschlecht als Ursache für unser soziales Geschlecht betrachtet.

Man geht zum Beispiel oft davon aus, dass Frauen natürlicherweise bestimmte Eigenschaften und Verhaltensweisen haben, dass sie fürsorglich sind und sich gern um Kinder kümmern (schließlich gebären sie die Kinder). Männer sind von Natur aus kräftiger

und beweisen das gern beim Sport. Das biologische Geschlecht beeinflusst so die Fähigkeiten und Verhaltensweisen der Menschen. [...] Die amerikanische Philosophin Judith Butler behauptet, dass es nicht die biologischen Merkmale sind, die beispielsweise Frau und Mann voneinander unterscheiden. [...] Es gibt ja auch Menschen mit grünen und Menschen mit braunen Augen – aber das hat keine Bedeutung dafür, welche Eigenschaften oder welches Verhalten sie sonst so haben! [...] Nicht das biologische Geschlecht ist entscheidend, sondern das Geschlechtsverhalten macht den Unterschied, also die Dinge, die wir tun. Die soziale Geschlechtsidentität wird durch unser konkretes Verhalten bestimmt: Wie wir uns kleiden, wie wir uns bewegen, welchen Hobbys wir nachgehen. [...] Unsere Rollenverständnisse sind gesellschaftlich entstanden, und das, was wir damit verbinden, ist nicht ein für alle Mal festgelegt.

Jörg Bernardy

Geschlechterrolle und Konvention

Das Verhältnis der Geschlechter beruht in hohem Maße auf Konventionen, d.h. nicht festgeschriebenen Regeln, die aufgrund einer gesellschaftlichen Übereinkunft eingehalten werden. Solche überlieferten Rollenbilder von Mann und Frau sind aber grundsätzlich veränderbar und können neuen Gegebenheiten angepasst werden.

Aufgaben

- 1 Erläutert, welches Geschlechterbild in den Werbeanzeigen präsentiert wird. > M1
- 2 Analysiert die beiden Songs, vergleicht sie dann miteinander und bezieht sie anschließend auf die Werbeanzeigen in M1. > M2/M3
- 3 Wird man als Mann oder Frau geboren? Untersucht, welche Antwort im Text auf diese Frage gegeben wird. > M4
- 4 Erläutert den Unterschied von biologischem und sozialem Geschlecht anhand von Beispielen. > M4
- 5 Nimm schriftlich Stellung zur Frage, inwieweit das Rollenverständnis von Mann und Frau gesellschaftlich bedingt ist. > M4

Gleichberechtigt in der Partnerschaft?

M1 Rollenverständnis



M2 Fallstrick Liebe

Die Frauenrechtlerin Alice Schwarzer zeichnet folgendes Bild der Männer- und Frauenrollen in den 2010er Jahren in Deutschland.

Was ist nur los? Sicher, die Liebe hat Frauen immer schon mehr beschäftigt als Männer. Doch hat sich in den vergangenen 40 Jahren – also seit der sexuellen und der feministischen Revolution – so einiges geändert in den Beziehungen zwischen Frauen und Männern. Hat es sich zum Guten, zu mehr Gerechtigkeit und Gegenseitigkeit geändert? Nicht unbedingt. So behauptet die kosmopolitische Soziologin Eva Illouz in ihrem vielgerühmten Rundumschlag zur Liebe in der Moderne, Frauen würden heute „auf eine neue und nie dagewesene Weise von Männern dominiert“. Sie ist nicht die erste, die den Verdacht hegt, dass die einstige ökonomische und rechtliche Herrschaft von Männern über Frauen abgelöst wurde von einer subtileren und darum sehr viel gefährlicheren, von einer „emotionalen Dominanz“. Eine Dominanz, bei der die Frauen selbst in größerem Ausmaß denn je Mittäterinnen sind. [...]

Moderne Frauen heiraten aus Liebe und bringen sich dadurch [...] in den rechtlichen Status einer Unmündigen. Frauen [...] geben aus Liebe ihren Namen, also ihre Identität auf. Frauen opfern der Leidenschaft für die Liebe die Leidenschaft für den Beruf [...]. Frauen nehmen sich und andere Frauen aus Liebe selbst nicht so ernst wie den einen Mann. Alice Schwarzer

M3 Auf der Suche nach neuen Rollen?

In einer Untersuchung zu Rollenbildern und Alltagspraxis kam das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend im Jahre 2014 zu folgenden Ergebnissen:

74% der Männer (und 86% der Frauen) sagen, dass sie für eine konsequente Gleichstellung beruflich und privat sind. Doch faktisch gelingt es der Mehrheit der jungen Männer (und Frauen) nicht, diesen Anspruch zu realisieren. Im Verlauf des gemeinsamen Lebens führen Zäsuren wie die Geburt eines Kindes oder ein Karrieresprung des Mannes oft dazu, dass die gleichgestellte Vision, die sie vorher (teilweise) schon realisiert hatten, oft schlagartig in ein traditionelles Rollenmodell kippt [...]. Wenn beide Partner an ihrem gleichgestellten Rollenmodell festhalten, provoziert dies – für beide überraschend – häufig Konflikte und ein Ringen der Partner *gegeneinander*, wer für welche Aufgaben hauptsächlich zuständig ist, wer sonst zu kurz kommt, wer ein Anrecht auf Entlastung hat: mitunter ein Aufrechnen von Belastungen und Ansprüchen. [...]

Dem Prinzip von konsequenter Gleichstellung im Privaten und Beruflichen stimmen auch Jungen (schon) zu. Doch zugleich gehen sie selbstverständlich davon aus, dass ihre künftige Lebenspartnerin die Kinderbetreuung übernimmt, irgendwie zusätzlich zur Erwerbstätigkeit. Die Formel von der Gleichstellung betrifft und verändert nicht die Vorstellung, dass überwiegend die Mutter für die Kinder sorgt und sich dafür die notwendige Zeit zu nehmen hat: Das ist – so die unreflektierte Voreinstellung – die unbedingte Pflicht und Passion einer Mutter; hingegen für den Vater eine von ihm individuell wählbare und gestaltbare Option. [...]

Wenn Jungen sich in beruflicher Zukunft eine Teilzeitstelle vorstellen, dann in der Regel nicht, um mehr Arbeiten im Haushalt erledigen zu können (zur Ermöglichung der Erwerbstätigkeit ihrer Partnerin), sondern um mehr freie Zeit für sich selbst zu haben. Wenn sie einmal Vater werden, dann um Zeit für ihr Kind zu haben. Aber auch hier dominiert, dass sie das Maß an Zeit für ihr Kind autonom bestimmen –

während die Zeit, die eine Mutter sich für ihr Kind
nimmt, von ihr nicht frei wählbar ist, sondern den
Zwängen des Alltags unterliegt. Darin liegt tief ver-
wurzelt ein traditionelles Rollenverständnis auch bei
Jungen in der zweiten Dekade des 21. Jahrhunderts.
Eine Ursache dafür ist, dass sie während ihrer Schul-
zeit die Normalitätserfahrung machen, dass nach-
mittags natürlich ihre Mutter (für sie) da ist, den
Haushalt erledigt, sie versorgt und sich um ihren
Schulerfolg kümmert – während ihr Vater Vollzeit
erwerbstätig ist. *Carsten Wippermann*

M4 „Ich möchte Seefrau werden!“

In dem Roman *Die Töchter Egalias* skizziert Gert Branten-
burg eine Gesellschaft, in der die Rollen von Mann und
Frau vertauscht sind. Der folgende Auszug beschreibt ein
Gespräch zwischen den Eltern Bram, ihrem Sohn Petronius
und ihrer Tochter Bra.

„Schließlich sind es immer noch die Männer, die die
Kinder bekommen“, sagte Direktorin Bram und blickte
über den Rand der *Egalsunder Zeitung* zurechtwei-
send auf ihren Sohn. Es war ihr anzusehen, dass sie
gleich die Befrauschung verlor. „Außerdem lese ich
Zeitung.“ Verärgert setzte sie ihre Lektüre fort, bei
der sie unterbrochen worden war.

„Aber ich will Seefrau werden! Ich nehme die Kinder
einfach mit“, sagte Petronius erfinderisch.

„Und was glaubst du wohl, wird die Mutter des Kin-
des dazu sagen? Nein, mein Lieber. Es gibt gewisse
Dinge im Leben, mit denen du dich abfinden musst.
Du wirst allmählich lernen, auch das zu mögen, wo
mit du dich abfinden musst. Selbst in einer egalitären
Gesellschaft wie der unseren können es nicht alle
Wünschen gleichhaben. Es wäre zudem tödlich lang-
weilig. Grau und trist.“

„Es ist viel grauer und trister, nicht werden zu dürfen,
was dam will.“ „Wer hat denn gesagt, dass du nicht
werden darfst, was du willst? Ich sage nur, du sollst
realistischer sein. Keine kann das Ei essen und
zugleich das Küken haben wollen. Bekommst du Kin-
der, so bekommst du Kinder. Hör mal zu, Petronius.
In meiner Jungmädchenzeit hatte ich auch eine
Menge hochfliegender Träume von dem, was ich
werden wollte. Seefrauenromantik. Daran leidest du.

Du solltest aufhören, all die abenteuerlichen Erzäh-
lungen über die Taten von Frauen zu lesen, und dich
lieber in Jünglingsromane vertiefen. Dabei bekommst
du viel realistischere Vorstellungen. Außerdem ist
das kein richtiger Mann, der zur See fahren will.“

„Aber die meisten Seefrauen, die ich kenne, haben
doch auch Kinder!“

„Das ist doch etwas ganz anderes! Eine Mutter, Petro-
nius, kann nie Vaterstelle bei einem Kind vertreten.“
Seine Schwester lachte gemein. Sie war anderthalb
Jahre jünger als er und ärgerte ihn immer. „Haha! Ein
Mann soll Seefrau werden? Denkste!“ Neunmalklug
fügte sie noch hinzu, dass der Widersinn doch schon
in den Wörtern liege. „Eine männliche Seefrau! [...]“

Vielleicht solltest du Schiffsjunge werden? Oder Zim-
mermann? Oder Steuermann?! Ich lach’ mich tot.
Alle Männer, die zur See gehen, sind [...] Prostitis [...]!“
[...] Sie zog ihn an den Haaren. „Papa, Ba zieht mich!“
„Meine Göttin noch mal! Gibt es denn nie Frieden
hier?“ Der Gatte der Direktorin Bram kam aus dem
Badezimmer gestürzt, den Bart auf Lockenwickler
gerollt. „Befrauscht euch endlich, Kinder! Ba, merk
dir, Petronius ist haarempfindlich.“

„Empfindlich an den Haaren und empfindlich über-
all. Merk dir, Petronius gehört dem empfindsamen
Geschlecht an!“ Das klang wie ein Refrain. Kess fuhr
Ba fort: „Papa, muss Petronius nicht bald einen PH
tragen?“ Petronius wurde puterrot.

„Ruhe! Ich lese!“, brummte die Direktorin.

„Noch etwas Kaffee, Rut?“, fragte der Direktorin-
nengatte ablenkend und freundlich. *Gert Brantenberg*

Aufgaben

- 1 Erklärt, was mit der Karikatur zum Ausdruck gebracht werden soll. > M1
- 2 Erläutert Alice Schwarzers Bild der modernen Frau in Deutschland und nehmt Stellung dazu. > M2
- 3 Stellt die Probleme im modernen Rollenverständnis von Mann und Frau in Deutschland dar. > M3
- 4 Stellt dar, mit welchen stilistischen Mitteln man in dem Romanausschnitt zum Nachdenken über gesellschaftliche Rollenbilder gebracht wird. > M4
- 5 Nehmt Stellung zu der Frage, ob eine Umkehrung der Rollen von Mann und Frau sinnvoll ist. > M4

Zwischen Diskriminierung und Akzeptanz

M1 Er ist nie frei

Natürlich hat er eine Freundin. So wie sie alle eine Freundin haben. Sie weiß nicht, dass er schwul ist. Er sagt: „Es ist kompliziert.“

Das Ausweichen ist ihm zur zweiten Natur geworden. Wenn seine Freunde sagen, dass man Schwule schlagen, ja umbringen sollte, schweigt er.

Wenn Nachbarn erzählen, dass man ihre Leichen ins Meer werfen sollte, schaut er zur Seite. Wenn Leute ihn fragen, warum er sein Heimatland Gambia verlassen habe und nach Dakar gekommen sei, Hauptstadt des Senegal, Land am westlichsten Zipfel des afrikanischen Kontinents, antwortet er: „Um hier mein Glück zu versuchen.“ Wenn sie ihn aufziehen und sagen: „Du musst da unten doch was verbochen haben“, lacht er nur. Keiner darf wissen, wer er wirklich ist. Keiner darf ahnen, warum er seine Heimat verlassen hat.

Der junge Gambier ist 20 Jahre alt, seine Identität muss verborgen bleiben. Nennen wir ihn Mamadou Jallow. Er sehnt sich nach Verbündeten, denn er ist allein, ohne den Schutz einer Familie in einer Kultur, in der Familie alles ist. Doch an wen soll er sich wenden? Sucht er Anschluss an jene, die sind wie er, könnte er sich gefährden. Vor allen anderen muss er sich verbergen. [...]

Im Jahr 2013 lebte Mamadou noch in Gambia und war 14 Jahre alt, ein Jahr später sollte er seinen ersten Freund haben. In der Koranschule hatte er gelernt, dass Schwule im Feuer sterben. [...] [Der Diktator, Yahya Jammeh] verhängte lebenslange Haft auf gleichgeschlechtlichen Sex. [...] [Deshalb war es] [...] tollkühn, was Mamadou tat, im Nachhinein weiß er das auch. Er war 17 Jahre alt, hatte gerade eine Prüfung geschrieben, und im Hinterhof der Schule war keiner zu sehen. Also küsste er seinen damaligen Freund, einen Mitschüler. Doch sie wurden beobachtet und angeschwärzt. Der Rektor brachte sie zur



Polizei. „Sie nahmen unsere Daten auf und sagten: Zieht euch aus“, erzählt Mamadou. Die Polizisten waren zu acht. Jeweils vier von ihnen nahmen sich einen der Jugendlichen vor. Sie schlugen und folterten sie mit Fäusten, Tritten, Rohren, Knüppeln. Zwei Tage und zwei Nächte lang. Mamadou hat dicke Narben

davongetragen. In der dritten Nacht kam der Vater seines Freundes, ein Geschäftsmann, und bestach die Polizei. „Er wollte vermeiden, dass der Fall vor Gericht landete.“ Die beiden Jungen waren jetzt nicht mehr eingesperrt, aber auf sich selbst gestellt. [...]

[Sie flohen über die Grenze in den Senegal. Aber auch dort] werden Schwule von Mobs verprügelt, von Polizisten [...]. Vom Gesetz können Schwule wie Mamadou Jallow keinen Schutz erwarten. Laut Paragraph 319 der senegalesischen Verfassung muss jeder, „der einen unzüchtigen Akt oder einen Akt gegen die Natur mit einem Individuum des gleichen Geschlechts betreibt“, mit ein- bis fünfjähriger Haft und einer Geldstrafe rechnen. [...]

Der Freund hat [jetzt] einen Partner in Großbritannien, der ihn nach ein paar Monaten zu sich holte. Mamadou ist [...] auf sich allein gestellt. [...] Wenn er nachts allein auf seiner Matte liegt, denkt er oft darüber nach, wie es sich anfühlen würde, frei zu sein.

Angela Köckritz

M2 Wider die Natur?

Die Heilige Schrift verurteilt mehrfach und mit größter Strenge die Homosexualität als Sünde wider die Natur. Im Alten Testament enthält z.B. das Buch Leviticus, das die dem Mose von Gott diktierten Gesetzesvorschriften umfasst, die das auserwählte Volk vor der Zersetzung des Glaubens und der Sitten bewahren soll, eine strenge Verurteilung der homosexuellen Praxis, die als eine „Abscheulichkeit“ bezeichnet wird.

Roberto de Mattei (Hg.)

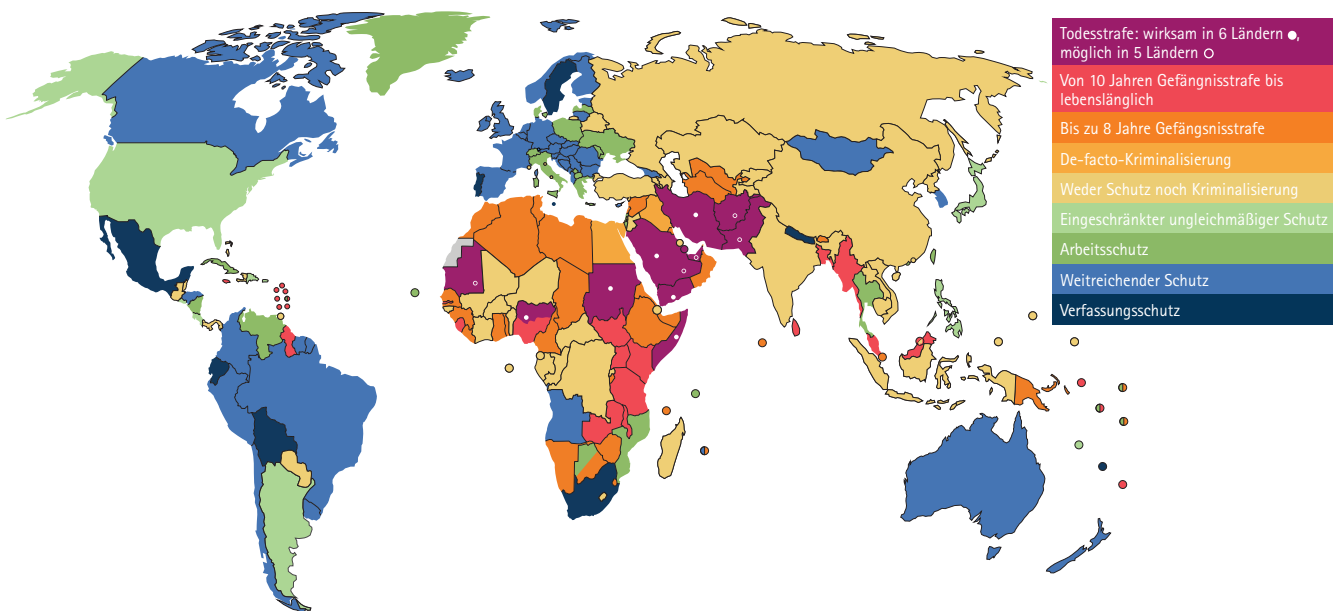
M3 Einstellung gegenüber Homosexuellen in Deutschland

Neben [...] positiven Befunden zeigen die Ergebnisse der Umfrage [aus dem Jahr 2017] aber auch, dass es in Teilen der Bevölkerung durchaus noch abwertende Einstellungen gegenüber homo- und bisexuellen Menschen gibt. Während offene Abwertung, wie die Stigmatisierung von Homosexualität als unmoralisch oder widernatürlich, nur von Minderheiten geteilt wird, finden sich subtilere Formen dagegen bei einem nicht unerheblichen Teil der Bevölkerung. So sind beispielsweise mehr als vier von zehn Befragten (43,8 Prozent) der Ansicht, Homosexuelle sollten damit aufhören, „so einen Wirbel um ihre Sexualität zu machen“. Anlass zur Sorge gibt auch, dass vergleichsweise viele vorwiegend negative Gefühle mit einem offenen Umgang mit Homosexualität in der Öffentlichkeit verbinden. Wenn sich zwei Frauen in der Öffentlichkeit ihre Zuneigung zeigen, zum Beispiel indem sie sich küssen,

dann ist dies gut einem Viertel der Befragten (27,5 Prozent) unangenehm. Handelt es sich um zwei Männer, die sich küssen, sind es sogar fast vier von zehn (38,4 Prozent). Zum Vergleich: Bei einem Paar aus Mann und Frau wird dieselbe Situation nur von rund 10 Prozent als unangenehm bewertet. Ein offener und sichtbarer Umgang mit sexueller Vielfalt wird also nach wie vor von vielen als unangemessen oder sogar störend empfunden. Deutlich wird auch, dass Vorbehalte und Berührungsängste umso ausgeprägter sind, je näher das Thema ins Private hineinreicht. So hätte jeweils nur gut jeder zehnte Befragte ein Problem mit einer lesbischen Arbeitskollegin oder einem schwulen Arbeitskollegen. Wenn dagegen das eigene Kind homosexuell ist, fänden dies rund vier von zehn Befragten eher oder sehr unangenehm.

Antidiskriminierungsstelle des Bundes

M4 Die Situation von Homosexuellen weltweit



Aufgaben

- 1 Erläutert die Situation der Homosexuellen in Westafrika am Beispiel von Mamadou Jallow. > M1
- 2 Informiert euch über die Bewertung von Homosexualität in Judentum, Christentum und Islam und nehmt Stellung dazu. > M2
- 3 Beurteilt die unterschiedlichen Einstellungen gegenüber Homosexuellen in Deutschland. > M3
- 4 Erläutert die Grafik zur Situation der Homosexuellen weltweit und nehmt Stellung dazu. > M4

Coming Out

M1 „Ich bin schwul!“



Als er vierzehn und noch auf der Hauptschule war, hat Simon sich das erste Mal für Jungs interessiert. Damals ging er - ein beinhardter Fußballer - wie selbstverständlich davon aus, dass „das“

wieder weggehen würde. Mit fünfzehn, schon weniger sicher, dachte er: Das muss unbedingt wieder weggehen. Mit sechzehn dann: Vielleicht bleibt es ja so? Und mit 17, [...] da wusste er: Es wird so bleiben. Kurz darauf brachte er seinen damaligen Freund zum ersten Mal mit nach Hause und erklärte seinen verutzten Eltern: „Ich bin schwul.“ Es folgte eine lange Pause. Dann rief sein Vater [...]: „Wir sind total enttäuscht, wie kannst du uns das nur antun, du bist unser einziger Sohn, das ist eine Schande!“ Und die Mutter [...] fügte hinzu: „Hoffentlich ist das nur eine Phase, wir wollen doch Enkel!“ Simon und sein Freund flüchteten, der Sohn ließ sich danach zwei Tage lang nicht zu Hause blicken, obwohl er dort wohnt. „Ich war voll enttäuscht, ich hatte mir was anderes erhofft“, erzählt er heute, ein halbes Jahr später. [...] Drei Wochen lang hätten die Eltern überhaupt nicht mit ihm geredet, „und seitdem tun sie so, als ob ich es ihnen nie gesagt hätte und auf Mädchen stehen würde. Sie fragen nicht, wie es ist, schwul zu sein, oder wie ich es bemerkt habe. Nichts. Gar nichts“, sagt Simon, der inzwischen 18 und wegen seiner Eltern ziemlich verbittert ist. Er lässt sie nicht mehr an sich ran und redet kaum noch mit ihnen. Dass er einen neuen Freund hat, wissen sie auch nicht. Simon will bald ausziehen. [...] [Und dass Männer gerade im Fußball oft] ein Stereotyp der Männlichkeit [hüten, weiß Simon auch] [...] aus eigener Erfahrung. [...] „Schwule im Fußball, das geht gar nicht“ sagt er. Wie oft hat er die Zuschauer schon rufen hören: „Was ist das denn für ne Schwuchtel?“ [...] „Gar nicht auszudenken, wenn die wüssten, dass ich wirklich schwul bin.“

Katrin Hummel

M2 „Ich bin lesbisch!“

„Du bist anders rum!“, „Du bist vom anderen Ufer!“, „Blöde Lesbe!“ – Das sind noch die harmlosesten Sprüche, die die 16-jährige Jenny in der Öffentlichkeit erntet, seitdem sie sich vor ein paar



Wochen geoutet hat. Jenny hatte eigentlich schon seit langem bemerkt, dass sie nicht auf Jungen steht, sondern sich ausschließlich von Mädchen angezogen fühlt. Als dann nach den Sommerferien die 17-jährige Marie in ihre Klasse kam, ließen ihre Gefühle nicht mehr den geringsten Zweifel zu. Jenny verliebte sich Hals über Kopf in ihre Mitschülerin. Erst wollte Jenny das Kribbeln im Bauch nicht wirklich wahrhaben, das sie in Maries Gegenwart befel. Doch nach und nach ließen sich ihre immer stärker werdenden Gefühle nicht mehr verdrängen, und als Marie ihr schließlich auf einer Party gestand, dass sie sich in sie verliebt habe, war es endgültig um Jenny geschehen. Der erste Kuss war ein vorsichtiger Ausdruck ihrer Verliebtheit, der zwar Jennys ganzen Mut erforderte, ihr aber doch vollkommen natürlich erschien.

Jennys Eltern reagierten ausgesprochen gelassen, als ihre Tochter ihnen nach einiger Zeit vorsichtig eröffnete, sie habe sich verliebt – und zwar in ein Mädchen, in ihre Mitschülerin Marie. Auch ihre Freundinnen und Freunde hatten nicht das geringste Problem damit. Sehr enttäuschend waren aber die erniedrigenden Kommentare, die ihnen von Unbekannten entgegen geschleudert wurden, wenn Marie und sie Hand in Hand durch die Stadt liefen oder sich küssten. „Muss das denn sein?“, „Ihr habt wohl keinen abgekriegt!“, „Das ist ja ekelhaft!“ – Derartige und zum Teil noch viel schlimmere Beleidigungen zeugen, davon sind Jenny und Marie fest überzeugt, nur von der großen Dummheit, der mangelnden Toleranz und dem eingeschränkten Horizont derjenigen, die sie äußern und die „anders rum“ ganz offensichtlich für „falsch herum“ halten.

M3 Wie sie werden, was sie sind

Der Begriff „Coming Out“ bezeichnet den oftmals schwierigen Weg der Identitätsfindung als lesbische Frau oder als schwuler Mann. [...] Viele innere und äußere Entwicklungen sind notwendig, um schließlich ein selbstbewusstes und glückliches Leben mit der gleichgeschlechtlichen Identität führen zu können. [...] Viele Betroffene berichten, schon sehr früh im Kindesalter eine Ahnung davon verspürt zu haben, „anders“ zu sein. Was dieses Anderssein genau ausmacht, kann in der Regel zu diesem Zeitpunkt noch nicht in konkretere Vorstellungen übergeleitet oder begrifflich benannt werden. [...] Die Folge davon können [...] Angst- und Schuldgefühle sein sowie das Gefühl, „falsch“ zu sein, ohne einen Grund dafür benennen zu können. [...]

Der Beginn des inneren Coming Out zeichnet sich durch die bewusstere Wahrnehmung der eigenen Sehnsüchte und Gefühle aus. Die Betroffenen spüren, dass sie sich eher zum eigenen Geschlecht hingezogen fühlen und nehmen gleichzeitig wahr, dass sie sich dadurch von den Anderen unterscheiden. Zusätzlich sind zu diesem Zeitpunkt bereits Negativbilder von Schwulen und Lesben, die innerhalb der Gesellschaft vorhanden sind, bekannt. [...] Eine Beziehung zwischen diesen Negativvorstellungen über Homosexuelle und den eigenen Gefühlen wird hergestellt und bewirkt zentrale Ängste. Viele Lesben und Schwule erleben ihr Anderssein in dieser Phase als bedrohlich und in der Gesellschaft unerwünscht. Sie fürchten, aus ihrem Umfeld ausgeschlossen zu werden, haben Angst vor Diskriminierung und vor einem Leben ohne soziale Anerkennung. [...]

