

LBRIS

We know
books

Ministerul Educației

SIMONA-ELENA POPA

BERATUNG UND PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG



6. Klasse



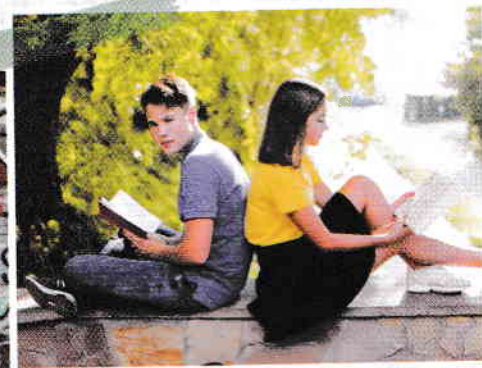
EDITURA DIDACTICĂ ȘI PEDAGOGICĂ

Botschaft an den Lehrer/die Lehrerin	5
Botschaft an den Schüler/die Schülerin	8
1. Lerneinheit: Zu Beginn der Reise	9
Einstieg: Reisevorbereitungen	10
1. Lektion: Was nehme ich mit? Meine persönlichen Eigenschaften.....	12
2. Lektion: Was nehme ich mit? Positive Einstellungen, Hoffnung und Optimismus	16
3. Lektion: Was nehme ich nicht mit? Stereotype und Diskriminierung.....	20
4. Lektion: Stressfrei einem erfreulichen Ziel entgegen. Das Wohlbefinden	24
5. Lektion: Wiederholung. Reiseandenken	28
6. Lektion: Wo bin ich angekommen? Selbstbewertung und Reflexion	30
2. Lerneinheit: Reise zwischen Gefühlen und Worten	33
1. Lektion: Aufenthalt in der Welt der Gefühle.....	34
2. Lektion: Am Lauf des Wassers: die Beziehung zwischen Ereignissen, Gedanken, Gefühlen und Verhaltensweisen	38
3. Lektion: Begegnung mit dem Kleinen Prinzen. Wie kommunizieren wir effizient?.....	42
4. Lektion: Wie kommunizieren wir in der realen und in der virtuellen Welt?	46
5. Lektion: Wiederholung. Reiseandenken	50
6. Lektion: Wo bin ich angekommen? Selbstbewertung und Reflexion	52
3. Lerneinheit: Lernschritte	55
1. Lektion: Im Gleichschritt mit Harap-Alb. Lernerfahrungen	56
2. Lektion: Einkehr in der Schule in Măriucas Dorf. Wir lernen zu lernen.....	60
3. Lektion: Auf- und Abstieg mit Heidi: Einstellungen und Verhaltensweisen, die zum effizienten Lernen führen	64
4. Lektion: Noch ein Schritt: Fortschritt und effizientes Lernen.....	68
5. Lektion: Wiederholung. Reiseandenken	72
6. Lektion: Wo bin ich angekommen? Selbstbewertung und Reflexion	74
4. Lerneinheit: Wege in die Zukunft	77
1. Lektion: Mit Pinocchio unterwegs. Berufe und Karrieren	78
2. Lektion: Spaziergang durch die Welt der Berufe: Der Code der Beschäftigungen in Rumänien.....	82
3. Lektion: Aufenthalt in der Berufswelt: Bildungswege, Beschäftigungen und berufliche Aufstiegsmöglichkeiten.	86
4. Lektion: Wege in die Zukunft: Auswahlkriterien für die berufliche Laufbahn	90
5. Lektion: Wiederholung. Reiseandenken	94
6. Lektion: Wo bin ich angekommen? Selbstbewertung und Reflexion	96
Jahreswiederholung: Ein erwünschtes Ziel: das Wohlbefinden	99
Schlussbewertung: Mein Schatzkästchen	100