Die verschiedenen, meist negativen Bilder von Homosexualität, die fast allen Menschen bekannt sind, machen es nicht leicht, sich selbst als lesbisch oder schwul anzuerkennen. Wenn die eigenen Sehnsüchte und Bedürfnisse nun immer klarer werden, versuchen viele Betroffene, diese zu verdrängen. [...] Die Angst, abgelehnt zu werden, wenn andere von den homosexuellen Wünschen erfahren, kann zu einem erschütterten Selbstwertgefühl und zu Depressionen führen. [...] Auf die Dauer setzen sich die inneren Wünsche mehr und mehr durch und ein Umdenken ist erforderlich,

je klarer die eigene Homosexualität wird. Der steigende Leidensdruck und die immer stärker werden- den Wünsche führen dann zu einem Hinterfragen der bisher angenommenen Zerrbilder von Homosexualität und ein innerer Prozess der Selbstannahme beginnt. [...] Mit fortschreitender innerer Akzeptanz der eigenen Identität entstehen positive Gefühle von Befreiung und Erleichterung bis hin zu Euphorie, endlich zu sich selbst gefunden zu haben. [...]

Je erfolgreicher die inneren Prozesse durchlaufen wurden, desto leichter fällt die Auseinandersetzung mit der heterosexuellen Außenwelt. Freundliche Reaktionen von Anderen wiederum fördern die positive Bewältigung des Coming Out. Sich auch nach außen mit der eigenen Identität zeigen zu können und positive Rückmeldungen zu erhalten, wirkt sich stärkend auf eine positive Selbstwahrnehmung aus und ermöglicht eine umfassende gute Identifizierung mit dem eigenen Schwul- oder Lesbischsein. [...]

Für Schwule und Lesben stellt sich immer wieder die Frage, wie offen sie ihre Lebensweise verwirklichen können und wo sie sie besser verbergen. Offen aufzutreten ermöglicht, sich selbst als ganze und gesunde Persönlichkeit zu erleben und in sozialen Kontakten frei über das eigene Leben sprechen zu können. Dies wirkt sich positiv auf die Selbstwahrnehmung aus und unterstützt ein gesundes Selbstgefühl. Es erleichtert auch den Aufbau eines sozialen Umfeldes, in dem man als Lesbe oder Schwuler willkommen und akzeptiert ist. Allerdings erfordert es auch Standfestigkeit und Selbstbewusstsein, mit den Reaktionen der Außenwelt gut umgehen zu können, da diese sehr unterschiedlich und nicht immer eindeutig vorhersehbar sind.

Koordinierungsstelle für gleichgeschlechtliche Lebensweisen

Aufgaben

- 1 Stellt die Erfahrungen dar, die Simon und Jenny mit ihrem Coming Out gemacht haben. Beurteilt die verschiedenen Reaktionen darauf. > M1/M2
- 2 Erläutert die Schwierigkeiten, die mit dem Coming Out verbunden sind. Erklärt, warum der Autor des Textes Betroffenen dennoch empfiehlt, mit ihrer geschlechtlichen Orientierung offen umzugehen. > M3

Anders normal!

M1 Eine dritte Geschlechtskategorie?



Mann oder Frau? Jahrelang hat Vanja dafür gekämpft, dass die Gesellschaft Menschen nicht mehr zwingt, sich auf das eine oder andere Geschlecht festzulegen. Jetzt hat Vanja vor dem Bundesverfassungsgericht einen Erfolg erzielt, der unter Mitstreitern als „kleine Revolution“ gilt. In einem jahrelangen Rechtsstreit hat Vanja erreicht, dass dies anerkannt wird. [...]

Wenn im Geburtenregister ein Geschlecht eingetragen wird, dann muss es künftig neben „weiblich“ und „männlich“ noch eine dritte Option geben, und zwar „inter“ oder „divers“, wie Vanja vorgeschlagen hatte, oder „eine andere positive Bezeichnung des Geschlechts“. Das Kreuzchen bei „Geschlecht“ schlicht wegzulassen, wie dies seit 2013 möglich ist, wenn das Geschlecht eines Neugeborenen nicht eindeutig ist, reicht demnach nicht aus. Die Begründung der Richter: Intersexuelle begriffen sich nicht als geschlechtslos, sondern hätten nach eigenem Empfinden ein Geschlecht jenseits von männlich oder weiblich. Die geschlechtliche Identität sei ein „[...] [wichtiger Teil] der eigenen Persönlichkeit“ und somit von dem im Grundgesetz verankerten allgemeinen Persönlichkeitsrecht geschützt. [...] Deshalb sei auch die geschlechtliche Identität jener Menschen geschützt, die weder dem männlichen noch dem weiblichen Geschlecht zuzuordnen seien. [...]

Vanja ist mit nur einem X-Chromosom auf die Welt gekommen und musste sich als Kind – so wie viele andere Intersexuelle – medizinischen Eingriffen und Operationen unterziehen, um „zu einem Mädchen zu werden“, wie er*sie sagt. „Aber das bin ich eben nicht.“ „Wenn ein Kind bisher ohne eindeutiges Geschlecht

auf die Welt kam, galt das medizinisch immer als ‚Fehler‘, der korrigiert werden muss“, sagt Vanja. „Dabei schaden solche Eingriffe in der Regel viel mehr als sie nutzen.“ Das Karlsruher Urteil bedeutet für Vanja deshalb weit mehr, als dass er*sie den Eintrag „weiblich“ im Geburtenregister ändern kann. „Es sorgt dafür, dass Kinder nach der Geburt nicht sofort einer Kategorie zugeordnet werden müssen und dann oft operiert werden“, sagt Vanja. Pro Jahr gibt es nach Angaben des Deutschen Instituts für Menschenrechte etwa 1500 solcher medizinischen Eingriffe.

Im besten Fall führt die Entscheidung aus Karlsruhe also weit über eine Neuregelung im Geburtenregister und Personenstandswesen hinaus – das ist zumindest Vanjas Hoffnung und auch die vieler Mitstreiter. Sie glauben, dass Intersexuelle in der Gesellschaft damit insgesamt deutlich mehr gesehen und weniger diskriminiert werden – in fast allen Lebensbereichen.

[Das Gerichtsurteil wurde am 22. Dezember 2018 vom Gesetzgeber umgesetzt. Seitdem besteht die Möglichkeit, im Geburtsregister, in Personalausweisen usw. bei der Eintragung des Geschlechts neben den Kategorien „männlich“ oder „weiblich“ die Kategorie „divers“ zu wählen.]

Silke Fokken

M2 „Ich war nie eine Frau!“

Yvonne Buschbaum war eine erfolgreiche deutsche Stabhochspringerin, die neben zwei EM-Bronze-Medaillen bei den Olympischen Spielen in Sydney auf Rang sechs sprang. Ende 2007 entschied sie/er, sich einer geschlechtsangleichenden Operation zu unterziehen. Seit seiner Geburt hatte Balian Buschmann, wie er heute heißt, das Gefühl, ein Leben im falschen Körper zu führen.

ZEIT ONLINE: Herr Buschbaum, was ist das für ein Gefühl, im falschen Körper zu stecken?

Balian Buschbaum: Das ist schwer zu beschreiben. Meine Kindheit war cool. Ich habe mich ganz normal wie ein Junge verhalten und war total glücklich. Begonnen haben die größeren Probleme, als ich in die Pubertät kam. Da hat es einfach nicht mehr zusammengepasst. Die Zeit von 14 bis 24 war eine schwierige Zeit. Da hat es mich gelegentlich auch innerlich zerrissen.



ZEIT ONLINE: Viele Transsexuelle zerbrechen an dieser Zerrissenheit und an der Diskriminierung durch die Gesellschaft.

Buschbaum: Dass ich nicht daran zerbrochen bin, lag an mehreren Faktoren: Der Sport war wichtig, aber auch meine Familie und meine Freunde. Aber es ist immer einen, der das ausspricht – und einen, der das annimmt. Und das habe ich nie. [...]

ZEIT ONLINE: Sie sind sehr offen und direkt. Warum hat es so lange gedauert, bis Sie jemand auf eine mögliche Geschlechtsumwandlung angesprochen hat?

Buschbaum: Zunächst sollte ich erwähnen, dass es keine Geschlechtsumwandlung ist, sondern eine Angleichung. Angleichung an mein angelegtes Geschlecht im Gehirn, dessen Bauplan nach außen leider falsch zusammengesetzt wurde. In der Architektur passieren solche Fehler täglich, warum dann auch nicht in der Natur? Richtig erklären kann ich mir das nicht. Vielleicht haben mich die Menschen so gesehen, wie ich war und wie ich mich gefühlt habe. Dementsprechend hat sich niemand daran gestört. Meine Freunde hatten wohl immer den Eindruck, dass ich glücklich war, weil ich das nach außen vermittelt habe. Ich bin ein fröhlicher Mensch. Es gab natürlich traurige, schlimme Augenblicke. Aber die habe ich dann nicht mit allen geteilt. Für mein Umfeld war das Bild von mir stimmig. Aber für mich selbst war das zu wenig. [...]

ZEIT ONLINE: Wie haben Sie die Zeit der Geschlechtsangleichung erlebt?

Buschbaum: Das war die schlimmste Zeit, weil ich das Gefühl hatte, mich gibt es gar nicht. Führerschein, EC-Karte, Personalausweis: Das hat alles nicht zu mir

gepasst. Ich sah äußerlich schon wie ein normaler Mann aus und wurde dann an der Tankstelle angequatscht, dass ich doch mal meine Freundin Yvonne holen solle, damit die mit ihrer EC-Karte bezahlt. Wieso kann man solche Formalitäten nicht schneller ändern? Deutschland hängt in diesen Dingen brutal hinterher. Das ist gegen die Menschenwürde. [...]

ZEIT ONLINE: Sie schreiben davon, dass sich mit der Hormontherapie auch Ihre Art zu denken gewandelt hat.

Buschbaum: Ich habe durch das Östrogen, das fälschlicherweise durch mich floss, die Variationsmöglichkeiten einer Frau kennengelernt und auch ihre Zweifel gefühlt. Das ist mir ein wenig verloren gegangen. [...] Aber ich genieße es auch, wie es jetzt ist, mit männlichen Gedanken: Es ist einfacher und lockerer – die gewisse Leichtigkeit des Lebens, die vorher nicht so extrem ausgeprägt war.

Daniel Dreppel

Sexuelle Identität und Selbstbestimmung

Unter sexueller Identität versteht man das geschlechtliche Selbstverständnis eines Menschen. Eine Person kann sich als männlich, weiblich, transsexuell oder intersexuell verstehen. Transsexualität bezeichnet die Identifikation mit einem anderen als dem durch die körperlichen Merkmale ausgewiesenen Geschlecht, Intersexualität die geschlechtliche Mehrdeutigkeit. Die sexuelle Identität umfasst auch die sexuelle Orientierung einer Person: Heterosexualität, Homosexualität und Bisexualität.

Es gehört zu den Grundrechten eines Menschen, ein selbstbestimmtes Leben gemäß seiner sexuellen Identität führen zu können und deswegen nicht diskriminiert zu werden.

Aufgaben

- 1 Erläutert, was auf der Abbildung mit „Dritte Option“ gemeint ist. > M1
- 2 Erklärt, was die gesetzliche Regelung von 2018 für Vanja bedeutet. > M2
- 3 Stellt dar, wie Buschmann das Leben als Frau und die Geschlechtsangleichung zum Mann erlebt hat. > M2
- 4 Beschreibt, mit welchen Problemen sich inter- und transsexuelle Personen in unserer Gesellschaft konfrontiert sehen, und nimmt Stellung dazu. > M1/M2

Das Recht, man selbst zu sein

M1 Tims Filmtipp

Tim ist im Redaktionsteam der Schülerzeitung, das vor kurzem beschlossen hat, ab jetzt in jeder Ausgabe eine Filmbesprechung zu veröffentlichen. Ganz verschiedene Produktionen können vorgestellt werden, aber sie sollen alle „auch irgendwie zum Nachdenken anregen“ – so der Beschluss der Schülerinnen und Schüler. Tim hat eine Empfehlung zum Film *Girl* verfasst.

Der besondere Film: *Girl*

Drama von Lukas Dhont

Belgien/Niederlande 2018
(FSK: ab 12)

Hauptdarsteller:
Victor Polster

Auszeichnungen bei den
Internationalen Filmfestspielen
von Cannes 2018

Nominierungen für den
Europäischen Filmpreis 2018
etc.



Der Film erzählt die Geschichte der 15-jährigen Lara, die mit ihrem alleinerziehenden Vater und ihrem kleinen Bruder gerade in eine größere Stadt umgezogen ist, um dort eine – sehr harte! – Ausbildung zur Balletttänzerin zu beginnen. Lara sieht aus wie ein Mädchen, aber sie unterscheidet sich von ihren Mitschülerinnen, denn Lara ist transgender: Sie hieß früher Victor und hat ein männliches Geschlechtsorgan. Mit Unterstützung ihrer Familie hat Lara eine von ihrem Therapeuten überwachte Hormontherapie begonnen, die geschlechtsangleichende Operation soll folgen.

Lara ist sich ihrer Sache sehr sicher, es ist ihr einziger Wunsch, so schnell wie möglich zum Mädchen zu werden. Sie leidet immer mehr darunter, dass sie noch auf die OP warten muss und weiterhin im Körper eines Jungen gefangen ist. Sie fühlt sich zu einem Jungen aus ihrer Nachbarschaft hingezogen, aber die Treffen mit ihm gestalten sich schwierig, da sie ihm nicht erzählt hat, dass sie kein „normales“ Mädchen

ist. Hier stellt sich die ethische Frage, was eigentlich über die sexuelle Identität und Orientierung eines Menschen entscheidet und wie die Selbstfindung in diesem Bereich gelingen kann.

Laras Vater unterstützt seine Tochter sehr konsequent und liebevoll auf ihrem Weg. Trotzdem bereiten ihm die Details der Operation und die mit dem Eingriff verbundenen Risiken aber auch Sorgen. In manchen Situationen ist er nicht sicher, wie er reagieren soll, etwa als er merkt, dass seine Tochter gegen die Empfehlung ihrer Ärzte handelt und trotz einer Infektion weiterhin ihr Geschlechtsteil abklebt, um im Ballettunterricht im engen Tanzkostüm wie die anderen Mädchen auszusehen. Er stellt sich die Frage, wie er mit den Bedürfnissen seiner Tochter als Erziehungsberechtigter verantwortungsvoll umgehen soll. Jeder Mensch hat doch das

Recht, über seinen Körper zu entscheiden – aber gibt es dabei auch Grenzen, etwa wenn jemand sich selbst Schaden zufügt?

In Laras Klasse wissen alle Mitschülerinnen und Mitschüler Bescheid über ihre Transsexualität und es scheint damit zunächst auch kein Problem zu geben. Doch dann ist Lara zu einer Party eingeladen und ihre Klassenkameradinnen zwingen sie, sich auszuziehen, weil sie unbedingt wissen wollen, wie es bei ihr „da unten“ so aussieht. Besonders ein Mädchen gibt bei dieser Demütigung den Ton an und keine der anderen widerspricht. Die Frage nach dem eigenen und gesellschaftlichen Umgang mit Vorurteilen und diskriminierendem Verhalten ist nicht nur in Bezug auf Transsexuelle wichtig – das Thema Toleranz und Verständnis für Minderheiten scheint gerade aktueller denn je!

- 65 **Fazit:** Der Film ist aus ethischer Perspektive sehr empfehlenswert. Es werden nämlich so wichtige Fragen wie die nach sexueller Identität und Selbstfindung oder das Recht, über den eigenen Körper zu entscheiden, behandelt. Darüber hinaus werden auch noch Themen wie Toleranz, Verständnis für Minderheiten oder die Frage nach dem Umgang mit Klischees, Vorurteilen und diskriminierendem Verhalten gegenüber Transsexuellen angesprochen.

Aus Filmen ethisch relevante Fragen und Probleme herausarbeiten und darstellen

Spielfilme dienen nicht nur der Unterhaltung, oft bieten sie auch Anschauungsmaterial für wichtige ethische Fragen und Probleme. Um diese herauszuarbeiten, gehst du am besten in folgenden Schritten vor:

1. Sieh dir den Film an und notiere, welche **konkreten Fragen und Probleme** in ihm dargestellt werden.
2. Überlege, welche **allgemeinen ethischen Fragen oder Probleme** sich dahinter verbergen.
3. Stelle die ethischen Fragen und Probleme dar, z. B. in Form eines **Filmtipps**:
 - a) Fasse den Inhalt des Films kurz zusammen.
 - b) Erläutere die ethischen Fragen und Probleme beispielhaft an ausgewählten Szenen.
 - c) Begründe in einer abschließenden Empfehlung, warum deine Mitschülerinnen und Mitschüler sich den Film ansehen sollten.

M2 Kick it like Beckham

Luisa ist dafür, in der nächsten Ausgabe der Schülerzeitung eine Filmbesprechung zu *Kick it like Beckham* zu bringen. Sie hat ein paar Informationen zu dem Film mitgebracht:

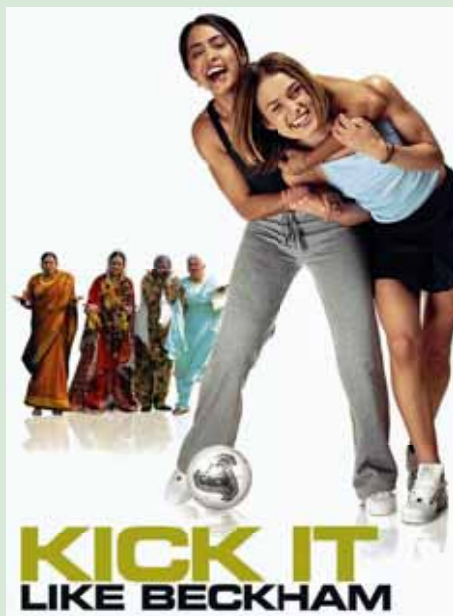
Daten zum Film:

Komödie von
Gurinder Chadha

Großbritannien 2002
(FSK: ab 6)

Hauptdarsteller:
Parminder Nagra,
Keira Knightley,
Jonathan Rhys Meyers

Prädikat:
Besonders wertvoll



Aus der Filminfo eines Fernsehenders:

Jess ist 18 und eigentlich ein ganz gewöhnlicher Teenager, der einfach nur gerne Fußball spielt und auf David Beckham steht. Alles schön und gut, wenn Jess nicht zufällig ein junges, hübsches Mädchen indischer Abstammung wäre, dessen traditionsbewusste Eltern so ihre Probleme mit kurzen Hosen, festen Schüssen und stürmischen Männern haben. Über ihre neue Freundin Jules tritt Jess daraufhin heimlich einer Damenmannschaft bei.

Aufgaben

- 1 Stellt dar, wie Tim seine Filmbesprechung aufgebaut hat und wie er den ethischen Gehalt des Films anhand von Beispielen herausarbeitet. > **M1/Anleitung**
- 2 Seht euch den Film *Kick it like Beckham* (bzw. ausgewählte Szenen daraus) im Unterricht an. Notiert, welche konkreten Fragen und Probleme in ihm angesprochen werden. > **M2**
- 3 Diskutiert, welche allgemeinen ethischen Fragen und Probleme damit im Fokus stehen. > **M2**
- 4 Verfasst nach dem Muster von M1 einen Filmtipp zu *Kick it like Beckham*. > **M2**
- 5 Verfasst zu weiteren Filmen, die euch geeignet erscheinen, Filmtipps, in denen ihr den ethischen Gehalt der Filme erläutert und darstellt. **V**

Formen des Zusammenlebens

M1 Lebensläufe der Liebe



Holger und Stefan leben seit 15 Jahren zusammen. Das ging nicht immer ohne Streitereien, zum Beispiel über die Frage, wie offen sie mit ihrer gleichgeschlechtlichen Beziehung umgehen sollten. Trotzdem rauften sie sich immer wieder zusammen, auch dank gemeinsamer Interessen. Beide hören gerne Musik, gehen gern aus, essen und reisen gern. Als 2017 die Ehe endlich für alle möglich wurde, gaben sie sich offiziell das Ja-Wort und feierten ein großes Fest. Sie freuen sich schon darauf, die kleine Lisa, die sie gerade adoptiert haben, gemeinsam großzuziehen.



Bernhard und Josie haben alle Klippen des Lebens miteinander umschiff und sind sich seit 53 Jahren treu. Nach dem Krieg hatten sie wenig zu essen, und es war nicht immer leicht, ihre fünf Kinder groß zu ziehen. Seit Josie im Alter von 70 Jahren an Demenz erkrankt ist, pflegt Bernhard sie aufopferungsvoll.



21 Jahre hat die Ehe von **Natalia und Richard** gehalten, dann haben sie sich scheiden lassen. Nach der Geburt hat sich Natalia hauptsächlich um die Kinder gekümmert, Richard ist seinen eigenen Interessen nachgegangen. Als ihm von seiner Firma gekündigt wurde und er eine Stelle in einer anderen Stadt annehmen musste, wollte seine Frau nicht umziehen. So kam er nur noch am Wochenende nach Hause und die Beziehung zwischen ihnen kühlte vollends ab. Er verliebte sich in eine andere Frau und Natalia reichte die Scheidung ein.



Mariannes und Heinrichs Liebe hat sich verbraucht und ist einem Zustand gewichen, in dem sie sich nichts mehr zu sagen haben. Sie bleiben trotzdem zusammen. Sie möchte sich nicht von ihm trennen, weil sie sonst wirtschaftlich nicht abgesichert wäre. Er hält aus Gewohnheit und Bequemlichkeit an der Ehe fest – wer würde sonst für ihn kochen und die Wäsche waschen?

M2 Love Contracts

„Du sagst mir mindestens einmal am Tag, dass du mich liebst, damit ich auch weiß, dass du es ernst mit mir meinst.“ So lautet Regel Nummer 21 eines über Twitter publik gewordenen Vertrags, den eine 5 US-amerikanische Frau mit ihrem Freund geschlossen hat. Was auf den ersten Blick grotesk anmuten mag, liegt in den USA voll im Trend: Immer mehr Paare schließen sogenannte love contracts. Die Partner erstellen gemeinsam einen schriftlichen Vertrag, 10 der das Zusammenleben in der Beziehung regelt. Welche Punkte Eingang finden, variiert: Von der Hausarbeitsaufteilung über die Belegung der Bettseiten bis hin zu Vereinbarungen über [...] das zu haltende Körpergewicht der Partner ist alles möglich. 15 Wie kommt es, dass der in Liebesdingen so befreite Mensch des 21. Jahrhunderts plötzlich rigide seine Beziehungen verwalten will? [...] Die Liberalisierung der Beziehungsverhältnisse, wie sie sich spätestens seit der 68er-Bewegung vollzog, hat eben nicht nur 20 zu beglückender Befreiung, sondern auch zu großer Unsicherheit geführt. War einst die lebenslange Verbindung in der Ehe oft nur eine triste Zweckgemeinschaft und die traditionelle Rollenverteilung repressiv, so waren die Verhältnisse doch einigermaßen 25 stabil. Beziehungsverträge versprechen, ein wenig „Liebesordnung“ [...] zurückzugewinnen. Wobei die große sexuelle Unverbindlichkeit, die durch Dating-Plattformen wie Tinder generiert wird, eine besondere Betrachtung verdient: Ist doch die 30 Gefahr, selbst nur ein mögliches Mittel zur Bedürfnisbefriedigung eines anderen zu sein, nicht unerheblich.

Theresa Schouwink

M3 Paarbeziehungen in der Zukunft

Wie halten es die Deutschen mit der Liebe? Und wie sehen sie die Zukunft der Paarbeziehung? [...] In den Mittelpunkt der Paarbeziehung rückt [immer mehr] die Selbstbestimmung des Einzelnen, zugleich scheint 5 sich die Liebe von gesellschaftlichen Zwängen zu befreien. „Die Ehe als einstmalige starke Norm ist in Auflösung begriffen“, sagt die [...] [Sozialforscherin] Jutta Allmendinger. [...] Vor allem die Frauen unterstützen den Trend zu einer „partnerschaftlichen“ Form

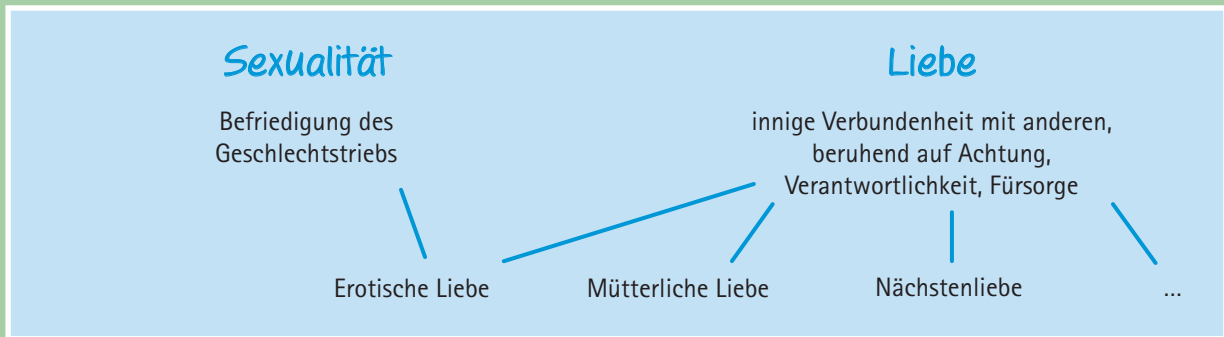
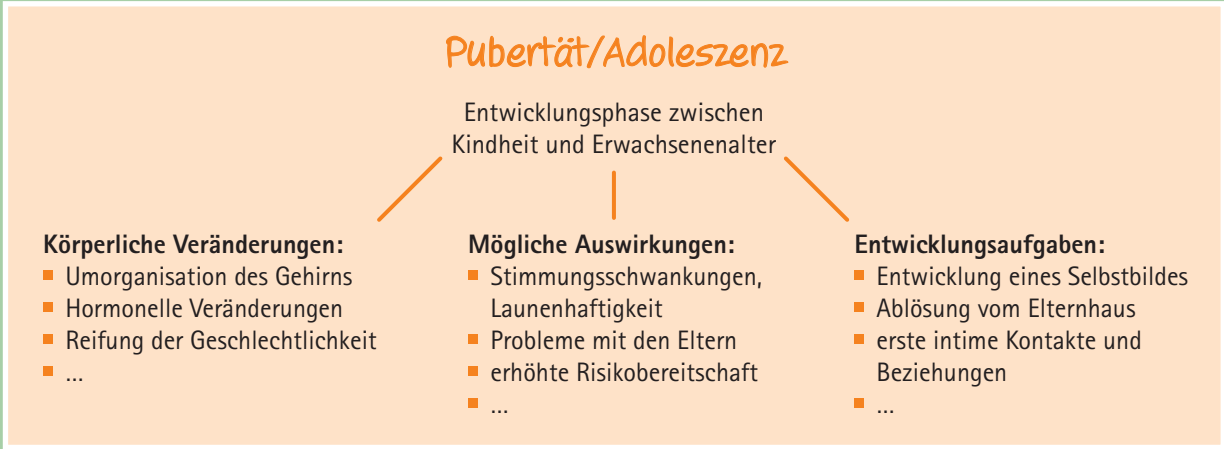
der Liebe. So nennen Soziologen eine moderne Form 10 der Paarbeziehung, in der die Eigenverantwortlichkeit und Individualität der Beteiligten eine zentralere Rolle spielen als romantische Ideale wie Hingabe und Aufopferung für den Liebsten. [...] Auch bei wichtigen Lebensentscheidungen [...] legen die Frauen größeren 15 Wert auf Selbstbestimmung als die Männer. [...] Erstaunlich ist die Diskrepanz zwischen den Geschlechtern wohl nicht: Das klassische Partnerschaftsmodell basierte auf traditionellen Rollenbegriffen, also auch auf einem Machtungleichgewicht 20 zugunsten des Mannes. Die Frau hat allen Grund, sich entschieden davon abzuwenden. „Im Gegensatz zu den Männern sehen sie in dem moderneren, partnerschaftlichen Beziehungsmodell einen Gewinn“, sagt der Sozialforscher Jan Wetzel. Falsch wäre es, 25 das Unabhängigkeitsstreben der Frauen als generellen Widerwillen gegen die Bindung anzusehen. Beide Geschlechter erachten das Gefühl der Liebe als das höchste Gut im Leben.

Und selbst die ewige Liebe lebt bei Frauen wie Männern als romantisches Ideal weiter. Nur 11 Prozent der Befragten teilen die Ansicht, dass es für jeden Lebensabschnitt einen anderen passenden Gefährten gebe. 30 Noch weniger könnten sie sich damit anfreunden, Nähe und Intimität mit mehreren Personen gleichzeitig zu teilen oder nur Geliebter unter vielen zu sein. [...] Mehr als 90 Prozent meinen, es sollte nachfolgenden Generationen weiterhin sehr wichtig sein, sich jemandem nahe zu fühlen. 35 *Lydia Klöckner u. a.*

Aufgaben

- 1 Bildet Vierergruppen: Jedes Mitglied befasst sich mit einer Geschichte der vier Paare und erzählt sie den anderen. Arbeitet dabei heraus, welche Schwierigkeiten in einer Partnerschaft auftreten können und wie die einzelnen Paare damit umgegangen sind. > M1
- 2 Erklärt, warum nach Theresa Schouwink immer mehr Paare Love Contracts abschließen, und beurteilt diesen Trend. > M2
- 3 Erläutert, wie sich laut den Ergebnissen der Sozialforschung moderne Paarbeziehungen (in Zukunft) gestalten (werden). Nehmt Stellung zu dieser Entwicklung. > M3

Was ich weiß



Traditionelle Rollenerwartungen und Konventionen im Bereich der Geschlechtlichkeit

- Dominanz des Mannes, Unterordnung der Frau
- tradierte Form der Partnerschaft: Ehe
- ausschließlich zwei Geschlechtskategorien
- anerkannte Form der geschlechtlichen Orientierung: Heterosexualität
- ...



Recht auf Selbstbestimmung im Bereich der Geschlechtlichkeit

- Gleichberechtigung der Geschlechter, neue Rollenverteilung zwischen Mann und Frau
- neue Formen der Partnerschaft
- Anerkennung einer dritten Geschlechtskategorie
- rechtliche Gleichstellung von Homo-, Inter- und Transsexuellen
- ...

Was ich kann

Überprüfe dich selbst. Wenn du dich bei einem Punkt noch unsicher fühlst, lies und bearbeite (ggf. mit Partner/in) die passende Schulbuchseite noch einmal

Ich kann ...	Meine Einschätzung			
	--	-	+	++
... Merkmale der Pubertät benennen und damit verbundene Schwierigkeiten und Probleme erläutern und bewerten › S. 42-47				
... Entwicklungsaufgaben von Jugendlichen in der Pubertät bzw. Adoleszenz darstellen › S. 48-49				
... das Gefühl des Verliebtseins beschreiben und damit verbundene Unsicherheiten und Probleme erläutern › S. 50-51				
... unterschiedliche Auffassungen und Ausprägungen von Liebe und Sexualität erläutern und dazu Stellung nehmen › S. 52-57				
... Möglichkeiten des Umgangs mit Trennung und Liebeskummer darstellen › S. 58-59				
... darlegen, warum sexuelle Handlungen einvernehmlich sein sollten, und Präventionsmöglichkeiten gegen sexuelle Gewalt aufzeigen › S. 60-61				
... geschlechtsspezifische Rollenerwartungen vergleichen und bewerten › S. 62-65				
... am Beispiel der Situation von Homo-, Inter- und Transsexuellen in unserer Gesellschaft zum Recht auf Selbstbestimmung Stellung nehmen › S. 66-73				
... traditionelle und neuere Formen des Zusammenlebens vergleichen und bewerten › S. 74-75				
... in Filmen ethische Fragen (z. B. der geschlechtlichen Rollenerwartungen und sexuellen Selbstbestimmung) entdecken und darstellen › S. 72-73				

Wie kann ich mit schwierigen Lebenssituationen umgehen?

Was ist eine Krise?

Was kann mir Orientierung geben?



Edvard Munch: Der Schrei (1910)

Wie kann ich mich davor schützen, in einer schwierigen Situation zu Drogen zu greifen?

Wie stehe ich zum Konsum legaler und illegaler Drogen?

Inwiefern kann eine Krise Positives bewirken?

KONSTRUKTIVER UMGANG MIT KRISEN

3

Themen in diesem Kapitel

- Kein Leben ohne Krisen
- Der Sucht verfallen
- Wege aus Abhängigkeiten und Krisensituationen



Aufgaben

- 1 Beschreibt das Bild.
- 2 Überlegt, was die abgebildete Person wohl empfindet und welche Gründe dazu geführt haben könnten.
- 3 Versucht erste Antworten zu den Fragen von der linken Seite zu finden.

„Ich krieg die Krise!“

M1 Nichts als Probleme!

Ich habe das Gefühl, dass mich niemand wirklich mag. In der Schule sind alle nur mit mir befreundet, um cool zu sein. Ich glaube, das kommt, weil meine Eltern mir immer alles schenken, was die anderen auch gern hätten. Dabei sag ich nie, dass ich die Sachen haben will. Und ich will auch gar nicht so eine verwöhnte Tussi sein. Ich werde zwar nicht gemobbt, aber ich bin total unglücklich. Meine Eltern lieben mich, glaube ich, auch nicht richtig. Ganz oft weine ich heimlich.



Hannah, 14



Jenny, 13

Ich fühle mich überhaupt nicht wohl in meiner Haut. Warum bin ich nur so dick? Ich tu doch wirklich alles, um abzunehmen. Ich esse nicht viel, zähle die Kalorien, die ich zu mir nehme, und trinke nichts als Wasser. Aber wenn die anderen hinter mir herlachen und

ich höre, welche Kommentare sie über meine Figur machen, dann tut das so weh, dass ich mich immer weiter zurückziehe. Ich war mal richtig fröhlich. Aber jetzt bin ich nur noch ernst. Eigentlich gehe ich kaum noch aus dem Haus und unternehme mit niemandem mehr etwas!



Sven, 14

Ich bin in letzter Zeit voll depressiv, weil die letzte Woche für mich echt schlimm war. Zwei Sechsen

und eine Vier in der Schule. Und dann ist auch noch mein Handy weg. Ich hab total Angst, meinen Eltern zu beichten, wie schlecht ich in der Schule bin. Bei einer Vier werden meine Eltern schon wortkarg und ich darf den ganzen Tag lernen. Aber das bringt auch nichts. Jetzt quält mich der Gedanke, dass meine Lehrerin zu Hause anrufen könnte. Ich mach mir voll viele Gedanken über meine Zukunft und dass ich keinen Job bekommen könnte.



Mike, 15

Ich kann es kaum noch aushalten. Meine Eltern streiten sich nahezu jede Nacht. Der Grund: Mein Vater hat meine Mutter betrogen. Und ich kann alles durch die Wand

meines Zimmers mit anhören. Immer häufiger fällt das Wort „Scheidung“. Ich will aber nicht, dass meine Eltern sich trennen. Ich will auch kein Pendelkind werden, das ein paar Tage hier und ein paar Tage dort lebt. Ich will meinen Vater auch nicht nur alle 14 Tage am Wochenende sehen, denn dann könnte es passieren, dass wir uns eines Tages nicht mehr so gut verstehen wie bisher. Andererseits ist es doch nicht richtig, was er gemacht hat. Ich fühle mich völlig hin- und hergerissen zwischen meinen Eltern. Als ob ich mich entscheiden müsste und einem von beiden dann auf jeden Fall Unrecht tue. Am liebsten würde ich von zu Hause abhauen!



Lukas, 15

Mir geht's echt dreckig und ich weiß nicht, was ich machen soll, ob das Leben überhaupt noch einen Sinn hat. Meine Freundin hat letzte Woche mit mir Schluss gemacht. Dabei hat sie einen Tag vorher noch gesagt, dass sie mich liebt. Ich verstehe die Welt nicht mehr und weiß nicht, wie ich ohne sie auskommen soll. Ich habe sowieso nie kapiert, weshalb sie mit mir Pickelgesicht zusammen war. So, wie sie aussieht, kann sie doch jeden Typen haben. Alle haben ihr hinterhergestarrt – auch wenn ich dabei war. Das hat mich total eifersüchtig gemacht, und das habe ich auch gezeigt.



Hülya, 15

Mir geht es momentan überhaupt nicht gut. Ich weiß nicht, wohin ich gehöre, weil ich zwischen zwei

Welten hin- und hergerissen bin: Meine Eltern achten sehr darauf, dass ich als Türkin alle Sitten und Bräuche unserer Kultur und unserer Religion einhalte. Und eigentlich tue ich das, was meine Eltern mir sagen. Aber jetzt habe ich mich in Leon verliebt, den coolsten Jungen der Klasse. Er empfindet auch etwas für mich und wir haben uns schon ein paar Mal heimlich getroffen. Es gefällt mir, für ihn mein Kopftuch abzulegen. Es gefällt mir, für ihn meine Haare so toll finden. Eigentlich möchte ich mich auch öffentlich mit ihm zeigen, aber das würden meine Eltern schon gar nicht erlauben.

M2 Vom Problem zur Krise

Von einer Krise sprechen wir, wenn ein für den „Kriselnden“ belastendes Ungleichgewicht zwischen der subjektiven Bedeutung des Problems und den Bewältigungsmöglichkeiten, die ihm zur Verfügung stehen, entstanden ist. Der „Kriselnde“ fühlt sich in seiner Identität, in seiner Kompetenz, das Leben einigermaßen selbstständig gestalten zu können, bedroht. [...] Der Ausdruck Krise wird für sehr viele Lebensbereiche gebraucht, so dass man annehmen darf, dass alles, was lebendig ist, in eine Krise geraten kann. Krisen werden als Dringlichkeitssituationen erlebt: [...] Der Mensch in einer solchen Situation fühlt sich ganz und gar hilflos, hat den Eindruck, es werde sich jetzt nie mehr etwas verändern, zumindest nie mehr zum Guten hin verändern. Oft wird das Bild gebraucht: Ich fühle mich wie in einem dunklen Schlauch, ich sehe nirgends einen Ausweg. Und dieses Erleben der Krise ist von panischer Angst begleitet. Das ganze Leben gerät in die Krise, nichts bleibt davon verschont.

Verena Kast

Krise

Als Krise [zu altgr. *krínein*: trennen, (unter-)scheiden] wird in medizinischen Zusammenhängen der Höhe- oder Wendepunkt einer Krankheit bezeichnet, der über den glücklichen oder unglücklichen Ausgang entscheidet. Allgemein versteht man darunter die Zuspitzung eines Problems oder eine schwierige Situation, die negative Folgen haben kann. Der Begriff wird in den verschiedensten Zusammenhängen (persönlichen, politischen, wirtschaftlichen, ökologischen usw.) gebraucht.

Aufgaben

- 1 Stellt dar, in welchen Situationen sich die Jugendlichen befinden. Welche Ratschläge würdet ihr ihnen geben? **> M1**
- 2 Arbeitet die Merkmale einer Krise nach Verena Kast heraus. **> M2**
- 3 Beurteilt mithilfe von M2 und des Infokastens, ob die Fälle in M1 Krisen sind bzw. zu Krisen führen können. **> M1/M2/Infokasten**
- 4 Benennt in Partnerarbeit weitere Krisensituationen und lasst andere Paare Ratschläge dazu geben. **V**

Schule – nur Druck und Stress?

M1 „Ich will nicht ...“



M2 Mein täglicher Kampf

Au! Tut das weh! Am Mittwoch hielt Martina es bis zur dritten Stunde aus. Vor dem Englischunterricht packte die 14-Jährige heulend ihre Hefte ein und stiefelte aus dem Klassenzimmer. „Ich habe solche Bauchschmerzen“, jammerte sie. „Ich gehe nach Hause.“ Dabei krümmte sich das Mädchen wie ein Fragezeichen.

Solche Tage sind bei Martina häufig. Nicht etwa, weil sie ihr Frühstück nicht verträgt. Für sie ist jede Stunde in ihrer Klasse die Hölle: Schon am Sonntag fängt Martina an zu zittern, wenn sie an den Unterricht am Montag denkt. Im Schlaf wälzt sie sich mit Albträumen hin und her. Kommen dann noch Bauchschmerzen hinzu, ist das Mädchen fast erleichtert – denn dann hat es einen Grund, die Schule zu meiden.

Martina leidet unter Schulangst, und sie ist kein Einzelfall. Sehr viele Schüler in Deutschland stehen mit ihren Lehrern, den Mitschülern oder ihren Fächern so auf Kriegsfuß, dass sie davon krank werden: Sie schlafen schlecht; bekommen Bauch- oder Kopfschmerzen oder Herzrasen. Manche haben sogar Depressionen – das heißt, sie werden so traurig, dass sie den ganzen Tag heulen könnten. [...]

Für schwächere Schüler kann ein Schultag so stressig werden wie ein Überlebenstrip im Dschungel. Überall lauern Gefahren und Fallen: erste Stunde Englisch? Ich kenne doch so viele Wörter nicht! Dann Physik? Schluck, da ist der Lehrer so fies! Viele Kinder halten das nicht aus – und flüchten.

Experten des Deutschen Jugendinstituts München schätzen, dass fünf bis zehn Prozent regelmäßig die

Schule schwänzen. Sie hängen in Kaufhäusern herum oder fahren mit der U-Bahn durch die Gegend. Natürlich wird dann alles noch schlimmer. Die Blaumacher bekommen erst recht schlechte Noten und schaffen oft nicht einmal den Schulabschluss. *Stefan Greschik*

35

M3 Ursachen von Schulangst

Schulangst ist ein inzwischen sehr verbreitetes Phänomen. Kinder können der Schule, damit der Quelle der Angst, nur dadurch entgehen, dass sie krank werden. Die Schmerzen haben in diesem Fall oftmals keine organischen Hintergründe, sondern sind im psychischen Bereich begründet. [...]

5

Wichtig ist es, den Grund für die Schulangst herauszufinden. Sind das die Mitschüler [...]? Nicht selten werden Schulkinder [...] für falsche Antworten im Unterricht ausgelacht [...]. Ist der Lehrer, der ein bestimmtes Fach unterrichtet, der Hintergrund für die Schulangst? Häufig sind die Ursachen für die Schulangst nicht nur Konflikte mit Mitschülern, sondern auch soziale Konflikte mit den Lehrern. Auch die Strukturen der Schule oder speziell des Unterrichts können Auslöser für Schulangst sein. [...]

10

15

Versagensängste sowie Ängste vor schlechten Noten können auch in einem Elternhaus begründet sein, in dem ein intensiver Leistungsdruck und eine hohe Erwartung an die Leistungen des Kindes gegeben sind. [...] Die Erwartungen an die Bildung und die entsprechenden Ansprüche an Schüler steigen in unserer Gesellschaft ständig an. Daraus resultiert, dass auch Eltern an die Leistungen ihrer Kinder immer höhere Erwartungen stellen. [...] Weiterer Grund für die Schulangst kann schlechte Erfahrung sein. [...] Kränkungen, Respektlosigkeit sowie Demütigungen [...] sind weitere Gründe, weshalb sich bei einem Kind die Schulangst ausprägen kann. Diese Erlebnisse können sich beim Kind so stark fixieren, dass es einen Außenseiterstatus bekommt, der wiederum Nährboden für Angriffe bietet. Das Kind befindet sich in diesem Fall in einem Kreislauf, der ständig abwärts führt und der die Ängste immer weiter verstärkt.

20

25

30

www.100-gesundheitstipps.de

M4 Schulangst – was tun? – Einige Tipps

- Sprich mit deinen Eltern über deine Probleme, sie können dir Mut machen und dich wieder aufbauen.
- Sucht gemeinsam das Gespräch mit deinen Lehrerinnen und Lehrern. Sie können dir helfen, die Ursachen deiner Angst zu finden und dir Tipps geben, wie du richtig lernst.
- Erinner dich daran, was du in der Vergangenheit schon alles erfolgreich geschafft hast und wie du das gemacht hast. Nimm dir vor, die Aufgaben, die vor dir liegen, genau so anzupacken.
- Versuche, deine Hausaufgaben zusammen mit Freundinnen/Freunden zu machen. Gemeinsam fällt das Lernen leichter als alleine.
- Wenn das alles nichts hilft, vereinbare einen Termin bei der schulpsychologischen Beratungsstelle.
- ...

M5 Schule – eine wichtige Phase im Leben

Der Psychoanalytiker Erik H. Erikson gliederte die Ich-Entwicklung des Menschen in einzelne Phasen. In jeder dieser Phasen steht ein anderes Thema als Entwicklungsaufgabe im Mittelpunkt. Gelingt es, die Entwicklungsaufgabe erfolgreich zu meistern, geht der Mensch gestärkt aus dieser Phase hervor. Das Schulalter bzw. die Schulpflicht fällt hauptsächlich in Phase 4 (6. Lebensjahr bis Pubertät), die ihre eigene besondere Anforderung aufweist:

„Ich bin, was ich lerne“. [...] Erfolgreich zu sein ist [in dieser Phase] wichtig. Neben dem Drang zum Spielen entwickelt das Kind [...] [den Wunsch], etwas Nützliches zu leisten. Diesen beiden Ansprüchen versucht die Schule, die in diesem Alter und auch noch länger besucht wird, gerecht zu werden. Neben dem spielerischen Lernen soll die Schule den Lernenden Möglichkeiten bieten, dass sie sich bestätigen können, in dem sie etwas Nützliches leisten. Falls hierbei Erfolgserlebnisse ausbleiben, entwickelt sich mit der Zeit ein Minderwertigkeitsgefühl [...] [oder] ein das ganze Leben überschattendes mangelndes Selbstbewusstsein. Für eine gesunde Entwicklung ist es deshalb nötig, dass den Kindern Erfolgserlebnisse ermöglicht werden. Auf dieser Stufe wollen Kinder alles beobachten und auch selbst aktiv mitmachen; sie wollen von den anderen gezeigt bekommen, wie man etwas Bestimmtes macht und es dann auch

selbst ausprobieren. [...] [Das Kind] möchte zumindest teilweise an der Welt der Erwachsenen teilnehmen. Gleichzeitig haben manche Kinder in diesem Lebensabschnitt das Gefühl, minderwertiger zu sein, wenn etwa ihre Fähigkeiten noch nicht ausreichen, das zu tun, was ein Erwachsener problemlos schafft. Manche Kinder in diesem Alter überfordern sich deshalb.
Werner Stangl

Das Stufenmodell nach Erikson

Phasen	Thema	Stärken
I: Säuglingsalter	Vertrauen / Misstrauen	Hoffnung
II: Kleinkindalter	Autonomie / Scham und Zweifel	Wille
III: Spielalter	Initiative / Schuldgefühl	Entschlusskraft
IV: Schulalter	Regsamkeit / Minderwertigkeit	Kompetenz
V: Adoleszenz	Identität / Rollenkonfusion	Treue
VI: Frühes Erwachsenenalter	Intimität / Isolierung	Liebe
VII: Erwachsenenalter	Entwicklung / Stagnation	Fürsorge
VIII: Alter	Integrität / Verzweiflung	Weisheit

Aufgaben

- 1 Beschreibt das Bild und überlegt, was dem Mädchen durch den Kopf gehen könnte. > **M1**
- 2 Verfasst einen Tagebucheintrag aus Martinas Sicht, in dem sie ihre derzeitige Situation darstellt. > **M2**
- 3 Sprecht über die unterschiedlichen Ursachen von Schulangst und fasst sie jeweils unter einer kurzen Überschrift zusammen. > **M3**
- 4 Stell dir vor, du wärst eine Freundin / ein Freund von Martina (M2). Begründe, welche dieser Tipps dir besonders hilfreich für Martina erscheinen. Welche weiteren Ratschläge würdest du ihr geben? > **M4/M2**
- 5 Erläutert das Stufenmodell und die besondere Entwicklungsaufgabe im Schulalter nach Erikson. > **M5**
- 6 Findet Beispiele für die Aufgaben in den anderen Lebensphasen. > **M5** **H**

Orientierungslos?

M1 Aber ja ... aber nein ... aber vielleicht doch?

In der Schule läuft es echt überhaupt nicht gut – und es macht mir auch alles keinen Spaß mehr! Soll ich nicht lieber nach der 10. abgehen und eine Ausbildung beginnen? Oder doch bis zum Abitur durchhalten? Ich bin mir so unsicher, was das Richtige ist!

Jetzt muss ich das Profil für die nächsten beiden Schuljahre festlegen. Am einfachsten für mich wäre bestimmt „Gesundheit und Soziales“. Aber „Technik“ würde mich eigentlich mehr interessieren. Oder doch lieber „Fremdsprachen“ – die brauche ich später im Berufsleben doch auf jeden Fall, oder? Aber eigentlich weiß ich ja noch gar nicht, was ich später mal machen will ...

Mein Freund hat zu mir gesagt, dass er mich verlassen würde, wenn ich tatsächlich schwanger sein sollte. Die Verantwortung für ein Kind wolle er so jung auf keinen Fall. Ich doch auch nicht! Ich habe bisher nie wirklich darüber nachgedacht, ob ich überhaupt mal Kinder will oder nicht ... Also doch, eigentlich schon, aber dann brauche ich einen echten Partner! Und jetzt ist das doch auch viel zu früh, ich habe doch gerade erst Abitur gemacht! Was mache ich bloß, wenn ich wirklich schwanger bin?

M2 Ab 18 wird es schwierig!



Der Psychologe Claus Koch (*1950) hat ein Buch darüber geschrieben, wie junge Menschen ihren Platz im Leben finden.

Mit 18 Jahren hat man es geschafft. Das Abitur ist in Reichweite, der gewünschte Studienplatz in Aussicht. Man darf seinen Führerschein

antwortung zu übernehmen. „Was dann folgt, ist der eigentliche Schritt zum Erwachsenwerden“, meint der Psychologe und Bildungsexperte Claus Koch. [...] „Die Lebensspanne zwischen 18 und 30 Jahren trifft die jungen Menschen noch viel stärker als die Pubertät“, sagt Koch. Das sind die „härtesten Lebensjahre“ überhaupt. Denn in dieser Zeit entscheide sich, was tatsächlich aus einer Person wird. Welchen Weg sie einschlagen wird. Fehler und Niederlagen haben wesentlich weitreichendere Konsequenzen als in anderen Entwicklungsphasen. „In der Schulzeit kann man auch mal ein Jahr problemlos wiederholen, ohne dass sich das auf das spätere Leben auswirkt“, sagt Koch. Doch was, wenn man mit 26 merkt, dass man auf das falsche Studium gesetzt hat? Was, wenn die langjährige Beziehung zum Freund oder Freundin kurz vor dem 30. Geburtstag in die Brüche geht? Man doch eigentlich eine Familie gründen wollte. „Spätestens mit Mitte 20 geht es darum, weitreichende Entscheidungen zu treffen“, sagt Koch. Die Eltern drehen langsam den Geldhahn zu. Plötzlich merken die jungen Menschen, dass das Leben, so wie sie es seit ihrer Kindheit gewohnt waren, ganz schön teuer ist. Selbst wer erfolgreich sein Studium abgeschlossen hat, merkt vielleicht erst jetzt, dass der hart erarbeitete Traumjob nicht zum gewünschten Lebensstandard führt. Dass es nur wenig erfüllend ist, sich von Praktikum zu Praktikum zu hangeln. Und auch Entscheidungs-

5 machen, hat vielleicht schon das erste eigene Geld verdient. Demnächst wird man das Elternhaus verlassen und sich dann nie wieder in die eigene Lebensgestaltung reinreden lassen. Schließlich ist man jetzt erwachsen. Doch stimmt das? [...]

10 „Ich bin fast 18 und hab keine Ahnung von Steuern, Miete oder Versicherungen. Aber ich kann ‘ne Gedichtanalyse schreiben. In vier Sprachen“, twitterte vor einiger Zeit die 17-jährige Schülerin Naina aus Köln und erfuhr dadurch bundesweite Aufmerksamkeit. Ihr Tweet wurde zehntausendfach geteilt. Offenbar konnten sich viele Menschen in die Schülerin hineinversetzen, sich an eigene Unsicherheiten in dieser Lebensphase zurückerinnern. Mittlerweile wird Naina bemerkt haben, dass die von ihr benannten Probleme nur Nichtigkeiten waren – und nichts mit den eigentlichen Herausforderungen zu tun haben, die ein junger Mensch in der Lebensphase zwischen 18 und 30 Jahren zu meistern hat.

20 Mit 18 ist man so frei im Leben wie niemals zuvor.
25 Gleichzeitig muss man lernen, was es bedeutet Ver-

gen in der Liebe können langfristige Konsequenzen mit
55 sich bringen. [...] Geht man von Beziehung zu Beziehung,
oder sucht man sich einen Partner, mit dem man sich
eine gemeinsame Zukunft vorstellen kann? [...] [Im Teenageralter]
sei das alles noch ganz anders, erklärt der Psychologe. [...] Die
60 Elternhaus bilden ein stabiles Netz, in dem man sich frei bewegen
kann, aber immer gut aufgefangen wird, wenn es einmal schwierig
werden sollte. „Man hat einen durchstrukturierten Tagesablauf,
die Eltern finanzieren den Lebensunterhalt.“ In dieser Entwicklungsphase
65 spiele vor allem die Frage „Wer bin ich?“ die entscheidende Rolle.
Mit 18 ist die Identitätssuche noch nicht abgeschlossen, aber es
kommen weitere Sinnfragen hinzu. Wohin will ich? Was erfüllt mich?
Was ist das Ziel? Und nicht immer geht es gut aus.
70 Die einen scheitern bei der Berufssuche, die anderen in der Liebe. [...]

Claus Koch, selbst 65 Jahre, weiß, wovon er spricht. Er ist Vater
von vier erwachsenen Kindern. Die drei Älteren sind um die 30,
der Jüngste gerade 18 geworden.
75 „Relativ problemlos konnte ich meine Söhne durch die Pubertät
begleiten“, sagt er. Er merkte dann aber auch, dass die schwierigsten
Krisen im Leben junger Menschen erst in den Jahren nach der
Volljährigkeit folgten. Und viele Eltern gar nicht wussten, wie
sie damit umgehen sollten. Welche Rolle sie in dieser Phase einnehmen
80 sollten. Manche entwickelten sich jetzt erst recht zu Kontrolleuren,
sogenannten Helicopter-Eltern. „Sie müssen lernen loszulassen,
bleiben aber Ratgeber und wichtige Wegbegleiter im Leben ihrer
85 Kinder“, sagt Koch. Ein erfahrener Gesprächspartner auf Augenhöhe
sei das, was die jungen Menschen am meisten brauchten.

Saara von Alten

Orientierung

Der Begriff *Orientierung* leitet sich vom Wort *Orient* ab, das auf das lateinische *oriens sol* (aufgehende Sonne) zurückgeht. Der Ort des Sonnenaufgangs erlaubt die Bestimmung der Himmelsrichtungen als Voraussetzung für Positionsbestimmung, Ziel- und Wegsuche. Orientierung ist darüber hinaus als Metapher für Bewertung von Optionen und Richtungsentscheidungen im geistigen Bereich gebräuchlich.

M3 Nimm dir Zeit für eine Selbsteinschätzung – Tipps vom Experten

Frage: Die heutige Lebens- und Arbeitswelt ist durch eine zunehmende Unübersichtlichkeit gekennzeichnet. Zukunftsentwürfe erweisen sich immer öfter als instabil. Was können Sie jungen Menschen raten, damit sie nicht orientierungslos werden? 5

Experte: Orientierung hängt immer zusammen mit Werten, mit dem, was eine Person für sich als wertvoll erachtet. Der erste Schritt zur Orientierung ist daher: sich selbst einschätzen, sich mit seinen Wertvorstellungen, Fähigkeiten und Talenten auseinandersetzen und herausfinden, was einem wichtig ist. Vor der Frage „Was will ich werden?“ steht also erst mal „Was kann ich gut?“ und „Was mache ich gern?“. Das herauszufinden, ist nicht immer einfach. Am besten geht man systematisch durch, wofür man sich am meisten interessiert, wie man gerne einen freien Tag verbringt, was einem die liebsten Hobbys sind usw. Wichtig ist dabei, dass die betreffende Person nicht nur darauf achtet, was sie *gut kann*, sondern vor allem darauf, was sie *am liebsten macht*. Das individuelle Interesse an einem Fachgebiet und die eigenen Fähigkeiten sind die besten Voraussetzungen für eine gelungene Ausbildung oder ein erfolgreiches Studium. Und sie helfen einem im späteren Berufsleben morgens auch besser aus dem Bett, wenn um sieben der Wecker klingelt. Klarheit über die eigenen Wertvorstellungen ist darüber hinaus in jedem Lebensbereich wichtig, um sich die richtigen Ziele zu setzen. Und dann kommt es darauf an, sich in seinem Handeln an diesen Zielen zu orientieren und die Optionen, die sich einem bieten, um diese Ziele zu erreichen, richtig einzuschätzen und zu ergreifen. 10 15 20 25 30

Aufgaben

- 1 Notiert in Partnerarbeit zu jedem Fall, was ihr den Jugendlichen raten würdet. Vergleicht danach eure Ergebnisse. > M1
- 2 Erläutert, inwiefern die Zeit zwischen 18 und 30 Jahren nach Claus Koch die härteste Zeit im Leben ist, und diskutiert seine Auffassung. > M2
- 3 Erklärt, wie nach dem Experten Selbsteinschätzung mit Orientierung zusammenhängt, und nehmt Stellung dazu. > M3

Jenseits der Norm?

M1 Nur zwei Sätze



Helena, die Protagonistin des Jugendbuches *Schön*. *Helenas größter Wunsch* ist fest davon überzeugt, nicht hübsch genug zu sein.

Eigentlich waren es nur zwei Sätze, die alles für mich veränderten. Aber ich bin mir sicher, ich werde sie nie, nie, nie vergessen. Der erste Satz fiel letztes Jahr im Kunst-

unterricht. Wir hatten eine neue Lehrerin, und sie lieb uns Kohleskizzen machen. Einmal einen Stein, einmal einen zufälligen Schatten ... und dann ... unseren Sitznachbarn. Nur sein Profil, eine schnelle Skizze in wenigen Strichen. [...]

„Mann, deine komische Rüsselnase ist echt kompliziert zu malen“, murmelte Henry in diesem Moment. [...] Er schaute mich an. Ich fühlte nichts, gar nichts. Absolut gar nichts.

„Ich ... komme gleich wieder“, murmelte ich schließlich benommen, als ich mich endlich wieder rühren konnte, und schob mich vom Stuhl. Ich schwitzte und fror zur gleichen Zeit. Ich fühlte mich wie krank, wie erschlagen, wie in Trance. [...]

Mein Gesicht war wie eine Wunde. Mein Gesicht war eine Wunde nach dieser Stunde im Kunstraum. Ich war nicht mehr ganz. Ich war verletzt. [...]

Der zweite Satz fiel auf Miriams fünfzehntem Geburtstag im letzten Winter. Stefano war auch da. Er hatte Miriam überraschend seinen alten PC geschenkt, weil er sich einen neuen zugelegt hatte. Stefano hat reiche Eltern, er ist immer sehr spendabel. Wir spielten ein Computerspiel, bei dem man Menschen kreierte und ihnen Haare und Augenfarben und Brillen verpasste [...].

„Mann, da gibt es nichts, was es nicht gibt“, sagte er kopfschüttelnd. „Eierköpfe, Punkfrisuren, Megatitten, Spitznasen, Schwabbelbäuche ...“ Mit einem Mausclick verließ er die Münder, die er sich gerade

angeschaut hatte, und kam zu den Kinnen.

„Da, ein markantes Räuber-Hotzenplotz-Kinn und ein Idiotenkinn und ein Kleopatra-Kinn, alles da“, lachte er. „Nur so ein Po-Kinn wie Helenas haben sie nicht im Sortiment. – Pech für dich, Helena ...“ Ich starrte auf meine Hände, der Tag versank in einem Strudel aus Schreck und Scham und Entsetzen. [...]

Die Nase meines Vaters. Und sein Kinn. Alles andere war auszuhalten: meine Haare, meine blasse Haut, meine regenpfützengrauen Augen. Aber nicht meine Nase. Nicht mein Kinn. Ich war hässlich. Henry und Stefano hatten nur ausgesprochen, was jeder sehen konnte. Was die Wahrheit war. [...]

In der Folge verschärft sich Helenas Krise immer weiter ... Ich – im Spiegel. Ich – Ich – Ich ...

Meine Nasenspitze berührt fast das Badezimmer-Spiegelglas. [...] Ein Laster. Ein Laster, der mich überfahren würde. Mitten über mein hässliches Gesicht.

Dann würde nichts mehr davon übrig sein. Nur Matsch. Matsch, der mal ich gewesen war. Ich fröstelte [...]. Ich [...] floh in mein Zimmer und schaltete den Computer ein. Suchmaschine. Begriff eingeben.

Ich tippte „Sophia Ernestine MacKenzie“ in meine Tastatur, den vollständigen Namen meiner hässlichen, verschollenen Großmutter.

„Es wurden keine mit Ihrer Suchanfrage übereinstimmenden Dokumente gefunden.“ Sie war eben doch tot. Hatte sie sich das Leben genommen?

Ich kniff die Augen zusammen und tippte aufs Geraetewohl „Besser aussehen“ in die Betreffzeile der Suchmaschine. Zweimillionenzweihundertdreißigtausend Treffer [...]! Ich fuhr mir über die Stirn, auf einmal war mir fast unerträglich heiß. Ich spürte Schweiß auf meinem Rücken.

Treffer 1–10. Weiter. Treffer 11–20. Weiter. Treffer 21–30. Meine Augen flogen unruhig über den Monitor. [...] Treffer 31–40: Wenn das Aussehen krank macht ... Krank.

Zuerst hässlich. Und dann hässlich und krank. Und dann kam der Laster, der einen von beiden Leiden befreite. Ich versuchte, es mir vorzustellen.

Ein kalter Winterabend wie dieser. Die Autobahn, die begann, wenn man das Kastanienwäldchen, das ja nur klein war, durchquert hatte. Erst dieser schnurgerade Weg an den Feldern vorbei, dann über die Autobahnbrücke, die man schon von weitem hörte, stetiges Motorengeheul, dann die steile, von Gestrüpp halb verborgene Treppe hinunter [...].
80 Diese Treppe, diese Autobahn. Die rechte Spur gehörte praktisch den Lastwagen. Wenn man dort den entscheidenden Schritt machte ...

M2 Schönheits-OP?

Die Suizidgedanken kann Helena zwar unter Kontrolle bekommen, doch setzt sie sich in den Kopf, wie ihre neue amerikanische Mitschülerin Jadis eine Schönheitsoperation durchführen zu lassen. Dazu möchte sie eine ärztliche Beratung in Anspruch nehmen und wendet sich im Städtischen Krankenhaus an den Schönheitschirurgen, der in ihren Augen wie ein Walross aussieht.

„Setzen wir uns“, schlug [...] [der Arzt] vor. Mit durchdringendem Blick starrte er mich, als wir saßen, an. [...] [Ich trug] mit leiser, gepresster Stimme mein Anliegen vor. [...] [Ich begann] mit Jadis, erzählte,
5 dass sie meine Freundin sei und sich ihre Nase in den Staaten habe korrigieren lassen, und leitete erst danach zu mir und meinem Problem über. Dann war es still im Raum. Nur eine Uhr an der Wand tickte.

„Soso“, sagte das Walross schließlich. Ich sah ihn stumm an. Ich fühlte mich erschöpft. Was würde jetzt passieren?

„Selemon“, sagte der Arzt plötzlich unvermittelt und sah mich dabei unverwandt an. „Wie bitte?“

„Selemon Abdul Sarabi, ein afghanischer kleiner
15 Junge ...“

Ich verstand kein Wort. Der Arzt erhob sich ächzend und nahm einen dünnen, grauen Aktenordner aus seinem Aktenschrank. Er öffnete ihn umständlich und zog eine kleine Fotografie heraus, die er vor
20 mich auf seinen Schreibtisch legte. [...]

Unsicher warf ich einen Blick auf das Foto. [...] Ein kleiner Junge mit großen schwarzen Augen war darauf zu sehen, ein kleiner Junge mit grotesk entstelltem, zerstörtem Gesicht. „Selemon Abdul Sarabi, sechs Jahre alt“, sagte der Arzt, und plötzlich klang
25 seine Stimme traurig. „Ein kleiner Bub aus der Nähe

von Kabul in Afghanistan. Die Amerikaner haben sein Dorf bombardiert. Und das ist das Ergebnis. – Kein schöner Anblick, nicht wahr?“ Ich schüttelte stumm den Kopf.

„Und mehr als ein trauriger Anblick ...“ Der Arzt trommelte mit seinen Fingerspitzen auf der Tischplatte seines Schreibtisches. „Selemon konnte nicht mehr sprechen, nicht schlucken, kaum atmen. So kam er hierher nach Deutschland. Ich habe ihn operiert. Plastische Chirurgie. Dazu taugt sie. Leben zu retten oder Leben ertragbar zu machen.“

Seine kleinen Käferaugen musterten mich freundlich. „Du bist ein hübsches Mädchen, mein Mädchen. Du brauchst keinen Chirurgen. Du bist in Ordnung, wie du bist. Glaub das einem alten, dicken, lebenserfahrenen Walross ...“ Verrückt, dass er denselben Ausdruck benutzte, den ich ihm im Stillen gegeben hatte. Schwerfällig begleitete er mich zur Tür seines Büros und drückte mir dort die Hand. Sie war weich und warm und riesig. „Und die Amis könnte ich manchmal auf den Mond jagen für den Unsinn, den sie den lieben langen Tag treiben“, sagte er abschließend. „Unschuldige Menschen bombardieren auf der einen Seite – und an gesunden Nasen und Brüsten und Hintern herumschnippeln auf der anderen Seite. Wenn du mich fragst, völlig verrückt, dieses Volk!“

M3 SMS vom Vater

Wenn du dich selbst respektierst, respektieren dich auch die anderen!
In Liebe, Pa

M1–M3: Jana Frey

Aufgaben

- 1 Erläutert, welche Auswirkungen die Sätze von Henry und Stefano auf Helena haben und wie sie in der Folge immer stärker in eine Krise gerät. > M1
- 2 Stellt dar, wie der Schönheitschirurg versucht, Helena von ihrem Vorhaben abzubringen. Nehmt Stellung zu seiner Ansicht. > M2
- 3 Versetze dich in Helenas Lage: Was würdest du an ihrer Stelle tun? > M2
- 4 Überlegt, was der Vater Helena mit seiner SMS sagen will. Nehmt Stellung zu seiner Auffassung. > M3

Wenn es das Leben nicht gut meint

M1 Aufgaben kommt nicht in Frage!



Filmplakat zu der Verfilmung des Romans von John Green (2012)

Die 16-jährige Hazel Grace Lancaster befindet sich wegen ihres Krebsleidens in einem Krankenhaus.

Es dauerte acht Tage, bis ich wieder nach Hause kam, acht Untage, in denen ich die Deckenverkleidung anstarrte und fernsah und schlief und Schmerzen hatte und wünschte, dass die Zeit verging. Ich sah weder Augustus noch sonst jemanden außer meinen Eltern. Meine Haare standen ab wie ein Vogelnest; mein schlurfender Gang war wie bei einem Demenz-Kranken. Doch jeden Tag fühlte ich mich etwas besser, aus jedem Schlaf wachte jemand auf, der mir etwas ähnlicher war. Schlaf war gut gegen Krebs, sagte mein Hausarzt Dr. Jim zum tausendsten Mal, als er sich eines Morgens mit einer Entourage von Medizinstudenten über mich beugte.

„Dann bin ich eine Krebskampfmaschine“, sagte ich.
 „Das bist du Hazel. Ruhe dich weiter aus, und hoffentlich kannst du am Montag nach Hause.“
 Am Montag hieß es, ich könne am Dienstag nach Hause. Am Dienstag sagten sie Donnerstag, und ich

glaubte schon fast, ich wäre das Opfer eines [...] Experiments, bei dem mir die Erfüllung meiner Wünsche ständig vorenthalten wurde, als Dr. Maria am Freitagmorgen hereinkam und schließlich sagte, ich konnte gehen.

Mom machte ihre übergroße Handtasche auf, und ich sah, dass sie die ganze Zeit meine Nach-Hause-Gehkleider dabeigehabt hatte. Eine Schwester kam herein und nahm mir den Tropf ab. Ich fühlte mich befreit, auch wenn ich immer noch an meine Sauerstoffflasche gekettet war. Ich ging ins Bad, duschte zum ersten Mal seit einer Woche, zog mich an, und als ich wieder herauskam, war ich so müde, dass ich mich hinlegen musste, um Luft zu holen. Mom fragte: „Willst du Augustus sehen?“

„Ich schätze schon“, sagte ich nach einer Minute. Ich stand auf, schlurfte zu einem der Plastikstühle, die an der Wand standen, und stellte die Sauerstoffflasche unter den Stuhl. Es strengte mich an.

Nach ein paar Minuten kam Dad mit Augustus [den Hazel in einer Selbsthilfegruppe kennengelernt hatte] zurück, dessen Haare verstrubbelt waren und ihm in die Stirn hingen. Als er mich sah, strahlte er mich mit seinem echten albernen Augustus-Waters-Grinsen an, und unwillkürlich lächelte ich zurück. Er setzte sich neben mich in einen blauen kunstledernen Lehnstuhl. Dann beugte er sich zu mir und konnte das Grinsen nicht unterdrücken.

Meine Eltern ließen uns allein, was mir irgendwie peinlich war. Ich gab mir Mühe, seinem Blick nicht auszuweichen, obwohl seine Augen so schön waren, dass es mir schwerfiel hineinzusehen. „Ich habe dich vermisst“, sagte Augustus.

Meine Stimme war leiser, als ich wollte. „Danke, dass du nicht versucht hast, mich zu sehen, als ich grauenhaft aussah.“

„Ehrlich gesagt, siehst du immer noch ziemlich schrecklich aus.“

Ich lachte. „Ich habe dich auch vermisst. Ich wollte nur nicht, dass du ... das alles siehst. Ich wollte, dass ... Egal. Man kriegt nicht immer, was man will.“

60 „Wirklich nicht?“, fragte er. „Und ich dachte immer, die Welt ist eine einzige Wunscherfüllungsmaschine.“

John Green

M2 Kritische Lebensereignisse

Ein Minimalkonsens besteht darin, dass kritische Lebensereignisse weit außerhalb des normalen Erwartungs- und Erfahrungshorizonts und jenseits des Alltags von Menschen liegen und dass sie von 5 heftigen Emotionen begleitet sind. Die Tatsache, dass es sich um einschneidende, das Leben oft gravierend verändernde und in aller Regel außerordentlich belastende Erfahrungen handelt, rückt sie in die Nähe zu [...] *Stress*, auch wenn kritische Lebensereignisse 10 in der Regel weit über das hinausgehen, was wir in der Alltagssprache unter „Stress“ verstehen. Beispielhaft für kritische Lebensereignisse sind der Verlust geliebter Menschen durch Tod oder Trennung, der Verlust der Heimat im Zuge von Vertreibung oder 15 erzwungener Wohnortwechsel (z. B. im Fall beruflich bedingter Mobilität), der Verlust geliebter Objekte wie auch der Verlust wertvoller Ressourcen (z. B. Hörvermögen, Gesundheit). Oft sind diese Verluste unwiderruflich, das Verlorene ist unwiederbringlich 20 und lässt sich nicht einfach „ersetzen“. Beispielhaft für kritische Lebensereignisse sind aber auch Erfahrungen, die unser soziales Ansehen und unser Selbstwertgefühl auf den Prüfstand stellen, die unsere Grundüberzeugungen als Basis unserer [...] Sicherheit 25 erschüttern oder die fundamentale Anliegen, wie das Bedürfnis nach körperlicher Unversehrtheit oder Zugehörigkeit zu anderen Menschen, bedrohen.

Sigrun Heide-Filipp, Peter Aymanns

M3 Hilfsangebote

Personale Voraussetzungen mögen im günstigen Falle dazu beitragen, dass ein kritisches Ereignis keine (nachhaltigen) Beeinträchtigungen der Gesundheit und des Wohlbefindens nach sich zieht: Es geht 5 um Ressourcen der unterschiedlichsten Art, auf welche die Person – einem Schutzschild gleich – zurückgreifen kann [...]. [...] [Doch] können diese zuweilen nicht ausreichen, um mit dem belastenden Geschehen und/oder der grundlegend geänderten Lebens-


situation zurechtzukommen. Wenn Lebensentwürfe 10 plötzlich zusammenbrechen, wenn nichts mehr zu gelingen scheint, wenn nur noch negative Gefühle, Angst und Ausweglosigkeit vorherrschen, [...] dann wächst die Gefahr, dass Menschen in eine emotionale 15 Krise geraten, aus der sie keinen Ausweg mehr sehen. Gerade weil die Betroffenen sich immer mehr als eingeeengt erleben, kann der Blick von außen helfen, neue Perspektiven zu entwickeln. Durch eine zeitlich begrenzte professionelle Begleitung in der 20 Krise kann ein besseres Verständnis für die geänderte Situation gewonnen werden, können Ordnung in Gedanken und Gefühle gebracht, neue Bewältigungsmöglichkeiten erschlossen, aber auch persönliche 25 Gefährdungen für Leib und Leben erkannt und abgewendet werden.

Sigrun Heide-Filipp, Peter Aymanns

Hier findest du Hilfe:

- Nummer gegen Kummer:
116 111 (Montag bis Samstag, 14–20 Uhr, anonym und kostenlos)
<https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html>
- Telefonseelsorge:
0800/111 0 111 · 0800/111 0 222 · 116 123
(24 Stunden, 365 Tage im Jahr, Anruf kostenfrei)
<https://www.telefonseelsorge.de/>
- Schulpsychologinnen und -psychologen an deiner Schule
- psychiatrische Ambulanzen an deinem Heimatort

Aufgaben

- 1 Stellt dar, wodurch deutlich wird, dass Hazel den Kampf gegen den Krebs nicht aufgibt. Was hilft ihr, mit ihrer gesundheitlichen Krise zurechtzukommen? > M1
- 2 Seht euch den Film an und ordnet den Romanausschnitt in den Gesamtkontext ein. > M1 
- 3 Führt Beispiele für Schicksalsschläge und Lebenskrisen an, die ihr aus Filmen und Büchern kennt. > M1
- 4 Benennt mögliche Quellen, aus denen man Kraft schöpfen kann, um Lebenskrisen bewältigen zu können. > M2
- 5 Überlegt, wann man professionelle Hilfe in Anspruch nehmen bzw. dies einem Freund oder einer Freundin raten sollte. > M3

Wie Krisen verlaufen können

M1 Protokoll einer Lebenskrise

Zu Beginn des ersten Semesters ihres Psychologie-Studiums lernte Daniela ein 21-jähriges Mädchen kennen, das eine schwierige Zeit hinter sich hatte. Melanie erklärte sich zu einem Interview bereit:

Daniela: Melanie, du leidest an Bulimie bzw. hast daran gelitten. [...] Wie hat deine Krise denn angefangen? [...]

Melanie: „[...] Da war ich so dreizehn, vierzehn. [...] Zu der Zeit teilte sich die Klasse grade in die typischen Pubertätscliquen. Ich hatte viele meiner Freunde verloren [...]. Ich erinnere mich an eine Klassenreise: Ich hab die Leute oft gefragt, ob sie wüssten, wer ich bin. Für mich waren das damals philosophische Fragen, und ich mochte dieses erhabene Gefühl, das dem Wort „Sinnkrise“ anhaftete. Ich habe nicht gemerkt, dass es mir wirklich nicht gut ging. Aber meine Freunde sprachen mich dann an, und sagten mir, dass sie mich als „seelisch unausgeglichen“ empfinden würden. Sie rieten mir, zu einem Psychologen zu gehen. Für mich war das damals, als ob mir jemand einfach so sagen würde: „Du bist verrückt!“, obwohl ich mich als völlig gesund empfand. Ich dachte im Leben nicht daran, eine Therapie zu machen, und fühlte mich durch die Reaktion meiner Freunde eher unverstanden. [...]

Auch als dann ein paar Monate darauf mein Essverhalten sich veränderte, und daraufhin meine Menstruation ausblieb, habe ich lange noch nicht mal den Gedanken gehabt, ich könne eine Krankheit haben. Für mich war Hungern einfach ein Weg, endlich zu bekommen, was ich wollte: Eine gute Figur, d. h. eine Beziehung und Ansehen in der Clique, zu der ich nicht gehörte. – Eine Krankheit war das damals bestimmt nicht für mich.“

Daniela: Und [...] dann [...]?

Melanie: „Ich weiß nicht genau, wie lange es gedauert hat, aber irgendwann habe ich gemerkt, dass es mir nicht gut geht, und dass irgendwas nicht stimmt. Das war in der Phase, wo ich dann schon abwechselnd Heißhungerattacken hatte, und dann wieder hungerte. Ich bekam das alles nicht mehr in den Griff, verlor

die Kontrolle. Auch mit den Leuten in der Schule hatte ich Probleme. Und vor allem mein mangelndes Selbstbewusstsein nagte an mir. [...] 40

Ich wollte nicht, dass es mir so geht, dass ich das alles nicht mehr unter Kontrolle habe. Ich wollte einfach nur normal sein. Sicher habe ich mich ohnmächtig gefühlt und so. Denn ich wusste einfach nicht, wie ich wieder ein normales Verhältnis zum Essen bekommen sollte, und ich hasste meinen Körper, und ich hatte Depressionen. 45

Mein Vater machte schließlich den Vorschlag, in Therapie zu gehen. Ich glaube, es hat mich wie damals auf der Klassenreise verletzt, dass er mir das sagte, aber ich habe mir eine Therapeutin gesucht.“ 50

Daniela: Wie ging es dann weiter? [...]

Melanie: „[...] Schon nach den ersten Probestunden bei meiner Therapeutin [...] begann [ich] mein Leben auf den Kopf zu stellen: Ich musste meine Pubertät nachholen, die ich nie gelebt hatte – da war ich achtzehn. Ich begann eine Beziehung zu einem Typen, der zu der Zeit auf Drogen war – [...] echt nicht das, was in die Welt meiner Eltern gepasst hätte. [...] Ich wollte „Erfahrungen machen“, wie ich es nannte. Ich lernte unabhängig und gegen ihren Willen Entscheidungen für mich zu treffen, Risiken einzuschätzen – ich entwickelte eigene Werte. [...] Ich wollte keine Angst mehr haben. Es war eine spannende Entdeckungsreise [...].“ 55

Daniela: Zu der Zeit fand wahrscheinlich ein [...] Übergang [...] statt. Wie erlebst du diese Phase?

Melanie: „Meine Einstellung zu der Krankheit hat sich verändert: Die Essstörung ist nicht mehr ein Feind, sondern ein hilfreicher Indikator dafür, wann etwas in meinem Leben nicht in Ordnung ist. Diese Zeichen sagen mir, wenn ich auf mich aufpassen und mir Zeit für mich nehmen sollte. [...] Ich habe einen neuen Selbst- und Wertebezug bekommen, das kann man wohl so sagen... [...]“ 60

Ich bin zwar nicht völlig durch, aber ich kann ein Leben führen, das sich nicht nur zwischen Kühlschrank, Waage, Spiegel, Depressionen und Suizid-

gedanken abspielt. Ich habe die Verantwortung für
80 mein Leben in die Hand genommen, an einem Punkt,
an dem mir keine andere Wahl mehr blieb: Untergehen
oder Verantwortung übernehmen. Da habe ich
mich eben für Letzteres entschieden.“

Daniela: Wie sieht deine Einstellung zu deiner Krise
85 jetzt aus? Siehst du positive Folgen oder Bereicherungen,
die du ohne die Krankheit nicht erfahren hättest?

Melanie: Ja, klar! Heute kann ich wirklich sagen, ich
bin froh, dass ich krank war! Ich wäre nicht der Mensch,
der ich jetzt bin! Ohne diese Krise wäre ich wahrschein-
90 lich weder Frau, noch erwachsen, noch ich, noch glücklich
geworden. Sie war nötig, um mich aus der
Situation zu befreien, in der ich mich vorher befand.
Vor allem aber habe ich gelernt: Alles ist egal –
nur eines zählt: Ich möchte mit mir im Reinen sein,
95 mich lieben, mich leben, mich glücklich machen.

[...] Ich bin so viel reicher als vorher, so viel stärker
und so viel tiefer. Viele meiner heutigen Interessen,
und viele Schichten des Lebens hätte ich ohne die
Krankheit und die Therapie vielleicht nie – oder wenn,
100 dann erst viel später – gefunden. *Michael Müller*

M2 Die Phasen einer Krise

Nach Verena Kast verläuft jede Krise nach folgendem
Schema:

1. Phase des „Nicht-wahrhaben-Wollens“

- Empfindungslosigkeit [...]
- Gefühl der Leere, wie versteinert [...]



2. Phase der aufbrechenden, chaotischen Emotionen

- Schmerz, Wut, Zorn, Freude, Angst vor Leben und Tod [...]



3. Phase des Suchens, Findens und Sich Trennens

- Akzeptieren des Geschehenen
- Übernehmen der Eigenverantwortung für das Leben
- Man beginnt Freude und Erleichterung zu empfinden



4. Phase des neuen Selbst- und Weltbezuges

- Öffnung zur Umwelt
- Loslassen des Schmerzes
- Entstehen neuer Werte
- Neue Beziehungen werden erschlossen *Michael Müller*

M3 Können Lebenskrisen Positives bewirken?

危机

Weiji ist das chinesische Wort für Krise

危: *Wei trägt die Bedeutung „Gefahr, Bedrohung“*

机: *Ji bedeutet hier „wichtiger Zeitpunkt“ bzw. „Chance“*

Und Krisen geben immer auch Denkanstöße für Verbesserungen, Fortschritte und positive Entwicklungen. Aus Krisen lernen viele Menschen beispielsweise

- das Leben mehr zu schätzen,
- sich und ihre Bedürfnisse wichtig zu nehmen,
- sich selbst weniger wichtig zu nehmen
- Beziehungen zum Partner und zu Freunden wichtiger zu nehmen
- was wirklich wichtig ist im Leben
- zum Glauben zu finden
- mehr auf ihre Gesundheit zu achten
- sich weniger über Kleinigkeiten aufzuregen
- sich ihrer inneren Stärke bewusst zu werden.

Mit anderen Worten: Viele Menschen gehen aus Krisen gestärkt hervor. *Rolf Merkle*

M4 Krise als Chance

Eine Krise kann ein produktiver Zustand sein. Man muss ihm nur den Beigeschmack der Katastrophe nehmen.

Max Frisch

Aufgaben

- 1 Stellt dar, worin Melanies Krise besteht und wie diese sich entwickelt hat. > **M1**
- 2 Erläutert die Phasen einer Krise nach Verena Kast. Arbeitet heraus, wie sich diese Phasen in Melanies Fall (M1) zeigen. > **M2**
- 3 Interpretiert das chinesische Wort für Krise und erläutert, inwieweit Lebenskrisen Positives bewirken können. > **M3**
- 4 Nehmt Stellung zu Max Frischs Aussage. > **M4**

Wenn Krisen krank machen

M1 Überforderung, Depressionen, Drogen – Justin Biebers Instagram-Beichte

Der kanadische Popstar Justin Bieber gab auf seiner Welttournee 2016/17 über 150 Konzerte in 40 Ländern. Die letzten 14 Shows stornierte er. Über die Gründe schweig er zwei Jahre lang. Im September 2019 offenbarte er sich in einem Post auf Instagram.



Andere haben damals alles für mich erledigt, so dass ich es niemals lernte, auch nur ein Stück weit Verantwortung zu übernehmen. Zu diesem Zeitpunkt war ich 19 – ohne alle Fähigkeiten, in der Realität zurechtzukommen, besaß Millionen von Dollars und konnte mir alles leisten, was ich wollte. [...] Im Alter von 20 hatte ich jede schlechte Entscheidung, die man treffen kann, schon hinter mir und entwickelte mich von einem der meist geliebten und verehrten Personen in der Welt zu einer, die in höchstem Maße lächerlich gemacht, verurteilt und gehasst wurde. [...] Viele tourende Bands und Künstler gleiten [...] in eine Phase des Drogenmissbrauchs ab, und ich glaube, das kommt daher, dass sie mit den Höhen und Tiefen, die damit verbunden sind, Unterhaltungskünstler zu sein, nicht richtig umgehen können. Ich fing im Alter von 19 Jahren an, ziemlich harte Drogen zu nehmen, und missbrauchte alle meine Beziehungen. Ich wurde reizbar, respektlos gegenüber Frauen und zornig. Ich distanzierte mich von allen, die mich liebten und versteckte mich hinter der Fassade einer Person, zu der ich geworden war. Es fühlte sich an, als ob ich niemals mehr da rauskäme. Es dauerte Jahre, davon freizukommen und wieder Tritt zu fassen, zerbrochene Beziehungen zu reparieren und meine Verhaltensweisen zu ändern. Glücklicherweise segnete mich Gott mit außergewöhnlichen Menschen, die mich lieben, wie ich bin. Jetzt verbringe ich die beste Zeit meines Lebens. *Justin Bieber auf Instagram, 2019*

Es ist schwer, morgens mit der richtigen Einstellung aufzustehen, wenn du erdrückt wirst von deinem Leben in der Vergangenheit [...], wenn es sich so anfühlt, dass es Sorgen über Sorgen über Sorgen gibt. Du siehst eine Enttäuschung nach der anderen auf dich einstürzen. Manchmal kommst du an den Punkt, wo du nicht mehr leben möchtest, wo du fühlst, dass sich nichts ändern wird. [...]

Habt ihr die Statistiken gelesen, was aus Kinderstars geworden ist? Da wird ein Kind, dessen Gehirn, Emotionen und [...] Entscheidungsvermögen noch nicht entwickelt sind, einem ungeheuren Druck ausgeliefert. Wenn dann noch der Starruhm hinzukommt, macht das etwas mit dir, das ganz und gar unerklärlich ist. [...] Nachdem mein Talent entdeckt wurde, dauerte es keine zwei Jahre, bis ich ultraerfolgreich war. Meine ganze Welt wurde auf den Kopf gestellt. Aus einem 13-jährigen Schuljungen aus einer Kleinstadt wurde jemand, den Millionen überall in der Welt priesen, von dem Millionen sagten, wie sehr sie ihn liebten und wie toll er sei. [...] Wenn man so etwas als Jugendlicher oft genug hört, fängt man an, es zu glauben. Vernunft und Entscheidungsvermögen entwickeln sich erst mit dem Älterwerden (ein Grund, warum man Alkohol nicht vor dem 21. Lebensjahr trinken darf).

Sucht/Abhängigkeitssyndrom

Sucht geht zurück auf das althochdeutsche Wort *siechen* (an einer Krankheit leiden).

Im medizinischen und sozialen Bereich ist der Begriff heute nicht mehr gebräuchlich. Er wurde zunächst durch den Begriff Missbrauch ersetzt, doch mittlerweile lautet die Bezeichnung Abhängigkeitssyndrom.

Man unterscheidet stoffliche Abhängigkeiten (z. B. von Zigaretten, Alkohol, Medikamenten oder anderen Substanzen) und nichtstoffliche Abhängigkeiten (Verhaltenssuchte, z. B. Spielsucht).

M2 Absturz eines Multimillionärs



Der ehemalige Millionär Klaus F. Schmidt, heute Unternehmensberater, hat ein Buch über seine Spielsucht geschrieben. Er trifft sich mit einem Journalisten, der einen Bericht über ihn verfassen will.

Journalist: Herr Schmidt, wie geht es Ihnen?

Schmidt: Ich lebe unterm Dach, meine Miete konnte ich

5 schon lange nicht mehr bezahlen. Den Strom hat man mir abgestellt.

Journalist: Dabei waren Sie doch mal einer der reichsten Männer Deutschlands.

Schmidt: Ja, ich habe bis Ende der 90er Jahre 5 Mil-
10 lionen Mark mit einem Sprudelwassergerät verdient.

Journalist: Und wo ist das Geld heute?

Schmidt: Innerhalb von zwei Jahren habe ich alles verloren.

Journalist: Wie ist das gekommen?

15 **Schmidt:** Ich bin spielsüchtig. Ich habe alles verspielt.

Journalist: Wie ist es dazu gekommen?

Schmidt: Die Tätigkeit in meiner Firma war extrem stressig – ich bekam gesundheitliche Probleme. Da

20 hörte auf zu arbeiten. Ich leistete mir eine Luxusvilla und eine Yacht, aber das alles füllte mich nicht aus.

Ich hatte keine Aufgabe mehr und verspürte eine große innere Leere, mein Leben war sinnlos. In dieser

Zeit geriet ich durch Zufall in eine Spielbank. Da

25 habe ich gleich einen Kick verspürt, den ich schon lange nicht mehr kannte.

Journalist: War es Ihnen keine Warnung, als Sie beim Spielen das erste Geld verloren haben?

30 **Schmidt:** Wenn ich Geld verloren hatte, dachte ich mir immer: „Das hole ich mir am nächsten Tag wieder!“

Eines Tages war es dann soweit, dass ich einfach nicht mehr aufhören konnte. Mit dem Mantel an der Garderobe hatte ich auch meinen freien Willen

abgegeben. Stundenlang saß ich am Roulettetisch.

35 Um nur ja keine Stunde der Öffnungszeiten zu verpassen, schlief ich sogar in einem Wohnwagen auf dem Parkplatz hinter dem Casino. Ich spielte von 15:00

Uhr bis zum anderen Morgen um 3:00 Uhr – bis das Casino schloss, ohne Pausen.

Journalist: Ohne Pausen? Haben Sie während dieser 40 Zeit denn keine Nahrung zu sich genommen?

Schmidt: Nichts – ich war so auf das Spielen fixiert, dass ich total vergessen habe, etwas zu essen.

Journalist: Und wie waren Ihre sozialen Kontakte in der Spielbank? 45

Schmidt: Ich hatte keine. Ich wollte mit den Anwesenden keinen näheren Kontakt haben. Mich interessierte ausschließlich das Spielen am Roulette-Tisch.

Journalist: Was ist denn mit Ihrer Familie und Ihren Freunden? 50

Schmidt: Meine Frau und meine Kinder habe ich in dieser Zeit nicht mehr gesehen. Meine Familie ist zer-

rüttet. Meine Freunde habe ich angelogen. Immer wenn sie sich mit mir treffen wollten, habe ich Aus-

reden erfunden, um weiterhin zocken zu können. 55

Journalist: Und wie haben Sie es schließlich geschafft, von Ihrer Abhängigkeit frei zu kommen?

Schmidt: Ich habe aufgehört, weil ich aufhören muss-
60 te. Als ich kein Bargeld mehr hatte, habe ich mein Haus, mein Auto und meine Yacht verkauft. Eines

Tages aber war Schluss, ich hatte keine einzige Mark mehr in der Tasche. Da bin ich zum Amt gegangen

und habe Hartz IV beantragt.

Journalist: Würden Sie sich heute als geheilt bezeich-
65 nen?

Schmidt: Nein, wenn ich eine Spielbank betreten würde, könnte ich für nichts garantieren. Aber zum

Glück werde ich in kein Casino mehr hineingelassen.

Aufgaben

- 1 Erläutert die Bekenntnisse von Justin Bieber und Klaus F. Schmidt unter folgenden Aspekten: > M1/M2
 - Wovon waren sie jeweils abhängig?
 - Welche Umstände führten sie zu ihrer jeweiligen Abhängigkeit?
 - Wie zeigte sich ihre Abhängigkeit?
 - Wie kamen sie von ihrer Abhängigkeit frei?
- 2 Beschreibt weitere Süchte/Abhängigkeitssyndrome, von denen ihr schon einmal gehört habt.

„Ich zock doch gar nicht viel ...“

M1 Gaming



M2 Fast 100.000 Kinder spielsüchtig

Im Umgang mit Computerspielen zeigen nach Hochrechnungen rund 465.000 Kinder und Jugendliche in Deutschland ein auffälliges Verhalten, das bis zur Sucht reichen kann. Das ist das Ergebnis einer Studie des Deutschen Zentrums für Suchtfragen und der Krankenkasse DAK-Gesundheit [...]. Die Suchtexperten sehen bei rund zwölf Prozent der 1000 für die Studie befragten Teilnehmer im Alter zwischen zwölf und 17 Jahren Anzeichen riskanten und bei rund drei Prozent sogar Anzeichen krankhaften Spielverhaltens. Das entspräche hochgerechnet rund 93.000 Minderjährigen.

Längst werden nicht nur Computer oder Konsolen, sondern auch mobile Geräte wie Handys oder Tablets zum Spielen genutzt. Besonders beliebt sind die Spie-

le Fortnite, Minecraft und Fifa. Laut der DAK-Studie spielen 72,5 Prozent der Jugendlichen regelmäßig solche Spiele. Dabei variiert die Nutzungszeit erheblich. Drei Prozent der Zwölf- bis 17-Jährigen spielten täglich bereits derart lang und oft Computerspiele, dass sie als süchtig gelten müssen.

Jeder vierte dieser Risiko-Spieler verbrachte am Wochenende fünf Stunden und mehr pro Tag mit Computerspielen. Im Durchschnitt spielten Risiko-Gamer während der Woche knapp drei Stunden täglich. Kinder und Jugendliche mit unauffälligem Spielverhalten saßen während der Woche täglich immerhin im Durchschnitt zwei Stunden und zehn Minuten vor dem Computer, am Wochenende waren es täglich drei Stunden und 17 Minuten.

Jan Drebers / Holger Möhle

M3 Zocker erzählen

Wenn ich aus der Schule komme und schlecht gelaunt bin, weil ich 'ne Arbeit verhaun hab', würde ich am liebsten sofort in mein Zimmer gehen und zocken. Dabei kann man sich voll gut abreagieren. Nach ein, zwei Stunden bin ich dann total entspannt und bleibe cool, auch wenn meine Mutter stresst. An den Wochenenden treffe ich mich mit Sven und Ruben. Dann trinken wir Cola, essen Chips, laden Spiele runter und zocken. Klar, da sind auch Spiele dabei, von denen meine Eltern behaupten, sie hätten keinen guten Einfluss auf mich.

Hendrik

Tobias

Ich konnte mich gestern während des Unterrichts überhaupt nicht konzentrieren. Noch nicht einmal in Mathe. Dabei ist doch gerade Mathe eines meiner Lieblingsfächer. Immer wieder habe ich in meiner Jackentasche gefühlt, ob die CD-ROM mit der neuesten Version meines Lieblingsspiels auch wirklich noch da ist. Dauernd musste ich mir vorstellen, wie es ist, in die vierte Ebene vorzudringen und das Spiel an dieser schwierigen Stelle mit Rekordpunktzahl zu beenden. Ich habe immer wieder gedacht: „Wenn doch bloß die Schule endlich zu Ende wär!“

M4 Selbsttest Computerspielsucht

Der folgende Test gibt Auskunft darüber, ob man sein Computerspielverhalten unter Kontrolle hat oder ob man gefährdet ist, eine Computerspielsucht zu entwickeln.

1. Musst du immer länger Computerspiele oder Online-Spiele spielen, um den gewünschten Kick zu erreichen oder ausreichend befriedigt zu sein?
2. Bist du ständig gedanklich mit Computerspielen oder Online-Spielen beschäftigt (Denkst du an das Spiel, auch wenn gerade nicht gespielt wird, oder planst du die nächsten Spielvorhaben)?
3. Fühlst du dich unruhig oder reizbar, wenn du versuchst, dein Computer- oder Online-Spielen einzuschränken oder darauf zu verzichten?
4. Hast du Freunde oder Familienangehörige über das Ausmaß deines Computer- oder Online-Spielver-

haltens angelogen oder versuchst du, es vor diesen zu verheimlichen?

5. Hast du schon häufiger erfolglos versucht, dein Computer- oder Online-Spielen unter Kontrolle zu bekommen, einzuschränken oder es ganz aufzugeben?
6. Nutzt du Computer- oder Online-Spiele als einen Weg, um vor Problemen zu fliehen oder dich von negativen Gefühlen wie Hilflosigkeit, Schuld, Angst oder Niedergeschlagenheit abzulenken?
7. Hast du Freundschaften aufgrund deines Computer- oder Online-Spielverhaltens verloren?
8. Hast du deine Schulausbildung aufgrund deines Computer- oder Online-Spielens gefährdet?
9. Hast du das Gefühl, du könntest ein Problem mit Computer- oder Online-Spielen haben?
10. Haben dich Familienangehörige oder Freunde hinsichtlich deines Computer- oder Online-Spielverhaltens kritisiert oder sich Sorgen gemacht, dass du zu viel spielst?

nach: Charité

Medientipp (Film):

Play (Deutschland 2019, Regie: Philip Koch) – Psychodrama um eine Schülerin, die exzessiv in eine virtuelle Spielwelt abtaucht

Aufgaben

- 1 Erklärt einander, welche der abgebildeten Spiele ihr kennt, worum es geht und worin der Reiz liegt. Stellt weitere Spiele vor, die ihr gerne spielt. > M1
- 2 Erläutert die Ergebnisse der vorliegenden Studie und nimmt Stellung dazu. > M2
- 3 Stellt dar, inwiefern sich das Spielverhalten der beiden Zocker unterscheidet. > M3
- 4 Wendet die Kriterien des Tests zur Computerspielsucht auf Hendrik und Tobias an und diskutiert, ob das Ergebnis eurer Meinung nach zutreffend ist. > M3/M4

Wenn du den Test für dich selbst durchführen möchtest, beantwortest du die zehn Fragen mit „Ja“ oder „Nein“. Anschließend zählst du die mit „Ja“ beantworteten Fragen. Die Auswertung zum Selbsttest findest du auf S. 197.

So ein Durst!

M1 „Mir geht's gut!“



M2 Alltagsweisheiten über Alkohol

Im Wein liegt die Wahrheit. (In vino veritas!)

Heute blau und morgen blau und übermorgen wieder ...!

Alkohol ist die beste Medizin!

Alle Dinge sind Gift. Die Menge allein macht's, dass ein Ding kein Gift ist.

Ein richtiger Mann muss auch mal ein paar Gläser vertragen können!

...

Auf einem Bein kann man nicht stehen!

BZgA

M3 „Komm, lass uns anstoßen!“

Kathrin feiert ihren 15. Geburtstag. Im Hintergrund hört man Stimmengewirr, Lachen, Gläserklingen und Musik, Malte lehnt an einer Wand und beobachtet Tom, Corinna und Lisa beim Tanzen.

Malte [für sich]: Echt fett, dass Kathrin mich zu ihrer Geburtstagsfete eingeladen hat. Geile Stimmung und voll krasse Typen ...

Kathrin [kommt auf Malte zu]: Hallo, Malte! Wo hast du denn die ganze Zeit gesteckt? Ich hab dich schon überall gesucht. Jetzt müssen wir endlich mal zusammen anstoßen. Ich hab auch hier einen schönen Schluck Cola-Rum für dich!

Malte: Na klar stoß ich jetzt mit dir an. Aber ich bleib lieber bei meiner „Cola pur“.

Kathrin: Nö, also soo nicht! Entweder richtig anstoßen oder gar nicht!

Malte: Komm, was macht das denn für einen Unterschied? Hauptsache

ist doch, dass wir auf dich anstoßen!

Kathrin: Na, du bist mir vielleicht ne Spaßbremse! Nun trink schon nen Schluck. Was ist denn schon dabei? [Sie wendet sich vom ihm ab und dreht sich zu Tom, Corinna und Lisa um, die in der Nähe stehen.] Kapiert ihr das, Leute? Der coole Malte benimmt sich wie ein Kleinkind und will nicht mit mir anstoßen, wie es sich gehört ...

[Tom, Corinna und Lisa gehen zu Malte.]

Tom: Mensch, Malte, was ist denn los mit dir? Du ...

nach BZgA

M4 Es fängt so harmlos an ...

Jürgen hat eine Alkoholentwöhnung hinter sich und ist mittlerweile seit zwei Jahren „trocken“. Hier schildert er, wie es dazu gekommen ist, dass er ohne Alkohol nicht mehr zurechtkam.

Alkohol trinken gehörte in meiner Clique einfach dazu. Also habe ich zusammen mit Kumpels und Freunden, bei Feten oder ähnlichen Treffen Alkohol getrunken. „Nein“ zum Alkohol zu sagen, wäre schwierig gewesen. Ich wäre als Schwächling angesehen worden. Je mehr man vertragen konnte, umso angesehener war man. Erst viel später habe ich auch alleine getrunken, zum Beispiel schon, *bevor* ich zu einer Fete ging. [...] Die Familie, also meine Eltern, haben das Trinken zunächst nicht ernst genommen. Für sie war es normal, durchaus auch mal mehr zu

trinken. Sie wussten auch gar nicht, was Abhängigkeit oder Sucht heißt. Sie waren da eher unbedarft. Für die Freunde war es lange kein Problem, weil sie ja selbst auch tranken. Irgendwann sagte dann der eine oder andere auch mal: „Du trinkst zu viel!“ Aber das galt dann auch wieder als Schwäche, als willensschwach, wenn man die Kontrolle dabei verlor. Eines Tages spürte ich, dass ich das Zeug brauchte. [...] Da hatte ich schon das deutliche Gefühl, dass mein Trinken nicht in Ordnung war. Doch von meiner Clique war nicht viel zu erwarten. Die ganze Sauferei wurde völlig unkritisch gesehen, nur aus dem Rahmen durftest du nicht fallen. Mir fehlte es an Selbstvertrauen, und ich fühlte mich immer etwas unsicher. Mit so einem Verhalten bist du in so einer Clique ein Schwächling, und keiner akzeptiert dich. Als ich dann erst drin hing, hat mich die Kritik von anderen sowie so nicht mehr erreicht, dafür war ich nicht mehr klar genug. [...] Manche Menschen schaffen es einfach nicht, damit umzugehen. Denn es ist ja nicht der Alkohol allein, der die Abhängigkeit erzeugt. Besonders gefährlich wird es, wenn man versucht, damit Probleme oder Schwächen auszugleichen! *BZgA*

M5 Zu liberal?

Das deutsche Jugendschutzgesetz ist bislang im internationalen Vergleich eher liberal, indem es Jugendlichen gestattet, Alkohol unter bestimmten Bedingungen schon ab 14 Jahren zu trinken und ab 16 Jahren auch ohne Begleitung von Erziehungsberechtigten zu kaufen. [...] Möglicherweise trägt die Regelung, die den Konsum von Bier und Wein [ab 16] gestattet, dazu bei, dass Mischgetränke mit einem ähnlichen Alkoholgehalt ebenfalls als unproblematisch angesehen werden, obwohl sie verboten sind. Es ist denkbar, dass eine eindeutige Altersgrenze für jede Art von alkoholischen Getränken sich leichter durchsetzen und kontrollieren ließe. Zugleich muss aber mit der Möglichkeit gerechnet werden, dass der Alkoholkonsum von Jugendlichen sich durch ein Verbot nicht verhindern lässt. Alkohol wird in weiten Teilen der Gesellschaft als legales Genuss- und Rauschmittel akzeptiert. In Gaststätten, bei Einladungen oder Festen wird oft Alkohol

ausgeschenkt und von vielen als Bestandteil einer auf einer langen Tradition beruhenden Kultur verstanden. [...] Ein generelles Alkoholverbot für Jugendliche unter 18 Jahren [...] greift zudem in mehrere Grundrechte ein: Durch eine strengere Regelung wird das Erziehungsrecht der Eltern beschränkt (Art. 6 Abs. 2 GG) und die Berufsfreiheit der Wirte und Einzelhändler berührt, die Alkohol an Jugendliche abgeben wollen (vgl. Art. 12 Abs. 1 GG). Diese Eingriffe lassen sich angesichts der insbesondere für Jugendliche hohen Risiken des Alkoholkonsums damit rechtfertigen, dass der Staat das Recht auf körperliche Unversehrtheit (vgl. Art. 2 Abs. 2 GG) schützen und Fürsorgepflichten gegenüber Jugendlichen wahrnehmen muss. [...] Die im Jugendschutzgesetz formulierten Regelungen dienen dazu, Kinder und Jugendliche vor Gefahren zu schützen, die ihre gesundheitliche, psychische und soziale Entwicklung negativ beeinflussen können. Die Regelungen zu Alkohol, Tabak, Filmen, Spielprogrammen und Aufenthaltsorten können aber auch als Form der staatlichen Bevormundung kritisiert werden. Wie das Verhältnis von Schutz der Gesundheit zu eigenverantwortlichem Handeln verstanden und ausgestaltet wird, entscheidet sich daher auch an der Frage, ab welchem Alter man Alkohol trinken darf.

www.jugend-debattiert.de

Aufgaben

- 1 Beschreibt und interpretiert die Karikatur. > M1
- 2 Erläutert, welche Aussagen zum Alkohol gemacht werden und welche Bedeutung ihm zugeschrieben wird. Findet weitere Aussagen zum Alkohol und deutet sie. > M2
- 3 Arbeitet in Kleingruppen aus, wie sich diese Situation weiter entwickeln könnte, stellt sie szenisch dar und wertet anschließend eure Ergebnisse aus. > M3
- 4 Erläutert, was Jürgen meint, wenn er von Abhängigkeit spricht. > M4
- 5 Informiert euch über die Risiken, die mit Alkoholgenuss einhergehen, und nehmt Stellung zur Frage, ob und wie Jugendliche (besser) vor Alkohol geschützt werden müssen. > M5

Cannabis denn Sünde sein?

M1 An Deutschlands Schulen?



M2 „Hilfe, mein Sohn kifft!“

Es war einer jener Tage, bei denen man merkt: Jetzt hält die Zeit den Atem an und ich werde ein Leben lang daran zurückdenken. Letzter Schultag vor den Sommerferien, traditionelles Zeugnis-Pizza-Essen mit meinem 16 Jahre alten Großen. Der die Dinge eher mit sich selbst ausmacht, wie man so sagt. Doch da erzählte er mir ungefragt, er würde jetzt ab und zu kiffen. Einige in seiner Klasse, das wussten wir, haben schon mit 14 angefangen. Sie sind, wie wir in der Familie so sagten, schon krass drauf: kiffen, feiern und komische Sachen machen, klauen zum Beispiel. [...]

Beim Zeugnis-Pizza-Essen habe ich einfach nur zugehört und Fragen gestellt. Wo denn? Ah, auf dem Abschlusswochenende am See, nach dem dir drei Tage übel war, von der „sauen Milch“. Wie oft denn? Zwei, drei Mal bis jetzt. Was gefällt dir daran? Dass man voll lustig wird und so gechillt. Mhm, verstehe. Aber du weißt, dass das deinem noch wachsenden Hirn schadet und dass du dich jetzt echt aufs Abi konzentrieren musst und dass man durchs Kiffen extrem träge werden kann? Klar, bin ja nicht blöd! [...]

Ehrlich: Ich finde Kiffen besser als Saufen. Und dass man sein Leben nicht stets nüchtern und sachlich gestalten möchte, auch als Jugendlicher nicht, finde ich absolut nachvollziehbar. Ein einziges Mal war mein Großer leicht angetüdtelt nach Hause gekommen und wusste nicht mal, was in der Cola drin gewesen war, Wodka, Gin, Rum, Hauptsache süß. [...]

In den Weihnachtsferien nahm die Geschichte dann rasant Fahrt auf. Das ist ja manchmal so im Leben eines Menschen, da platzt plötzlich ein Knoten und danach ist alles anders. In den Monaten zuvor hatte ich ihn immer mal wieder gefragt, wie das gerade so sei mit dem Kiffen, ob er das eigentlich rauche (nee, wir haben da so 'nen Verdampfer, das ist gesünder und billiger) und ob ihm klar sei, dass er von der Polizei für den Besitz von Cannabis belangt würde (logo) und erst recht für den Verkauf (Mama, ich bin doch kein Ticker!). Am Ende der Sommerferien, nachdem ich sogar die Großeltern befragt hatte und in mich gegangen war, hatte ich meine Strategie der des Vaters angenähert und meinem Sohn gesagt, dass ich das Kiffen scheiße fände und dass er es, wenn überhaupt, nur mal am Wochenende und nicht zuhause machen dürfe. [...]

Kurzfassung der Eskalation: Mein 16-jähriger Sohn hängt in der Silvesternacht bis morgens um halb fünf mit Dealern an einem Platz in Mitte ab und krümelt danach mit [...] „neuen Freunden“ [...] sein und mein Zimmer mit Gras voll. Am Neujahrstag schläft er bis drei Uhr nachmittags seinen gechillten Schlaf, wir finden derweil tiefgefrorene Erbsen und Chilis (?) in der Wohnung, außerdem eine Bong (!) und eine elektronische Feinwaage (!!).

Die Streitereien, das Türenschielen, die Beschimpfungen des Vaters, die Beteuerungen an die Mutter, die Verweigerungen, das Abhauen, das Zurückkommen ... es gäbe viel zu erzählen. Alles nicht zum ersten Mal passiert in der Menschheitsgeschichte, aber das macht die Angst, Ohnmacht und Unsicherheit, die man als Mutter oder Vater in so einer Situation empfindet, ja nicht kleiner. Werde ich mein Kind verlieren? Was kann ich tun? *Süddeutsche Zeitung-Magazin*

M3 Was regelmäßiger Cannabiskonsum bewirken kann

Körperliche Schäden:

- bei Konsum während der Pubertät möglicherweise Entwicklungsverzögerung
- erhöhtes Lungenkrebsrisiko (durch den hohen Teergehalt im Cannabisrauch)

Psychische Probleme:

- ausgeprägte Angst- oder Panikgefühle
- psychosene Zustände mit ausgeprägten Gedankensprüngen und Verfolgungsideen
- Beeinträchtigungen der geistigen Leistungsfähigkeit: Störungen von Aufmerksamkeit und Konzentration sowie eine Beeinträchtigung des Kurzzeitgedächtnisses

Langfristige Folgen:

- Abhängigkeit bei vier bis sieben Prozent aller Cannabis-Konsumenten in Deutschland
- erhöhtes Risiko für Menschen mit einer Anfälligkeit für Psychosen, ein solches Krankheitsbild tatsächlich zu entwickeln

nach Die Techniker (Krankenkasse)

M4 Was gegen ein Cannabisverbot spricht

1. Das Verbot funktioniert sowieso nicht

Jeder vierte Deutsche hat schon mal gekifft. Jeder Jugendliche in jeder deutschen Groß- und Kleinstadt kann ziemlich einfach einen Joint erwerben. Erfahrungen in Ländern wie Amerika, aber auch den Niederlanden oder Uruguay zeigen: Durch die Entkriminalisierung steigt die Zahl der Kiffer so gut wie gar nicht, es steigen auch nicht mehr Menschen auf harte Drogen um. Vom Verbot profitiert nur eine Gruppe: die illegalen Dealer.

2. Das Verbot kriminalisiert größtenteils harmlose Kiffer

Natürlich kann Cannabis eine Einstiegsdroge sein, gerade bei jungen Menschen das Gedächtnis schädigen oder Psychosen auslösen, aber – siehe oben – das wird durch ein Verbot nicht besser. Genau das findet auch der Chef der Kripo: Gerade die Legalisierung würde helfen, mit Jugendlichen offen über Drogenkonsum zu sprechen und Suchtgefährdete besser zu erreichen. [...]

3. Die Legalisierung würde zu einer besseren Qualitätskontrolle führen

In Amerika reguliert der Staat den Anbau, den Zugang und die Verteilung von Cannabis. Gerade die Legalisierung hatte zur Folge, dass Qualitätsstandards und Grenzwerte etwa für Pestizidbelastung eingeführt wurden. Die Bundesregierung plant sowieso gerade eine Cannabisagentur, die den Anbau von Cannabis für medizinische Zwecke in Deutschland überwachen wird. Dagegen weiß kein Mensch, was in dem Zeug drin ist, das illegale Dealer verkaufen.

4. Der Staat kann die Steuereinnahmen nutzen

In Amerika ist das Geschäft mit Cannabis ein Wachstumsmarkt, [...] bis zum Jahr 2020 prophezeien Experten einen berauschenden Jahres-Umsatz von 23 Milliarden Dollar. Warum sollen daran nur Drogendealer verdienen? In Colorado beispielsweise finanziert der Staat mit den Extra-Einnahmen aus den legalen Pot-Verkäufen besondere Schutzprogramme für Jugendliche. Das könnte in Deutschland genauso funktionieren.

5. Cannabis ist weniger schädlich als Alkohol

Jeden Tag sterben in Deutschland mehr als 200 Menschen an Alkohol. Fast zwei Millionen Menschen sind allein in Deutschland alkoholabhängig. Es macht wirklich keinen Sinn, dass es in jeder Tankstelle billig Bier und Schnaps gibt, aber sich selbst Krebspatienten durch einen Bürokratiekrieg quälen müssen, um eine Cannabis-Tinktur zur Schmerzlinderung zu erhalten.

Michaela Haas

Aufgaben

- 1 Formuliert eure Eindrücke in Bezug auf das Bild in einem Blitzlicht. > M1
- 2 Stellt dar, welche Sorgen sich die Mutter wegen des Cannabis-Konsums ihres Sohnes macht. Diskutiert, inwieweit ihr diese Sorgen für berechtigt haltet. > M2
- 3 Nachdem die Mutter sich über Folgen regelmäßigen Cannabis-Konsums (M3) informiert hat, bittet sie ihren Sohn zu einem Gespräch. Stellt dies in einem Rollenspiel dar. > M2/M3
- 4 Erläutert (zur Vorbereitung der anstehenden Diskussion auf der nächsten Doppelseite) die Argumente, die gegen ein generelles Cannabis-Verbot sprechen. > M4

Meine Meinung zu rechtlichen Regelungen für den Drogenkonsum

M1 Jugend debattiert: Alkohol – besser erst ab 18?

Ich bin der Meinung, dass die bestehenden rechtlichen Regelungen in Deutschland nicht streng genug sind: Alkoholkonsum sollte – wie das Rauchen – erst ab 18 Jahren erlaubt werden. Auch hier hat man sich im Jahr 2007 nach über 50 Jahren zu einer Neuregelung entschlossen und die Altersgrenze für Tabakkonsum von 16 auf 18 Jahre angehoben, um Jugendliche vor Gesundheitsschäden und früher Abhängigkeit zu bewahren. Für Alkohol gilt das Gleiche: Zu hoher Konsum verursacht Organschäden, vor allem Leber und Gehirn sind betroffen, was für Kinder und Jugendliche in der Entwicklungsphase besonders gefährlich ist. Auch die Wahrscheinlichkeit von Herzmuskel-Erkrankungen, Bluthochdruck und Übergewicht steigt bei Alkoholmissbrauch. Vermutlich muss niemand von uns lange überlegen, um sich im eigenen Verwandten- oder Bekanntenkreis an den Onkel mit Bierbauch oder die Freundin der Familie, die gerne mal ein Glas zu viel trinkt, zu erinnern ... Und genau da fangen die Probleme doch an: Alkohol zu trinken gilt in unserer Gesellschaft als normal. Ich kenne viele, denen anlässlich ihrer Konfirmation mit 14 Jahren das ein oder andere Glas Sekt oder Bier erlaubt wurde – und bei der nächsten Familienfeier fanden es dann alle schon selbstverständlich, dass man mittrinkt! Aber regelmäßiger Konsum von Alkohol ist schädlich und kann süchtig machen. Vor der Droge Alkohol müssen Jugendliche ebenso wie vor Nikotin geschützt werden, also sollte man die Gesetze anpassen und Alkoholkonsum ohne Ausnahme erst ab 18 Jahren erlauben!

Joosts Standpunkt

Aus meiner Sicht ist eine Verschärfung der rechtlichen Regelungen zum Alkoholkonsum nicht sinnvoll. Wer rauchen oder trinken will, tut das doch sowieso, denn eine flächendeckende Kontrolle ist ja gar nicht möglich – und jeder hat doch volljährige Geschwister oder Bekannte, die einem im Zweifel den Stoff besorgen können. So läuft das bei jeder Party, bei der ich war. Viel besser ist es doch, auf Aufklärung und Eigenverantwortlichkeit zu setzen. Alkohol gehört in unserer Gesellschaft einfach dazu und nur wer rechtzeitig lernt, damit umzugehen, kann seine eigenen Grenzen genau festsetzen und kontrolliert genießen. Wenn ich bei einer Familienfeier schon einmal ein Glas Wein getrunken und seine Wirkung gespürt habe, bin ich bei der Geburtstagfeier meiner Freundin vielleicht vorsichtiger. Dann sage ich auch mal Nein zum nächsten Glas statt möglichst viel auszuprobieren, nur weil es bisher immer strikt verboten war. Eine Verschärfung der rechtlichen Regelungen zum Alkoholkonsum nimmt Jugendliche nicht ernst und bringt gar nichts. Man sollte die bisherigen Regeln beibehalten und auf noch mehr Aufklärung setzen.

Emmas Standpunkt

Einen Standpunkt begründet vertreten

In Diskussionen, bei Auseinandersetzungen mit anderen usw. ist es wichtig, seinen Standpunkt zu vertreten. Um anderen die eigene Auffassung verständlich zu machen, muss sie begründet und durch Beispiele erläutert werden. Es empfiehlt sich, in folgenden Schritten vorzugehen:

1. Standpunkt

Der eigene Standpunkt wird vorgestellt.

2. Begründung

Es wird begründet, warum dieser Standpunkt der richtige ist.

3. Beispiele

Die Begründung wird an einem Beispiel veranschaulicht.

4. Zusammenfassung

Der Standpunkt wird in einer kurzen, prägnanten Aussage zusammengefasst.

5. Handlungsaufforderung

Es wird dargelegt, was im Sinne des vertretenen Standpunktes zu tun ist.

M2 Cannabis – nur für medizinische Zwecke!

- In Deutschland gilt alleine der Besitz von Cannabis als Straftatbestand. Die Blüten der Hanfpflanze (Marihuana) und das Cannabis-Harz (Haschisch) darf weder besessen noch konsumiert werden, wie das Betäubungsmittelgesetz vorschreibt. Denn geraucht als Joint oder gegessen als Hanfkeks entfalten die Inhaltsstoffe berauschende Wirkung. Es kommt zum Cannabis-Rausch, der sich etwa in Form von Lachattacken, Angstzuständen und Halluzinationen äußern kann. Auch die Farb- und Geräuschwahrnehmung und das Zeit-Raum-Gefühl kann sich stark verändern. Für die berauschende Wirkung von Cannabis sorgt in erster Linie der Hauptwirkstoff THC (Tetrahydrocannabinol) in der Hanfpflanze. Dieser gehört zur Stoffgruppe der Cannabinoide, die nicht nur einen Cannabis-Rausch auslösen können, sondern auch schmerzstillende Wirkung entfalten, indem sie an Cannabinoid-Rezeptoren im Körper andocken. [...] [D]er Inhaltsstoff Cannabidiol, kurz CBD [...] soll entkrampfend, entzündungshemmend und angstlösend wirken. Der pharmakologische Nutzen der Hanfpflanze ist mittlerweile für mehrere Krankheiten und Symptome wissenschaftlich belegt. Deshalb haben Patienten mit schwerwiegenden Krankheiten unter bestimmten Voraussetzungen seit März 2017 Anspruch auf Cannabis als Arznei, wie die Kassenärztliche Bundesvereinigung beschlossen hat. Sowohl der Wirkstoff THC als auch Schmerzmittel auf Basis von Cannabis sind seitdem für medizinische Zwecke zugelassen. Doch auch wenn es bereits einige Medikamente mit Cannabinoiden aus der Hanfpflanze auf dem Markt gibt, ist Medizinal-Cannabis nur für den Ausnahmefall gedacht, wenn andere Therapien nicht anschlagen. Es herrscht eine strenge Verschreibungspflicht.
- Bei folgenden Erkrankungen und Symptomen wurde ein Nutzen von medizinischem Cannabis nachgewiesen, wie die Bundesärztekammer meldete:
- Übelkeit und Erbrechen bei Menschen mit chemotherapeutisch behandelter Krebskrankheit
 - Behandlung von Appetitlosigkeit und Gewichtsverlust bei HIV/AIDS
 - chronischer Schmerz

Juliane Gutmann

M3 Cannabiskonsum freigeben? – Mein Standpunkt

In Deutschland ist der Anbau, Verkauf, Besitz oder Konsum von Cannabis generell verboten, Ausnahmen gelten nur für bestimmte Patientengruppen mit Rezept (s. M2). In anderen Ländern (Niederlande, bestimmte Staaten der USA oder Südamerikas) ist der private Konsum hingegen legal.



Für die Legalisierung von Cannabis

Standpunkt:
Begründung:
Beispiel(e):
Zusammenfassung:
Handlungsaufforderung:

Gegen die Legalisierung von Cannabis

Standpunkt:
Begründung:
Beispiel(e):
Zusammenfassung:
Handlungsaufforderung:

Aufgaben

- 1 Recherchiert die Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes (§9 Alkoholisches Getränke). Erläutert sie und überlegt, welche Gründe für diese Festlegung sprechen.
- 2 Vollzieht nach, wie Joost und Emma ihren Standpunkt zur rechtlichen Regelung des Alkoholkonsums von Jugendlichen jeweils vertreten. > M1
- 3 Vertretet euren Standpunkt zur Legalisierung des Cannabis-Konsums mit stichhaltigen Argumenten. > M2/M3 (und S. 99, M3/M4)

Spirale abwärts

M1 Die Macht von H



Christiane F. ist wahrscheinlich die bekannteste Fixerin Deutschlands. Als 12-Jährige zog sie mit ihrer Mutter und der jüngeren Schwester in eine andere Wohnung in Berlin, Gropiusstadt. Christiane suchte Anschluss und fand ihn in einer Clique, die zunächst nur kiffte.

Irgendwann gab es dann aber einen

Stillstand in der Gruppe. Shit, also Haschisch, und Trips gaben nicht mehr den richtigen Kick. Man hatte sich daran gewöhnt. Irgendwie war das der Normalzustand, auf Shit oder Pille breit zu sein. Es brachte keine neuen Erfahrungen mehr.

Christiane und ihre Freunde gingen daher zu LSD und anderen chemischen Mitteln über. Schließlich setzte sie sich im Alter von nur 13 Jahren ihren ersten Schuss. Schon bald bekamen sowohl sie als auch ihr Freund Detlef die Konsequenzen ihres Heroinkonsums zu spüren.

Ich sah auf irgendeine Schachtel. Da sprang mich plötzlich die Schrift auf der Schachtel an. Es waren die Farben, die wahnsinnig grell leuchteten und in den Augen weh taten. Es war vor allem ein Rot, das mir Angst machte. [...] Mein Mund war voller Speichel. Ich schluckte ihn hinunter, aber er war sofort wieder da. Er kam irgendwie wieder hoch. Dann war der Speichel doch weg, und ich hatte einen ganz trockenen, klebrigen Mund. Ich versuchte, etwas zu trinken. Aber das ging nicht. Ich zitterte vor Kälte, bis mir so heiß wurde, dass mir der Schweiß runterlief. Ich weckte Detlef und sagte: „Du, mit mir ist was los.“ Detlef sah mir ins Gesicht und [...] flüsterte dann: „So, Mädchen, jetzt ist es bei dir auch soweit.“ Ich zitterte wieder und sagte: „Was denn, was ist denn los?“ Detlef sagte: „Turkey.“ [...] [Er] pulte ein Päckchen aus seinen Jeans und Ascorbinsäure, holte einen Löffel, kochte das Zeug über einer Kerze auf und

gab mir das fertige Spritzbesteck. Das Zittern machte es mir schwer, die Vene richtig zu treffen. Aber es klappte doch ziemlich schnell. Mir ging es wieder gut. [...] Es gab im Moment keine Probleme mehr, und ich schlief neben Detlef wieder ein [...]. Der erste Turkey. Ich war nun vom H abhängig.

Christiane benötigte Geld, um Heroin zu kaufen, damit sie nicht wieder auf Turkey kam. Sie ging daher zum Bahnhof Zoo und begann sich zu prostituieren. Als Detlef davon erfuhr, war er sehr wütend. Sie wollte ihn beruhigen.

Ich sagte: „Du, ich habe es wirklich nur für dich getan.“ Detlef wurde etwas lauter: „Spinn nicht rum. Du hast es für dich getan. Du warst auf Turkey und hast es gebraucht. Fabelhaft. Du hättest das auch getan, wenn es mich gar nicht gäbe. Mensch, begreife doch. Du bist jetzt eine Fixerin. Du bist körperlich voll drauf. Alles, was du machst, tust du für dich.“

Christiane wollte von der Droge weg und entzog immer und immer wieder auf kaltem Wege, doch meistens beschaffte sie sich schon am ersten Tag nach dem Entzug wieder Dope.

Ich kam nicht mehr gut drauf. Allein die dämliche Angst zu sterben machte mich fertig. Ich wollte sterben, aber vor jedem Schuss hatte ich eine dämliche Angst vorm Sterben. [...] Und irgendwann im Mai 1977 schnallte ich es dann auch selber mit meinem kaputten Kopf, dass ich genau noch zwei Möglichkeiten hatte: Entweder ich setzte mir möglichst bald den Goldenen Schuss, oder ich machte einen ernsthaften Versuch, vom Heroin loszukommen. Ich wusste, ich war bei dieser Entscheidung ganz allein. [...] Die Drogenberaterin sagte [...], dass ich kaum eine Chance hätte [...], weil die eigentlich gar keine Therapieplätze mehr frei hätten. Die Aufnahmebedingungen seien sehr hart. Man musste körperlich noch gesund sein und denen erstmal durch freiwillige Selbstdisziplin beweisen, dass man überhaupt die Kraft hatte, von H wegzukommen. Die Drogenberaterin sagte, dass ich ja noch sehr jung sei, nicht einmal 15, also fast noch ein Kind. Da würde ich schwer bringen, was die verlangten.

Christiane F.

M2 Vom Joint an die Nadel?

Ist Cannabis eine Einstiegsdroge? Das schien als Ammenmärchen enttarnt. Jetzt bekommt die These aber massive Unterstützung aus der Forschung.

In der Debatte ums Kiffen sind die Fronten ziemlich festgefahren. Die einen halten die medizinischen Risiken für gering und setzen sich für eine Legalisierung der sogenannten weichen Drogen ein. Die anderen fordern, auch schon den Konsum von Haschisch mit drastischen Mitteln zu bekämpfen, um die in ihren Augen ernststen gesundheitlichen und sozialen Folgen einzudämmen. Entsprechend gespalten sind die Meinungen darüber, ob Cannabis die Anfälligkeit für andere illegale Drogen erhöht. [...]

Während unterdessen immer mehr Jugendliche Cannabis konsumieren, kommt die Wissenschaft jetzt aber zu ganz anderen Resultaten: Schwedische Forscher [konnten] zeigen [...], dass der Wirkstoff [...] [THC], der in Cannabis enthalten ist, das Gehirn sehr wohl anfälliger für Opiate macht – und dass dies gerade für das sich entwickelnde Hirn von Teenagern Folgen hat. Maria Ellgren und ihre Kollegen vom Karolinska-Institut in Stockholm schließen das aus Versuchen an Ratten, die sich mithilfe eines ausgefeilten Trainingssystems selbst Opiate verabreichen konnten – Hebel mit der Schnauze drücken, und der Stoff floss durch eine Kanüle ins Blut.

Alle untersuchten Nager entwickelten auf diesem Weg eine Abhängigkeit. Doch bevor die Tiere auf Heroin gebracht wurden, hatte ein Teil von ihnen regelmäßig eine kleine Dosis THC bekommen – und zwar in einer Entwicklungsphase, die dem menschlichen Jugendalter entspricht. Diese Kifferratten zeigten später ein klar verstärktes Suchtverhalten: Während sich ihre THC-unerfahrenen Kollegen auf eine bestimmte Dosis Heroin trainieren ließen, entwickelten die vorpräparierten Ratten eine zunehmende Gier nach dem harten Stoff – sie verbrauchten schließlich zwei Drittel mehr Heroin. [...]

Obwohl es sich um einen Tierversuch handele und nicht um ein Experiment mit Menschen, könnten die Ergebnisse direkt auf uns Zweibeiner übertragen werden. [...] Den Legalisierungsbefürwortern [...] [ist] ein Argument abhandengekommen. *Kathrin Zinkant*

M3 Illegale Drogen – die Rechtslage

Entsprechend dem Betäubungsmittelgesetz unterscheidet man zwischen legalen Drogen (z.B. Alkohol, Nikotin) und illegalen Drogen (Heroin, Kokain, LSD, Ecstasy, Crack, Speed, Spice usw.). Mit einer Freiheitsstrafe bis zu fünf Jahren oder Geldstrafe wird bestraft, wer solche Betäubungsmittel „unerlaubt anbaut, herstellt, mit ihnen Handel treibt, [...] sie abgibt, sonst in den Verkehr bringt, erwirbt oder sich in sonstiger Weise verschafft“ (BtmG § 29 (1) 1).

Der Besitz geringer Mengen Cannabis ist zwar nicht strafbar, hat aber dennoch Konsequenzen. Wenn ein Jugendlicher mit einer geringen Menge Cannabis zum eigenen Verzehr erwischt wird, erstattet die Polizei Anzeige, informiert die Eltern und registriert den Tatbestand. Damit ist man als Betäubungsmittelkonsument/in gespeichert. Die Staatsanwaltschaft kann das Ermittlungsverfahren einstellen. Das ist beim ersten Mal meistens der Fall. Die Einstellung des Verfahrens ist allerdings häufig mit Auflagen verbunden, z.B. dem Verrichten von Sozialstunden oder der Teilnahme an einem Drogenpräventivkurs. Kopien der Anzeigen gehen an das Jugendamt und die Straßenverkehrsbehörde. Diese kann bei Betäubungsmittelkonsum die Zulassung zum Führerschein verweigern. THC, der Wirkstoff von Cannabis, ist noch mehrere Wochen nach dem Konsum im Urin nachweisbar. Wenn bei einer Verkehrskontrolle der Urintest positiv ist, kann das dazu führen, dass die Straßenverkehrsbehörde den Führerschein entzieht.

Aufgaben

- 1 Erläutert am Beispiel Christiane F.s, inwiefern Heroin Macht über seine Konsumenten hat. > **M1**
- 2 Beschreibt, inwieweit es sich bei Heroinsucht um eine spiralförmige Sucht handelt. > **M1**
- 3 Nehmt Stellung zu der Frage, ob Haschisch tatsächlich eine Einstiegsdroge ist. Bezieht in eure Überlegungen auch die Versuche an Ratten mit ein. > **M2**
- 4 Stellt die Rechtslage in Bezug auf das Betäubungsmittelgesetz dar. Geht noch einmal zurück auf Seite 101 und überlegt, ob sich euer Standpunkt pro oder contra Legalisierung von Cannabis-Konsum geändert hat. > **S. 101/M3**

Nur kleine bunte Pillen?

M1 Ein irres Gefühl der Freiheit



Jana Freys Roman *Höhenflug abwärts* erzählt die Geschichte von Marie: Sie ist 16, geht in die 9. Klasse, hat Probleme mit ihren Eltern, hasst die Schule und ist unglücklich in Leon verliebt.

„He, Marie, ich glaube, du hast einen Schwips“, sagte Samir und setzte sich zu mir. „Aber du hast Glück: Ich

habe da was dabei, das dich wieder fit macht.“ Er griff in seine Jeanstasche und fischte ein kleines Tütchen
 10 heraus, in dem ein paar grünliche Pillen waren. „Was ist das?“, fragte ich. Meine Stimme klang eigenartig belegt, und in meinem Kopf drehte sich alles. Ich hatte ganz sicher zu viel von der Kiwibowle getrunken. Und das Glas Campari hatte mir den Rest gegeben.
 15 „So eine Art Fitnesspillen“, sagte Samir. „Pass auf, die bringen dich wieder auf den Damm.“ Mit diesen Worten stand er auf. „Warte hier, ich hole dir ein Glas Orangensaft, und dann geht es dir ruck, zuck besser, versprochen!“ Ich nickte, und ein paar Augenblicke
 20 später schluckte ich die kleine, grüne Pille, die Samir mir in die Hand gelegt hatte. Zusammen mit einem Schluck Orangensaft spülte ich sie hinunter. Es war wunderbar. Das Leben. Und dieses Fest. Die Musik wummerte mir in den Kopf, in den Bauch und in die Seele. Vor allen Dingen in die Seele. Ich fühlte mich plötzlich von Kopf bis Fuß leicht und glücklich. [...] Ich schob mich an den anderen vorbei auf den Dancefloor. [...] „Franka!“, rief ich [...], umarmte meine Freundin von hinten und legte meine Wange auf ihre
 30 Schulter. Franka drehte sich um. „Marie!“, rief sie überrascht und außer Atem. „Du tanzt ja! Wow!“

Und das stimmte. Ich tanzte mit Franka und mit Lilli und mit allen anderen. Eine Menge Gesichter lächelten mir zu. „Ich kann nicht mehr, ich brauche eine Pause“, keuchte Franka irgendwann. „Wollen wir was
 35 trinken gehen?“ „Franka, ich könnte die ganze Welt umarmen, irgendwie“, rief ich. „Was ist denn plötzlich los mit dir?“, fragte Franka und blieb stehen. Sie wischte sich die Haare aus dem verschwitzten Gesicht. „Bist du betrunken?“ Ich schüttelte den Kopf. „Blödsinn, mir geht es einfach gut“, sagte ich und tanzte
 40 davon.

M2 Horrortrips und Flashbacks

Mit zunehmendem Ecstasy-Konsum ändert Marie ihren Freundeskreis. Immer öfter trifft sie sich mit der Clique um Malte, in der auch gekiffert und mal ein „Trip eingeworfen“ wird. Als sie einmal spät in der Nacht von Malte nach Hause kommt, stellt ihr Vater sie zur Rede.

„Marie, antworte“, befahl mein Vater. „Wie lange geht das schon so?“ „Ein, zwei Mal“, murmelte ich gereizt. „Mit Malte Heimann?“, bohrte mein Vater. Ich hob den Kopf. „Nun macht doch keine Katastrophe daraus“, sagte ich. „Es kiffen doch fast alle.“ Ich
 5 hörte meinen Vater atmen, beherrscht atmen. „Du weißt, was mit Amai Sommer passiert ist?“, fragte er nach einer halben Ewigkeit. Auch seine Stimme klang mühsam beherrscht. Ich schwieg. „Sie hat versucht, sich das Leben zu nehmen, nachdem sie auf einer Feier eine Ecstasytablette genommen hat, der
 10 jemand LSD beigemischt hatte, Marie. Sie ging einfach nach Hause, schloss sich in ihrem Zimmer ein und versuchte, sich mit einem Messer die Pulsadern aufzuschneiden ...“ Mir lief es eiskalt den Rücken hinunter, als ich das hörte. „Ich weiß nicht, woher diese Drogen kommen, aber Tatsache ist, dass sie auch an [...] [deiner] Schule gehandelt werden“, fuhr mein Vater [...] fort. Ich musste an Samir denken. [...] In Gedanken versuchte ich die
 15 Pillen zu zählen, die ich seit dem vergangenen Sommer geschluckt hatte. Es mussten über hundert gewesen sein.
 20

Obwohl Marie weiß, was mit Amai passiert ist, kann sie nicht von Ecstasy lassen. Ihr Drogenkonsum führt zu Horrortrips.

Am schlimmsten sind die Nächte. [...] In den Nächten halte ich es manchmal fast nicht aus. Dann erinnere ich mich. Und es ist alles wieder da. Die Kälte, die merkwürdigen, farblosen Schatten, die Bäume und ihre Augen. Und diese Stille, die mir wehtut. Manchmal rede ich tagelang kein Wort. Ich denke auch nicht. Ich tue gar nichts. Ich bin dann nur mein Körper. Ein merkwürdiger Gedanke, dass man sein ganzes Leben lang immer nur in einem Körper bleiben muss. Ich würde gerne jemand anders sein.

Da sich ihr gesundheitlicher Zustand immer mehr verschlechtert, wird sie schließlich zur stationären Behandlung in ein Krankenhaus eingeliefert. Im Epilog des Buches wird rückblickend noch dargestellt, wie es dann mit Marie weiterging:

Marie blieb nur eine knappe Woche im Krankenhaus. Aber der Weg zurück in ein normales Leben dauerte dennoch fast ein ganzes Jahr. Immer wieder erlebte sie in so genannten „Flashbacks“ traumatische Situationen ähnlich dem Moment, als sie während der Klassenfeier hinter dem Schulgebäude zusammengebrochen war. Die bedrohlichen Baumwesen kehrten immer wieder zurück, und auch die Szene mit ihrer verstorbenen Großmutter wiederholte sich, oft völlig unvorhergesehen, immer wieder.

Und trotz ihrer Angst vor diesen Visionen fiel es Marie sehr lange sehr schwer, sich nicht wieder der Versuchung der Droge hinzugeben.

„Ich weiß, es klingt blöd, aber ich hatte noch monatelang den wahnsinnig dringenden Wunsch, wieder ‚high‘ zu sein, eine Pille zu schmeißen, eine Pappe zu schlucken. – Ich hatte so eine irre Sehnsucht nach dem glücklichen Feeling, das es einem bringen kann.“ Einmal konnte Marie tatsächlich nicht widerstehen. Sie kaufte sich ein so genanntes „Ticket“ und schluckte es während eines einsamen Spazierganges mit ihrem Hund.

Sie erlebte einen weiteren Horrortrip und irrte stundenlang krank vor Angst durch den Wald, ehe sie jemandem begegnete, der ihr half. Erneut wurde sie ins Krankenhaus eingeliefert. Diesmal kam sie auf die geschlossene jugendpsychiatrische Station. Dort

blieb sie zwei Tage. „Die Flashbacks, die ich danach hatte, waren noch viel schlimmer als die Flashbacks, die ich vorher durchgemacht hatte“, erzählt [...] Marie. „Ich hatte manchmal das Gefühl, komplett durchzudrehen. Ich bekam keine Luft, ich musste mich übergeben, ich zitterte von Kopf bis Fuß.“

Marie seufzt. „Es kam immer ganz plötzlich und von einer Sekunde auf die andere. Oft passierte es, wenn ich Bäume sah. Aber Bäume gibt es ja eben überall. Man kann ihnen nicht wirklich aus dem Weg gehen. Ich weiß, es klingt lächerlich, aber die Bäume konnten von einem Moment zum nächsten zu wahnsinnigen, bösen Monstern werden, die mich anstarrten, die auf mich kippten, die mich umklammerten, die versuchten, mich zu töten.“

Marie schaut auf den Boden. „Und trotzdem, trotzdem, trotzdem hatte ich immer noch Bock darauf, es wieder zu probieren. Ich träumte sogar davon. Ich war ziemlich aggressiv in dieser Zeit. Streit mit meinem Vater war ich ja gewohnt, aber jetzt stritt ich mich auch immerzu mit meiner Mutter.“

Und meine Freundschaft zu Franka war ebenfalls im Eimer. Obwohl sie mich im Krankenhaus ein paarmal besuchen kam. Es wurde einfach nicht mehr wie früher zwischen uns. [...]“

Marie wechselte die Schule. [...] Außerdem macht sie eine Gesprächs- und Verhaltenstherapie.

Trotzdem sind die Ängste und Visionen noch nicht völlig aus ihrem Leben verschwunden. Sie kann keinen Alkohol trinken, und selbst wenn ihr nur der Geruch von Haschisch begegnet, erlebt sie fast sofort einen mehr oder weniger starken „Flashback“.

M1/M2: Jana Frey

Aufgaben

- 1 Beschreibt, wie sich Marie fühlt, als sie das erste Mal eine Ecstasy-Pille nimmt. Beurteilt, ob sie dabei wirklich frei ist. > M1
- 2 Als ihr Vater von Amai Sommer erzählt, läuft es Marie eiskalt den Rücken herunter. Erklärt diese Reaktion. > M2
- 3 Stellt den inneren Konflikt dar, in dem Marie sich nach der Therapie befindet, und erklärt die Gründe dafür. > M2

Kein Weg zurück

M1 Ein Traum



Mathias Grünewald, *Die Versuchung des hl. Antonius*, 1515

M2 Wenn der Trip nicht mehr aufhört

Sebastian konnte an diesem Tag keine Zeitung lesen, er hatte Angst vor den Schlagzeilen: Alles, was dort stand, drehte sich um ihn. Er rannte los, raus aus der Wohnung, weg vor diesem Wahnsinn, der Mittelpunkt der Welt zu sein. Er suchte einen Ort, an dem ihn niemand kannte [...]. Doch die Welt da draußen und jeder, der ihm begegnete, schien alles über ihn zu wissen. Er versuchte das zu ignorieren. Die einzigen Menschen, denen er noch traute, waren Kinder.

Wie ferngesteuert lief er ihnen hinterher, bat sie um Hilfe und landete in der halbleeren Nachmittagsvorstellung eines Zeichentrickfilms. Irgendwann später lag Sebastian betäubt und festgeschnallt auf einem Bett der geschlossenen Abteilung der Berliner Klinik Herzberge. Heute glaubt er sich zu erinnern, dass die Kinokassiererin, der sein paranoider Zustand aufgefallen war, die Polizei gerufen hat. Eine Spritze, die auch einen Amokläufer ins Koma gebracht hätte, legte die Drogen in seinem Körper lahm und löschte die nächsten Minuten und Stunden aus. Als er wieder zu sich kam, begann die Mischung aus Ecstasy, LSD und Marihuana, die er auf Partys, auf Raves über zwei Jahre hinweg genommen hatte,

abermals wie ein Trafo in seinem Kopf zu rauschen. Am Abend vorher hatte Sebastian seine besten Freunde um sich versammelt. „Ich saß kerzengerade auf meinem Bett, erzählten sie mir später, und ab und zu sagte ich einen Satz, den keiner mehr verstand.“ Mit diesen Freunden war Sebastian oft in Clubs gegangen, hatte Ecstasy geschluckt – nicht mehr und nicht weniger als die anderen, denn E gehörte einfach dazu. Manchmal hatte er dazu noch Marihuana geraucht oder einen Trip genommen. „Sie waren erschrocken, dass ich plötzlich auf den Pillen hängengeblieben bin.“ Denn Sebastian war immer Vorbild gewesen: Er hatte als Erster und ohne große Probleme den synthetischen Drogencocktail genommen. [...]

Nach der Spritze, die ihm die Ärzte in Herzberge gegeben hatten, glaubte Sebastian, klarer zu sehen, „aber dann fingen wieder diese Visionen an, irgendwelche unbekannt Menschen und Gesichter kamen auf mich zu“. Die Ärzte diagnostizierten eine durch Drogen ausgelöste Psychose. „Da dieser Zustand immer mit Drogen aufgetreten ist, nehmen sie an, dass mein Ausklinken und Hängenbleiben damit zu tun haben.“ Sebastian bekam Psychopharmaka. Die konnten aber sein Gefühl nur mildern, von etwas verfolgt zu werden [...] – die Ursache konnten sie nicht eliminieren. Es war so, als hätte sich Sebastian in einem Stockwerk verlaufen und fände nicht mehr den Weg zurück zum Erdgeschoss. Als sei er in einer parallelen Welt hängengeblieben. „Irgendwann brachte mich der Arzt dazu, dass ich wieder meinen Namen sagen konnte.“

Sebastian weiß nicht mehr, wann er sein erstes E genommen hat oder seine erste LSD-Tablette und wann und wie oft er schon in der Psychiatrie war. In seinem Zeitloch spielt das keine Rolle mehr. Vergangenheit oder Zukunft sind für ihn sehr weit weg, als wären sie unter einer dicken Schicht begraben. Und seine Gegenwart findet woanders statt, auf einem anderen Stern – ohne dass er noch Drogen nimmt. Diesen Ort kann er aber niemandem beschreiben und niemandem zeigen.

Sabine Magerl

M3 Die Geister, die ich rief ...

Marcel hat fast drei Jahre lang synthetische Pillen und Pulver genommen. „In meiner ersten Therapie hatte ich einfach nur noch Lust auf Drogen. Als ich dann draußen war, hatte ich sie wieder, diese ‚schwarze Erfüllung‘. Oder wie immer man das nennt. Pillen und Crack. [...]“

Für sein Alter, sagt der 17-Jährige, habe er schon viel Scheiße erlebt. Manchmal wünscht er sich, er wäre wieder acht oder neun Jahre alt und könnte noch mal neu anfangen. „Ich würde nicht rauchen und kein Pillen- und Pulverzeug nehmen und versuchen, mein ganzes Leben lang Fußball zu spielen, obwohl ich davor einen Wahn habe, weil damit fing das mit den Drogen erst an.“ Marcel war damals vierzehn und in der B-Jugend eines großen Fußballclubs. „Wir haben gekifft und ab und zu Ecstasy genommen oder Pillen, wie das eben so ist mit vierzehn. Als unser Trainer eines Tages mit irgendwelchen Amphetaminen ankam und meinte, wir könnten das vor dem Spiel nehmen, dachten wir uns: Probieren wir das doch mal aus.“ Am Ende der Saison hatte Marcel stolze 29 Tore geschossen. „Das waren keine normalen Tanz- und Partypillen, sonst wären wir vermutlich auf dem Fußballfeld kollabiert.“ Beim Spiel hatte er keine Skrupel mehr beim Foulen. „Das war der Anfang von dem ganzen Pillen- und Pulverwahnsinn“, sagt er. Der Trainer kam ins Gefängnis.

Dann kamen eine Menge Pillen und Trips – dann Crack. „Ich hab’ die Menschen gar nicht mehr richtig wahrgenommen, nur noch als Umrisse. Du bekommst davon richtige Halluzinationen, optisch und akustisch. Du kannst auch Leuten richtig wehtun. Ich glaube, ich habe schon mal jemanden ziemlich zugerichtet, und am nächsten Morgen weißt du nichts mehr.“ Marcel redet über das „Teufelszeug“ wie über ein Wesen, das Macht über ihn hatte. Denn auch ohne die Drogen hat er inzwischen Visionen und Flashbacks. Und manchmal ist er nicht sicher, ob es nicht wieder wächst, dieses Ding, und Besitz von ihm ergreifen will. Wenn er ein Mädchen wäre, sagt er, würde er sich ein ganz bestimmtes Tattoo machen lassen. Zwei wie das Yin-und-Yang-Zeichen ineinander verschlungene Drachen: der eine rot, der andere schwarz. Der rote

Drache, sagt Marcel, steht für die Droge und wird im Kampf mit dem schwarzen Drachen, der die gute Macht symbolisiert, endgültig getötet.

Zufällig hörte Marcel von einer neuen Jugendhilfs-einrichtung, die dem Therapiezentrum Melchiorsgrund im Schwalmatal angeliedert ist, dem Haus „Wildgänse“. [...] Melchiorsgrund ist keine geschlossene Anstalt, sondern ein sehr offenes Therapiesystem: Im Kleinen sollen hier das Zusammenleben und der Alltag geübt werden.

Marcel kommt gerade aus der medizinischen Station. Er humpelt stark. In der Nacht zuvor, nach unserem ersten Treffen, wir hatten uns über Mode und Musik und das Leben unterhalten, ist es wieder einmal passiert. Vielleicht war es die Sehnsucht nach dieser „schwarzen Erfüllung“ oder das Fehlen eines Gefühls, das diese Erfüllung ersetzen könnte. Auf jeden Fall lief in seinem Kopf ein Film ab, den er sonst nur auf Pille kannte. Er hat dann mit dem Bein gegen einen Türrahmen getreten, bis es geprellt und blau war.

Synthetische Drogen sind wie Geister: Sie verschwinden nie ganz, auch wenn sie nicht mehr sichtbar sind. Sie rufen Erinnerungen wach und verursachen Halluzinationen. „Heute Nacht“, erzählt Marcel, „habe ich gedacht, dass jemand die Treppe hochläuft. Und redet. Aber da war niemand.“ Die Geister, die man rief, wird man nicht mehr so einfach los. Wenn Drogen einmal ein Teil des Lebens waren, bleiben sie mächtig, auch wenn man sie nicht mehr nimmt. *Sabine Magerl*

Aufgaben

- 1 Stell dir vor, du hättest die auf dem Bild dargestellte Situation nachts im Traum erlebt. Am nächsten Morgen erzählst du deiner Mutter davon. Welche Gedanken und Gefühle bewegen dich? > M1
- 2 **Wahlaufgaben (für Partnerarbeit)**
 - Analysiere die Situation von Sebastian. > M2
 - Analysiere die Situation von Marcel. > M3Stellt euch die beiden Fälle gegenseitig vor.
- 3 Erörtert die Gemeinsamkeiten und Unterschiede der beiden Fälle. > M2/M3

Raus aus dem Drogensumpf

M1 Ich brauche deine Hilfe nicht!

Der Film *Jim Carroll – In den Straßen New Yorks* basiert auf dem autobiographischen Roman *The Basketball Diaries* von Jim Carroll, der als Jugendlicher ein Basketballstipendium erhielt, doch mit einem Freund immer tiefer in die Drogenszene abrutschte.

Als die Mutter erfährt, dass ihr Jim drogensüchtig ist, geht sie (in zwei Sequenzen) sehr streng mit ihm um.



Mrs. Carroll [ist aufgebracht und stellt ihren Sohn in ihrer Wohnung zur Rede]: Sag mir, dass du nie auf dem Schulhof irgendwelche Pillen verkauft hast.

Jim [genervt]: Nein.

5 **Mrs. Carroll** [gereizt]: Dann ist also das Ganze eine große Verschwörung gegen dich. Hab' ich recht, Jim?

Jim [trotzig]: Ja, möglich wär's.

Mrs. Carroll [sauer]: Vielleicht aber auch nicht. Hast du vielleicht die hier gesucht? [Sie zeigt ihm einen
10 Plastikbeutel mit Pillen.] Willst du mir weismachen, dass das Vitamine sind?

Jim: Ach, fick dich, Ma.

Mrs. Carroll [schreit]: Was? Raus aus meinem Haus. [Jim bewegt sich in sein Zimmer. Mrs. Carroll geht
15 ihm nach.]

Jim: Ach, das war's, was du wolltest?

Mrs. Carroll [schreit]: Raus hier. So redest du nicht mit mir, mein Junge.

Jim [schreit sie an]: Wenn das dein Wunsch ist, verschwinde ich, o.k.? [Er beginnt, Kleidung aus seinem Schrank zu räumen.]
20

Mrs. Carroll [entsetzt]: Was machst du da?

Jim [schreit sie weiter an]: Ich hau ab! Was denkst du denn?

Mrs. Carroll [schreit ihren Sohn an]: Sehr gut. Und nimm ja deinen ganzen Mist mit. [Sie reißt ihm die Kleidung aus den Händen und wirft sie wütend zu Boden.] Ich helf' dir dabei. Hier! Verschwinde!

Jim [noch immer laut]: Du willst, dass ich gehe?

Mrs. Carroll [aufgelöst]: Ja, hau ab. 30

Jim [stößt seine Mutter zur Seite]: Das werde ich auch. Mach Platz, und lass mich in Ruhe!

Mrs. Carroll [kreisend und weinend]: Dieser Dreck wird dich umbringen! Jim!

Jim [reißt die Haustür auf]: Ich geh' ja schon. [Er
35 schmeißt die Haustür hinter sich zu.]

Mrs. Carroll [schreit verzweifelt hinter verschlossenen Türen]: Es bringt dich noch um! [Jim schwankt die Vordertreppe zur Straße hinunter. Als er endlich auf der Straße ist, blickt seine Mutter aus dem Fenster.] Verstehst du denn nicht, ich werd' nicht mit
40 ansehen, wie du zugrunde gehst.

Jim [antwortet patzig]: Ja, Ma, du wirst mich in deinem Leben nie wiedersehen. Das schwöre ich dir. Du wirst schon sehen. 45

M2 Du bekommst meine Hilfe!

[Die Innentür von Mrs. Carrolls Wohnung ist sichtbar. Es klopft.]

Mrs. Carroll [im Off]: Wer ist da?

Jim [im Off, aber man merkt deutlich, dass er auf Entzug ist]: Ma. Lass mich rein. Ma. Lass mich rein. 5 [Er klopft weiter.]

[Mrs. Carroll öffnet den Spion, um zu sehen, wer vor ihrer Tür steht. Jim klopft erneut. Sie öffnet vorsichtig und leise alle Türverriegelungen, bis auf die Türkette.] 10

Jim [stöhnend]: Bitte, Ma. [Er klopft ein weiteres Mal.] Ma? Ey, Ma? Was ist? Bist du da? Bist du da?

Mrs. Carroll [ruhig]: Ja.

Jim [nervöser werdend]: Ma? Ma? Bist du da?

Mrs. Carroll [noch immer einigermaßen ruhig]: Ja. 15

Jim: Hi. Hi, Ma. Hi! Hi! Hör zu, entschuldige, du musst mir helfen. [Er zieht die Nase hoch und steckt seine linke Hand durch den Türspalt.] Sei so nett und

gib mir 'n bisschen Geld, o.k.? Also, ich brauch unbedingt 5 \$ oder 10 oder 20. Irgendwas in der Richtung, weil ich in Schwierigkeiten bin. [Er zieht die Nase hoch und spuckt auf den Boden des Flurs.] Ma? Ma? Hörst du mich?

Mrs. Carroll [kurz vor dem Weinen]: Ja, ich hör dich.
25 Doch ich kann dir nicht helfen.

Jim [unruhiger]: O.k.! Hör zu. Du brauchst mir nur ein bisschen Geld zu geben, o.k.?

Mrs. Carroll [die am liebsten die Tür aufmachen würde]: Jim, das kann ich nicht.

30 **Jim** [versucht vernünftig zu bleiben]: Wieso nicht? Ma, du kennst mich doch. Ich würde nie etwas Unrechtes tun. Die Sache ist nur die, ich muss für kurze Zeit die Stadt verlassen. Ich bin 'n bisschen in Schwierigkeiten. Daher brauche ich deine Hilfe. O.k.?
35 Du musst mir 'n bisschen Geld geben, Ma. [Er steckt jetzt den ganzen Arm durch den Türspalt.] Kannst du meine Hand halten?

Mrs. Carroll [aufgelöst, hält seine Hand]: Ja, ich halte deine Hand.

40 **Jim**: Mum, gibst du mir bitte 'n bisschen Geld? [Er wiederholt seine Forderung mit Nachdruck.] Mum, gibst du mir bitte 'n bisschen Geld? Verscheißer mich nicht!

Mrs. Carroll [steht kurz vor dem Weinen]: Ich kann nicht.

Jim [schreit]: Mum, gib mir jetzt verdammt noch mal bitte das Geld. Was soll der Scheiß? Ich bin dein Sohn!

50 **Mrs. Carroll** [verzweifelt]: Ich – ich hab' keins. [Sie versucht die Tür zu schließen.]

Jim [lauter als zuvor]: Ma, hör jetzt auf mit der Scheiße. Gib mir 'n bisschen Geld. Ma! Komm schon, lass mich – verdammt noch mal – rein. [Mrs. Carroll schafft es, die Tür zu verschließen und verriegelt sie wieder
55 komplett. Jim haut mit den Fäusten gegen die Tür.] Ich will rein. [Er weint sterbenselend.] Lass mich rein. [Er schluchzt und schlägt weiter gegen die Tür.] Lass mich rein. Ehrlich, ich brauch' das Geld. Ganz dringend brauch' ich das Geld. [Jim sackt vor der Haustür
60 in sich zusammen.] Oh, scheiße.

Mrs. Carroll [telefoniert mit der Polizei]: Officer, da versuchen gerade welche, in meine Wohnung einzu-



brechen. Sie haben ein Messer. [Sie hört Jim weinen.]

Jim [immer hoffnungsloser]: Mum! [Mrs. Carroll hört ihren Sohn weinen. Sie selbst sitzt zusammengebrochen auf dem Fußboden.] Mum, es ist so furchtbar.

[Mrs. Carroll kramt in ihrer Tasche und holt einen größeren Dollarschein hervor. Jim ist im Off.] Du weißt ja gar nicht, was du mir antust! [Jim sitzt immer noch auf dem Flur.] Es tut furchtbar weh. Wie

70 kannst du das deinem Sohn antun? [Jetzt schreit er.] Miststück! [Mrs. Carroll hält den Telefonhörer in der einen, den Dollarschein in der anderen Hand. Sie weint lautlos.] Verdammtes Miststück! [Jim schreit jetzt, weil der Entzug ihm Qualen bereitet.] Lass mich

75 rein. Ich tu dir auch nichts. Ich bin ein ganz braver Junge. Ich bin ein ganz braver Junge, Ma. [Mrs. Carroll weint leise am Telefon, hält aber immer noch den Dollarschein in der Hand.] Wenn du mich reinlässt, ah – ah – ah ...

[Polizisten verhaften Jim und führen ihn ab. Vor dem Haus schreit Jim noch einmal.] Lasst mich los! Ihr Arschlöcher! Leckt mich doch, ihr Wichser! [Die Polizisten setzen Jim in ein Polizeiauto. Er schreit.] Ma?

80 Wie kannst du so was tun? Ma? [Dann stöhnt er vor Schmerzen.] Ah! Ah! Ma. [Ein letztes Mal versucht er sie zu erreichen. Aber sein Ruf ist kraftlos.] Ma.

Aufgaben

- 1 Nehmt Stellung dazu, ob Mrs. Carroll richtig gehandelt hat, als sie Jim wegen seines Drogenkonsums aus der Wohnung warf. > M1
- 2 Stellt dar, inwiefern Mrs. Carroll ihrem Sohn gegenüber Verantwortung übernommen hat. > M2
- 3 Versetzt euch in Jims Lage und schreibt einen Brief an seine Mutter, in dem er nach erfolgreichem Entzug darstellt, wie er ihr Verhalten damals beurteilt hat und wie er es heute einschätzt. > M1/M2 V

Clean werden

M1 Kein Problem

„Ich kann ja **JEDERZEIT** aufhören.“

M2 Kalter Entzug

Nachmittags ging es dann voll los. Wir schluckten und schluckten diese [Beruhigungs-]Pillen und gossen noch ordentlich Wein obendrauf. Aber es half nichts. Ich hatte plötzlich meine Beine nicht mehr unter Kontrolle. Auf den Kniekehlen war ein unheimlicher Druck. Ich legte mich auf den Fußboden und machte die Beine lang. Ich versuchte, die Beinmuskeln anzuspannen und wieder zu entspannen. Aber ich hatte keine Kontrolle mehr über die Muskeln. Ich drückte die Beine gegen den Schrank. Und da waren sie dann. Ich kriegte die Beine nicht mehr weg vom Schrank. Ich wälzte mich auf dem Fußboden rum, und die Füße blieben irgendwie am Schrank kleben. Ich war total nass von eiskaltem Schweiß. Ich fror und zitterte, und dieser kalte Schweiß lief mir übers Gesicht in die Augen. Dieser Schweiß stank tierisch. Ich dachte, das ist das tierisch stinkige Gift, was jetzt aus dir rauskommt. Ich kam mir echt vor wie auf meiner Teufelsaustreibung.

Detlef ging es noch schlechter als mir. Er war am Ausflippen. Er zitterte vor Kälte und zog sich plötzlich seinen Pullover aus. Er setzte sich auf meinen Stuhl in der Fensterecke. Seine Beine waren ständig in Bewegung. Er rannte im Sitzen. In wahnsinnigen Zuckungen gingen diese bleistiftdünnen Beine auf und ab. Er wischte sich immer wieder den Schweiß aus dem Gesicht und bebte richtig. Das war schon kein Zittern mehr. Er krümmte sich immer wieder zusammen und schrie dabei. Magenkrämpfe. [...]

Mein Mund und mein Hals waren total trocken. Aber der Mund war auch voll von Speichel. Ich konnte ihn nicht runterschlucken und fing an zu husten. Je krampfhafter ich versuchte, diesen Speichel runterzuschlucken, desto stärker wurde dieser Husten. Ich kriegte einen Hustenkrampf, der überhaupt nicht mehr aufhörte. Dann fing ich an zu kotzen. Ich kotzte voll auf meinen Teppich. Es war weißer Schaum, den ich auf den Tep-

pich spuckte. Ich dachte, wie früher bei meiner Dogge, wenn sie Gras gefressen hatte. Das Husten und das Kotzen hörten überhaupt nicht mehr auf. [...] Irgendwann fingen die Pillen und der Wein doch an zu wirken. Ich hatte fünf Valium gefressen, zwei Mandrax und dann noch fast eine ganze Flasche Wein draufgegossen. Danach hätte ein normaler Mensch ein paar Tage gepennt. Mein Körper war so vergiftet, dass er kaum noch auf dieses Gift reagierte. Ich wurde aber wenigstens ruhiger und legte mich auf mein Bett. Wir hatten neben das Bett eine Liege gestellt, und auf die legte sich dann auch Detlef. Wir berührten uns nicht. Jeder war voll mit sich selber beschäftigt. Ich kam in eine Art Halbschlaf. Ich schlief und wusste zur gleichen Zeit, dass ich schlief, und spürte die verdammten Schmerzen voll. [...] Ich hasste meinen Körper. Ich wäre froh gewesen, wenn er mir einfach weggestorben wäre. [...]

Am nächsten Morgen ging es uns echt besser. Die alte Fixer-Regel, dass der zweite Tag des Entzugs der schlimmste sei, stimmte also für uns nicht. Aber es war ja auch unser erster Entzug, und der ist immer halb so schlimm wie die folgenden. [...]

Dann kam auch meine Mutter mit einer RiesenÜberraschung, die uns ganz happy machte. Sie war bei ihrem Arzt gewesen, und der hatte ihr eine Flasche Valeron verschrieben. Detlef und ich nahmen jeder 20 Tropfen, wie es der Arzt verordnet hatte. Wir aas-ten nicht mit dem Zeug, denn es sollte ja die ganze Woche reichen. Wir kamen gut auf Valeron. Der Entzug war nun echt zu ertragen. [...]

Am siebten Tag standen wir dann auf. Meine Mutter war ganz happy, dass alles überstanden war. [...] Wir glaubten das alles ganz ernsthaft. Unsere Illusionen hatten ja schon damit angefangen, dass wir dachten, diese Woche bei meiner Mutter mit Schmerzen und Kotzen sei ein echter Entzug gewesen. Sicherlich, aus dem Körper hatten wir das Gift raus, jedenfalls das Heroin. Aber dafür hatten wir uns ja reichlich mit Valeron, Valium und so weiter vollgestopft. Und wir hatten keinen Gedanken darauf verschwendet, was eigentlich nach dem körperlichen Entzug sein sollte.

Christiane F.

M3 Qualifizierter Drogenentzug

Die meisten der Drogenabhängigen, die einen Entzug durchführen, werden rückfällig, je nach Droge sind es 60 – 80%. Das zeigt, wie schwierig ein Entzug ist. Entzug heißt nicht einfach nur, auf die Droge, die man bisher zu sich genommen hat, zu verzichten. Die Entgiftung des Körpers ist ein schwieriger Umstellungsprozess, der mit vielen unangenehmen Begleiterscheinungen verbunden ist, so dass er von Medizinern begleitet werden muss. Aber selbst, wenn die Entgiftung gelungen ist, kann man noch nicht als „geheilt“ gelten.

Es geht darum, die Betroffenen auch psychisch zu betreuen. Ein Mensch wird ja nicht suchtmittelabhängig, wenn er eine ausreichend gefestigte Persönlichkeit hat. Daher ist zu untersuchen, was die Betroffenen dazu geführt hat, dass sie in die Abhängigkeit geraten sind. Welche Probleme haben sie in ihrem Leben? Wie sind sie bisher mit diesen Schwierigkeiten umgegangen? Wie können sie dahin gebracht werden, ihre Probleme anders zu lösen als durch Drogenkonsum?

Darüber hinaus muss auch noch das soziale Umfeld der Suchtmittelabhängigen beleuchtet werden; die Betroffenen müssen befähigt werden, neue Beziehungen und neue Beziehungsmuster aufzubauen. Wenn sie wieder in ihr altes soziales Umfeld geraten und die alten Beziehungen wieder aufnehmen, ist die Gefahr groß, dass sie auch wieder zur Droge greifen. Ein qualifizierter Drogenentzug kann also keinesfalls im Alleingang, als Selbstheilungsversuch, durchgeführt werden; dazu braucht man vielmehr die Begleitung von Fachleuten, von Medizinern, Psychotherapeuten, Sozialtherapeuten. Es ist also nötig, sich in eine stationäre Behandlung in einer entsprechenden Fachklinik zu begeben. Dort muss man mit einem durchschnittlichen Aufenthalt von fünf bis sechs Wochen rechnen.

Aber auch dann ist der Erfolg noch nicht garantiert. Viele Klientinnen oder Klienten brechen ihre Therapie vorzeitig ab – die meisten von ihnen schon nach sieben Tagen. Sie bringen nicht die Willenskraft auf, ihre alten Verhaltensmuster zu überwinden. Ohne diesen Willen zum Entzug sind aber alle Entwöhnungsversuche zwecklos.

M4 Statement einer Drogenberaterin

Wenn jemand zu uns kommt, ist schon ein wichtiger Schritt getan. Um ihm weiterzuhelfen, schauen wir, wie schwer seine Abhängigkeit ist. In leichteren Fällen machen wir Gesprächsangebote. Außerdem versuchen wir, Eltern, Freunde, Partner mit ins Boot zu holen. In schwereren Fällen veranlassen wir die Aufnahme in einen qualifizierten Entzug.

Übrigens: Alle Beratungsstellen arbeiten kostenlos. Bei der Beratung werden die vertraulichen Informationen nicht an die Polizei weitergeleitet. Auf Wunsch sind alle Gespräche anonym. Genau wie Ärzte sind Suchtberater zum Schweigen verpflichtet – auch wenn es um illegale Drogen geht.




Wenn du Hilfe suchst

Im Telefonbuch oder im Internet findest du Beratungsstellen

- unter den Stichworten Suchtberatungsstelle, Psychosoziale Beratungsstelle oder Jugend- und Drogenberatungsstelle,
- bei Wohlfahrtsverbänden, z. B. Arbeiterwohlfahrt (AWO), Caritasverband, Deutsches Rotes Kreuz,
- bei den örtlichen Gesundheitsämtern.

Aufgaben

- 1 Formuliere eine Antwort auf diese Aussage einer dir nahestehenden Person, von der du weißt, dass sie zu viel Alkohol trinkt (raucht, weiche oder harte Drogen konsumiert). > M1
- 2 Beschreibt, wie sich der Entzug bei Christiane und Detlef bemerkbar macht. > M2
- 3 Diskutiert mit Bezug auf den letzten Absatz, ob sie ihr Drogenproblem überwunden haben. > M2
- 4 Stellt in einem Schaubild dar, welche Schwierigkeiten Drogenabhängige bei einem Entzug zu bewältigen haben. > M3
- 5 Ladet einen Drogenberater in euren Unterricht ein oder besucht eine Drogenberatungsstelle und findet heraus, inwieweit Betroffenen geholfen werden kann. > M4 

Der Sucht vorbeugen

M1 No risc – no fun?



M2 Riseflecting – Risiko einschätzen

Riseflecting ist eine Zusammensetzung aus den Wörtern *risc* (Risiko) und *reflecting* (reflektieren, einschätzen). Man bezeichnet damit einen neuen Ansatz

in der Suchtpädagogik, der sich von dem Ansatz unterscheidet, Tabak, Alkohol usw. vollständig zu vermeiden, was unrealistisch ist.

Riseflecting-Pädagogik geht davon aus, dass das Leben immer Risiken mit sich bringt und insbesondere Jugendliche aus entwicklungspsychologischen Gründen dazu neigen, Risiken einzugehen.

Ein Risiko ist etwas anderes als eine Gefahr im objektiven Sinne. Unter Gefahr im objektiven Sinne versteht man etwas, das unabhängig vom Handelnden besteht (z.B. die Gefahr eines Hochwassers, eines Erdbebens, eines Tsunamis usw.). Ein Risiko ist dagegen an die Entscheidungen und Handlungen einer *Person* gebunden. Damit ist eine mögliche Gefahr gemeint, die jemand bei einer Entscheidung oder Handlung eingeht. Jemand, der sich in ein Flugzeug setzt, um in den Urlaub zu fliegen, geht damit ein gewisses Risiko für sein Leben ein, denn das Flugzeug könnte abstürzen. Und jemand, der Zigaretten raucht oder Alkohol trinkt, riskiert damit in gewissem Sinne seine Gesundheit.

Ziel des Riseflecting-Konzeptes ist es nicht, jegliches Risiko ganz auszuschließen, denn wer alle Risiken vermeidet, lebt eigentlich nicht richtig. Vielmehr geht es darum, durch Übungen zu lernen, das Risiko, das man eingeht, realistisch einzuschätzen. Entscheidend ist hier der Begriff des Wagnisses. Jemand, der etwas wagt, ist niemand, der sich bewusst in Gefahr begibt; er hat vielmehr „abgewogen“, was er sich zutrauen kann und was nicht. Er weiß um seine Möglichkeiten, aber auch um seine Grenzen, er kennt sein Limit.

Was das mit Sucht- und Drogenprävention zu tun hat?

Gerade bei Drogen geht es darum, das Risiko einschätzen zu können, das man eingeht. Ist das Risiko, ein oder zwei Glas Bier zu trinken, noch vertretbar? Kann ich es vor mir selbst verantworten, täglich eine Schachtel Zigaretten zu rauchen? Welche Folgen hat es für mich, wenn ich härtere Drogen zu mir nehme? Das Wichtigste in diesem Zusammenhang ist, für sich und andere verantwortlich entscheiden zu können.

M3 Prävention statt Therapie

Der Ex-Hürdenläufer und Sportwissenschaftler Harald Schmid ist Beauftragter für Suchtprävention der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.

Welches Ziel verfolgen Sie als Beauftragter für Suchtprävention?

Ziel muss es sein, die Menschen nicht von der Sucht wegzubringen, sondern sie gänzlich davon abzuhalten. Prävention lautet unser Ansatz. Bei den Eltern anzufangen, ist allerdings zwecklos, denn von dort, wo sie falsch erzogen wurden, kommen die Kinder ja gerade her. Die Kinder müssen so früh wie möglich über Suchtgefahren aufgeklärt werden.

Aufklärung durch Abschreckung?

Das dürfte heute nicht mehr funktionieren, hat auch früher nicht funktioniert. Auch für Kinder haben Zigaretten einen positiven Stellenwert. Die Werbung täuscht vor, dass Rauchen stark macht, cool aussieht. Und da wollen Sie einem Kind sagen, wenn du rauchst, bekommst du irgendwann später Lungenkrebs? Kinder können das nicht nachvollziehen. Man muss die Suchtprävention für Kinder anders gestalten. Die Kinder müssen dazu kommen, von sich aus zu sagen: Ich brauche weder Zigaretten noch Alkohol, um erwachsen zu sein, um von anderen anerkannt zu werden. Wir müssen Kindern und Erwachsenen zeigen, dass es für das Glück des Einzelnen andere Wege gibt. Sucht ist eine Art, nach dem Glück zu suchen. Doch es ist wichtig zu erkennen, dass nicht nur die Flasche Wein das Glück beschert. Es gibt andere Möglichkeiten des Glücksgefühls.

Was können die Schulen zur Suchtprävention beitragen?

Es wird erklärt, welche Inhaltsstoffe in den Drogen enthalten sind, wie die Therapie aussieht. Das wird unter Aufklärung verstanden. Nur wird dadurch niemand von der Sucht abgehalten. Ich will das Thema der illegalen Drogen gewiss nicht verharmlosen, aber, verglichen mit den legalen, ist der Stellenwert in der öffentlichen Diskussion falsch. Eine Viertel Million Kinder und Jugendliche sind so alkoholabhängig, dass sie keine Kontrolle mehr über den Alkoholkonsum haben. Immerhin fünf Prozent der Neunjährigen konsumieren regelmäßigen Alkohol. Viele Kinder nehmen

ständig Medikamente ein zur Leistungssteigerung. Der Zugang zu diesen Medikamenten wird verharmlost. Und doch ist es oft der Anfang der Sucht. Schule müsste daher den Umgang mit den legalen Drogen stärker in den Vordergrund rücken. Sie müsste den Kindern aufzeigen, dass es andere Wege gibt, um sich glücklich zu fühlen. Und sie müsste ein Klima des Vertrauens entwickeln, in dem Kinder ihre Probleme artikulieren können. Denn genau dafür sind sie oft nicht stark genug. Sie dafür stark zu machen, darin müsste ein Erziehungsziel liegen. *nach Harald Schmid*

Suchtprävention

Unter Suchtprävention versteht man vor allem Maßnahmen zur Verhinderung des Konsums legaler und illegaler Drogen. Sie erstreckt sich auf vier Bereiche:

1. **Aufklärung** über die Risiken des Konsums von Drogen
2. **Regulation** (gesetzliche Bestimmungen bezüglich des Konsums, z. B. Besteuerung, Altersfreigaben, Warnhinweise, Verbot usw.)
3. **Kriminalisierung** (Reduzierung des Angebots an Drogen durch Strafverfolgung von Herstellern und Dealern)
4. **Kausale Prävention** (Vermeidung der Ursachen für Drogenkonsum durch Förderung einer starken Persönlichkeit, eines intakten sozialen Umfeldes usw.)

Aufgaben

- 1 Beschreibt die Situationen auf den Bildern. Was würdest du dir selbst zutrauen, was nicht? Begründe deine Entscheidung. > M1
- 2 Arbeitet heraus, inwiefern sich ein Risiko von einer Gefahr unterscheidet. > M2
- 3 Erläutert das Ziel des Risiflecting-Konzeptes. Diskutiert seine Eignung für die Suchtprävention. > M2
- 4 Erläutert, wie es nach Schmid gelingen kann, dem Konsum von Drogen vorzubeugen, und was er für ungeeignet hält. Nehmt Stellung dazu. > M3
- 5 Recherchiert im Internet Anti-Drogen-Kampagnen, stellt sie im Kurs vor und beurteilt sie. > M1–M3 V

Eine starke Persönlichkeit

M1 Vertauschte Rollen

Eines Tages war es Nathalie einfach zu viel. [...] [Die 12-Jährige] hält [...] es zu Hause nicht länger aus und ruft die Polizei. [...] Nathalie ist eine von vielen Jugendlichen und Kindern, die mit suchtkranken Eltern aufwachsen. Annähernd drei Millionen Minderjährige sind in Deutschland betroffen. In den meisten Familien ist der übermäßige Alkoholkonsum das zentrale Problem. [...] „Das Hauptproblem für die Kinder und für die Familien ist das veränderte Elternverhalten, das sich durch die Suchtstörung ergibt“, erklärt Michael Klein, Professor für Klinische Psychologie und Suchtforschung an der Katholischen Fachhochschule Köln. [...] In der Folge vernachlässigen suchtkranke Eltern häufig die Versorgung ihrer Kinder. [...] Durch die Vernachlässigung werden die Rollen in der Familie oftmals neu verteilt. Wie Nathalie übernehmen ältere Kinder und Jugendliche beispielsweise die Versorgung und die Verantwortung für ihre jüngeren Geschwister oder kümmern sich um ihre [...] Eltern. Die betroffenen Kinder übernehmen somit Aufgaben, die nicht ihrem Alter entsprechen. Meist überfordert die Kinder dies jedoch. [...] Kinder mit suchtkranken Eltern [haben] ein erhöhtes Risiko, eine Abhängigkeitserkrankung oder eine andere psychische Störung zu entwickeln. [...] [Doch] ein Drittel der Kinder schaffe es, mehr oder weniger unbeschadet, die starke Belastung durch die Suchterkrankung der Eltern zu überstehen.

www.drugcom.de

M2 Zauberwort Resilienz

Warum bewältigen einige Menschen Krisensituationen besser als andere? Sie zeichnen sich durch Resilienz aus. Was darunter zu verstehen ist, erklärt Psychologe Klaus Fröhlich-Gildhoff.

Mit Resilienz bezeichnen wir die psychische Widerstandskraft eines Menschen beim Auftreten von Krisen, bei Belastungen, aber auch bei Entwicklungsschritten im Leben. Der Begriff kann – je nach Auslegung – recht weit gefasst sein. Eine Belastung kann ja schon eine Klausur sein. Gehe ich da mutig und zuver-

sichtlich ran? Oder eher ängstlich, erschüttert mich die Prüfung? Für manche Psychologen zeigt sich Resilienz allerdings erst dann, wenn ein Mensch in ganz massive Krisen gerät [...]. Und bei diesem Faktor Widerstandskraft unterscheiden wir uns zum Teil deutlich voneinander. [...] Personen mit innerer Stärke zeichnen sich unter anderem dadurch aus, dass diese Kraft ihnen bewusst ist und sie unter Stress einen kühlen Kopf bewahren können. Sie sind in der Lage, Probleme zu analysieren und lösungsorientiert zu bewältigen. Menschen mit hoher Resilienz verzweifeln nicht an ihrem Schicksal. Vielmehr gelingt es ihnen, aus Krisen – etwa einer schweren Erkrankung – gestärkt hervorzugehen. Auch können sie negative Gedanken vergleichsweise gut aushalten und ablegen; sie fokussieren sich auf ihre Kräfte, sind in der Regel zuversichtlich und nicht allzu ängstlich. [...]

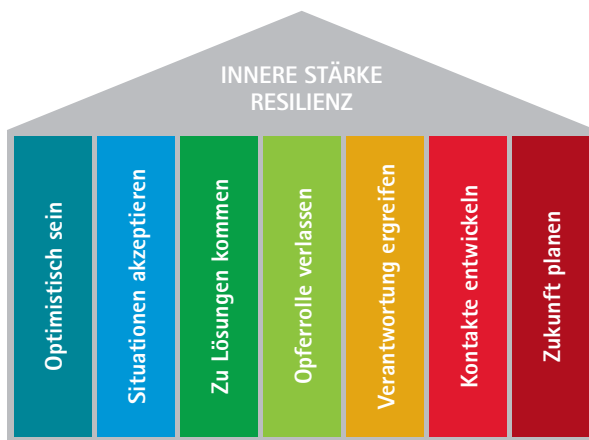
Wissenschaftler [sind sich] einig, dass Resilienz keine angeborene Eigenschaft der Persönlichkeit ist, sondern im Verlauf des Lebens entwickelt wird. Von besonderer Bedeutung sind dabei die frühen Lebensjahre. [...]

[Was Heranwachsende im Laufe ihrer Entwicklung widerstandsfähig macht, ist das] Erleben einer stabilen, sicheren, Halt gebenden Beziehung. Der US Entwicklungspsychologe hat es einmal auf den Punkt gebracht: „You need somebody who is crazy about you“; als Kind, aber natürlich auch später noch, brauchst du jemanden, der verrückt nach dir ist. Einen, der dich liebt, dich annimmt, der dir deine Fehler verzeiht. Der dir aber auch Anforderungen setzt. Im optimalen Fall sind das natürlich die Eltern. Es können aber auch andere Personen sein: die Nachbarin, die große Schwester, die Tante, später auch der Lebenspartner oder Freunde. [...] Selbst jene Menschen, die in der Kindheit keine derart stabile, liebevolle Beziehung erlebt haben, können später durchaus Resilienz entwickeln. Denn es gibt noch weitere „personale Schutzfaktoren“, wie wir es nennen – Fähigkeiten also, die Menschen vor Überforderung, Angst, Krisen schützen.

GEO Wissen Nr. 57/2016

M3 Die sieben Säulen der Resilienz

Resilienz beruht nach Ansicht von Psychologen auf sieben Fähigkeiten, die aktiv erworben werden können:



1. Optimismus/Selbstwirksamkeit

ist die Fähigkeit, hoffnungsfroh in die Zukunft zu blicken und an einen guten Verlauf der Dinge zu glauben. Optimisten wissen, dass sie die Kraft haben, ihr eigenes Leben in die Hand zu nehmen, dass Schwierigkeiten und Krisen vorübergehend sind.

2. Situationen akzeptieren / Akzeptanz, sich selbst akzeptieren,

bedeutet, Situationen, die nicht mehr zu ändern sind, anzunehmen, die Vergangenheit vergangen sein lassen und sich damit zu versöhnen. Es heißt jedoch nicht, etwas wehrlos hinzunehmen, sondern im Gegenteil, den Mut zu haben, die Realität mit offenen Augen zu sehen und zu begreifen. [...]

3. Zu Lösungen kommen / Lösungsorientierung

nachdem man die Situation angenommen und hinter sich gelassen hat, geht es darum, nach vorne zu schauen und nach Lösungen zu suchen. Lösungsorientierung bedeutet, klare Ziele zu formulieren und Wege der Realisierung zu finden. [...]

4. Opferrolle verlassen

bedeutet, die Passivität aufzugeben [...] und sich bei neuen Handlungsweisen zu erleben. Bestes Beispiel dafür sind behinderte Menschen, die Herausforderungen annehmen und besondere Leistungen schaffen, z.B. Sportler, die an den Olympischen Spielen der Behinderten, den s.g. Paralympics teilnehmen.

5. Verantwortung ergreifen / Verantwortungsübernahme

heißt Initiative zu zeigen und sich aktiv für die Erreichung der eigenen Ziele einzusetzen. Das setzt eine nüchterne Einschätzung der Situation und des eigenen Beitrags daran voraus. [...] Es geht darum, sich nicht vor Verantwortung zu drücken, sondern genau so viel zu übernehmen, wie einem zukommt. Nicht weniger – aber auch nicht mehr.

6. Kontakte knüpfen, Beziehungen gestalten / Netzwerkorientierung

bedeutet die Fähigkeit, ein Netzwerk von menschlichen Beziehungen zu knüpfen und zu nutzen. Sinnvoll ist es, in mehreren Gemeinschaften eingebunden zu sein – außer dem familiären und beruflichen Umfeld auch im Freizeit- und ehrenamtlichen Bereich (z.B. Gartenverein, Chor, freiwillige Feuerwehr etc.). Bereits die Existenz dieses Netzwerks gibt ein Gefühl der inneren Stärke und es erweist sich insbesondere in schwierigen Zeiten als sehr unterstützend und wertvoll.

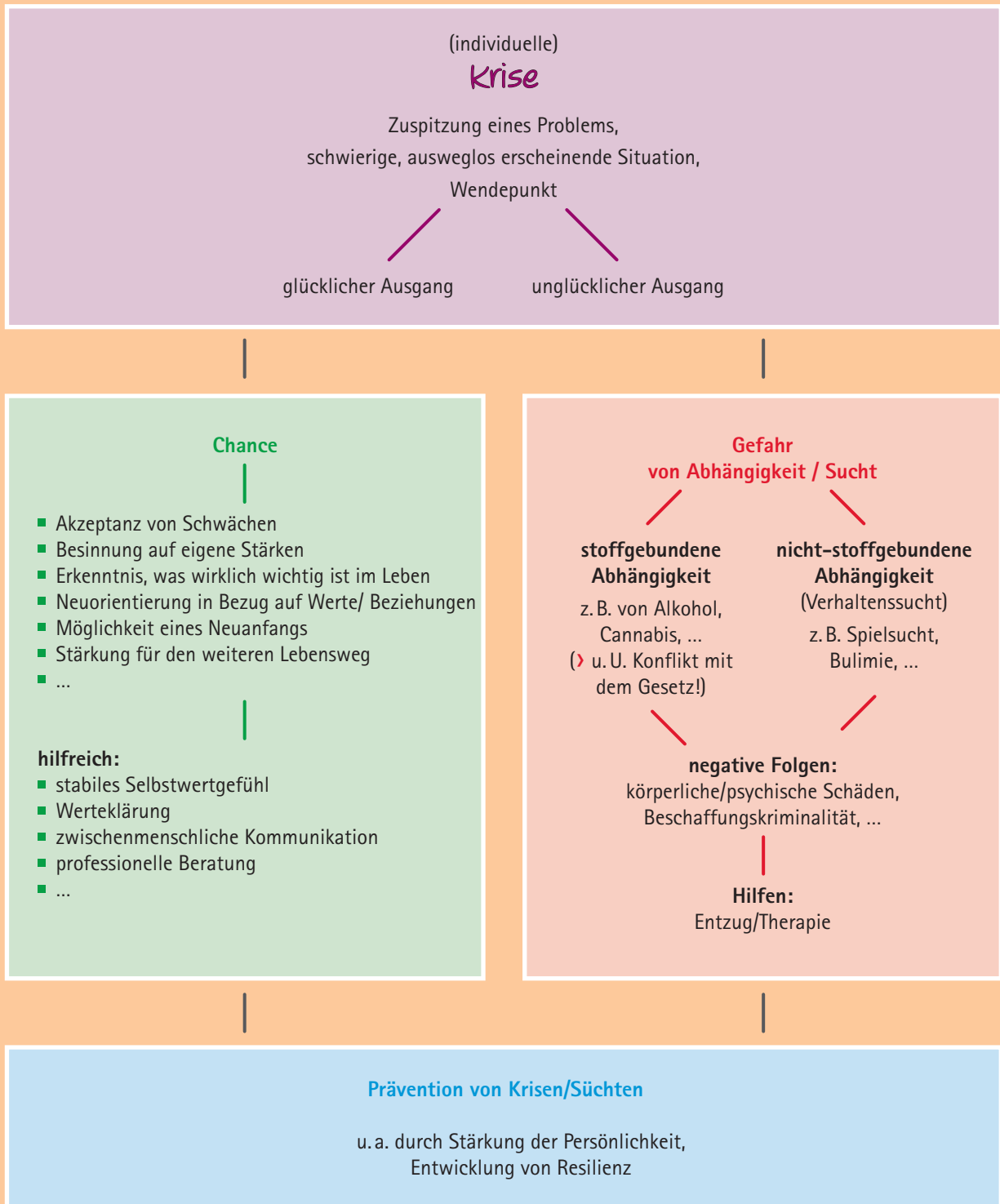
7. Zukunftsplanung

bezeichnet die Umsicht, sich auf die Zukunft aktiv und bewusst vorzubereiten. Resiliente Menschen versuchen, absehbaren Schwierigkeiten vorzubeugen, überlegen sich rechtzeitig Alternativen zu ihrem jetzigen Leben (Plan B) und entwickeln Visionen, wie sie künftig leben und arbeiten wollen.

Aufgaben

- 1 Beschreibt, was Nathalie erlebt und wie sie in ihrer schwierigen Situation gehandelt hat. > M1
- 2 Stellt dar, welche Auswirkungen die Suchterkrankung von Eltern auf ihre Kinder haben kann, und überlegt, weshalb es einigen Kindern gelingt, unbeschadet aus einer solchen Situation herauszukommen. > M1
- 3 Erklärt, was Resilienz bedeutet und wie sie nach Meinung von Wissenschaftlern entsteht bzw. erworben werden kann. > M2
- 4 Erläutert die sieben Säulen der Resilienz, indem ihr Beispiele aus eurem Umfeld dazu findet. > M3
- 5 Informiert euch über Jugendliche in eurem Alter, die sich durch besondere Stärke auszeichne(te)n, und stellt sie im Kurs vor: Anne Frank, Malala Yousafzai, ... > M1–M3

Was ich weiß



Was ich kann

Überprüfe dich selbst. Wenn du dich bei einem Punkt noch unsicher fühlst, lies und bearbeite (ggf. mit Partner/in) die passende Schulbuchseite noch einmal

Ich kann ...	Meine Einschätzung			
	--	-	+	++
... individuelle Krisensituationen an Beispielen beschreiben › S. 80–89				
... erklären, was man unter einer Krise versteht › S. 80–81				
... lösungsorientierte Möglichkeiten zum Umgang mit Krisen beschreiben › S. 82–89				
... den typischen Verlauf einer Krise darstellen und erklären, inwiefern Krisen auch Positives bewirken können › S. 90–91				
... anhand von Beispielen Krisensituationen als mögliche Ursachen von Sucht und Abhängigkeit darstellen › S. 92–93				
... stoffgebundene Süchte von Verhaltenssüchten unterscheiden › S. 92–107				
... rechtliche Bestimmungen des Jugendschutz- und Betäubungsmittelgesetzes zum Gebrauch von Drogen darstellen › S. 96–103				
... mögliche negative Auswirkungen von Süchten benennen und erläutern › S. 92–93, 96–107				
... lösungsorientierte Möglichkeiten zur Therapie und zur Prävention von Drogenmissbrauch beschreiben und bewerten › S. 106–113				
... erläutern, welche Faktoren der Entwicklung einer starken Persönlichkeit (Resilienz) förderlich sind › S. 112–115				
... meinen Standpunkt in einer Kontroverse (z. B. um die Legalisierung von Cannabis) vertreten › S. 100–101				



NEU:

Schalten Sie durch die Verknüpfung von click & teach und click & study alle Ihre Materialien für Ihre Schülerinnen und Schüler frei.

Sie möchten **click & study** kostenfrei für 100 Tage testen? Dann schreiben Sie bitte eine E-Mail mit Angabe der betreffenden Bestellnummer an digitale-schulbuecher@ccbuchner.de.



click & study
Das digitale Schulbuch

click & study bietet Ihren Schülerinnen und Schülern

- ▶ die **vollständige digitale Ausgabe** des C.C.Buchner-Lehrwerks.
- ▶ einen **modernen Reader** mit zahlreichen nützlichen Bearbeitungswerkzeugen.
- ▶ einen **direkten Zugriff auf Links und Zusatzmaterialien**, die in der Printausgabe über Mediacodes zugänglich sind.
- ▶ Die Möglichkeit der Freischaltung im Bildungslogin unter www.click-and-study.de und/oder unter www.bildungslogin.de.
- ▶ eine **flexible Nutzung auf verschiedenen Endgeräten** (PCs, Macs, Tablets) online und auch offline via App.

Die Printausgabe eines digitalen Schulbuchs ist an Ihrer Schule eingeführt?


Bei Einsendung der Rechnung oder ggf. eines anderen Einführungsnachweises erhalten Sie nach Einsendung der Rechnung von uns die entsprechende Anzahl an click & study-Titeln für jeweils **€ 1,- pro Titel und Jahr**. Bitte schreiben Sie eine E-Mail (mit beigefügtem Kaufbeleg) an digitale-schulbuecher@ccbuchner.de.



Lizenzmodelle

Für jeden Bedarf das passende click & study-Angebot!

Einzellizenz
nur für mich

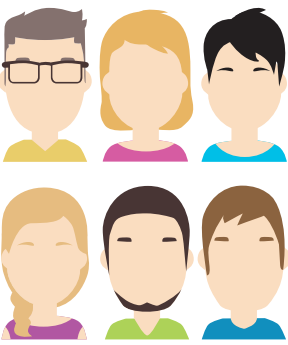



Einzellizenz eines Titels

click & study:
digitaler Freischaltcode

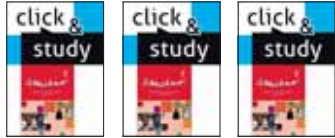


Schullizenz
für die Schülerinnen
und Schüler




Mehrfachlizenzen eines Titels

click & study:
digitale Freischaltcodes zum Normalpreis




Mehrfachlizenzen eines Titels bei eingeführtem Klassensatz 2€

► entsprechende Anzahl der digitalen Schulbücher vergünstigt für nur € 2,-



Sie haben Fragen zu click & study oder benötigen eine Schullizenz?

Wir helfen Ihnen gern!
Schicken Sie einfach eine E-Mail an digitale-schulbuecher@ccbuchner.de

Sie möchten einen click & study-Titel erwerben?



Besuchen Sie www.ccbuchner.de und bestellen Sie ganz einfach im Webshop.



C.C.BUCHNER

T21102