Kompetenzen

Allgemeine und spezifische Kompetenzen

- 1 Aneignen einer positiven Einstellung zu sich selbst sowie eines gesunden und ausgewogenen Lebensstils**
 - 1.1 Erforschen der Entwicklungsrichtungen der persönlichen Eigenschaften
 - 1.2 Feststellen der Möglichkeiten zur Bewältigung von Stresssituationen zur Sicherung des Wohlbefindens
- 2 Harmonische Beziehungen mit anderen in schulischen und außerschulischen Kontexten**
 - 2.1 Ausdrücken von Gefühlen in Übereinstimmung mit den persönlichen Bedürfnissen und der Besonderheit der Situationen
 - 2.2 Erkennen der wirksamen Elemente der Kommunikation in den realen und virtuellen Medien
- 3 Nachsinnen über die Motivation und die Wirksamkeit der Strategien für den Lernfortschritt**
 - 3.1 Selbstbewertung der Lernfortschritte mithilfe einfacher Lerninstrumente wie Planung und Überwachung
 - 3.2 Bekunden des Interesses, von anderen zu lernen und die anderen beim Lernen zu unterstützen
- 4 Fassen von Beschlüssen in Bezug auf die Fortsetzung der Studien und der beruflichen Laufbahn durch die Verwertung der Informationen über sich selbst, die Bildung und die Berufstätigkeiten**
 - 4.1 Vergleichen einiger Bildungswege aus der Perspektive der Berufswahl
 - 4.2 Analyse der Berufstätigkeiten aus der Perspektive der Verantwortlichkeit, der Arbeitsbedingungen und der Auswirkungen auf den Lebensstil





Dieses Lehrbuch ist in vier Lerneinheiten gegliedert, in denen die vier allgemeinen sowie die acht spezifischen Kompetenzen behandelt werden. Jedes Kapitel beschäftigt sich schwerpunktmäßig mit einer der allgemeinen Kompetenzen und den sich daraus ergebenden spezifischen Kompetenzen.

In der ersten Lerneinheit geht es um die Selbsterkenntnis. Diese trägt zur Entwicklung der Fähigkeit der Schüler bei, ihre Eigenschaften und persönlichen Ressourcen, ihre Wertvorstellungen und Überzeugungen zu definieren und zu bewerten, sodass sie eine positive Meinung über sich selbst entwickeln können. Neben der Selbsterkenntnis geht es auch um einen gesunden, ausgewogenen Lebensstil. Aus der Perspektive des Wohlbefindens und eines gesunden Lebensstils sollen die Schüler eine verantwortliche Einstellung der eigenen Gesundheit und der Umwelt gegenüber entwickeln (*spezifische Kompetenzen 1.1 und 1.2*).

Die zweite Lerneinheit behandelt die sozial-emotionale Entwicklung. Die Schüler erhalten Unterstützung in Bezug auf das Ausdrücken von Gefühlen in Übereinstimmung mit den persönlichen Bedürfnissen und der Besonderheit der Situationen. Sie sollen die Beziehung zwischen Ereignissen, Gedanken, Gefühlen und Verhaltensweisen verstehen lernen, um eine angemessene Beherrschung der Gefühlsregungen zu erreichen (*spezifische Kompetenz 2.1*). Den Schülern soll auch beim Erkennen effizienter Elemente der Kommunikation in den realen und virtuellen Medien geholfen werden. Dabei liegt der Schwerpunkt auf der bestmöglichen zwischenmenschlichen Kommunikation und auf den Strategien aussagekräftiger Kommunikation (*spezifische Kompetenz 2.2*).

Die dritte Lerneinheit beschäftigt sich mit dem Lernmanagement. Die Schüler werden in der Entwicklung ihrer Fähigkeit, ihr eigenes Lernen zu reflektieren und ihre Lernfortschritte selbst zu bewerten, unterstützt, sodass sie eine fortschreitende Wirksamkeit und

Selbstständigkeit im eigenen Lernprozess erreichen können. Die Schüler werden sich Möglichkeiten der Planung und der Einschätzung des Lernens aneignen sowie Einstellungen und Verhaltensweisen entwickeln, die zum effizienten Lernen führen (*spezifische Kompetenzen 3.1 und 3.2*).

Die vierte Lerneinheit behandelt das Karrieremanagement und hilft den Schülern, Bildungswege aus der Perspektive der Berufswahl zu erkennen und zu vergleichen. Den Schülern wird Unterstützung bei der Analyse einiger Berufstätigkeiten angeboten, die hinsichtlich der Verantwortlichkeiten, der Arbeitsbedingungen und der Folgen für den Lebensstil betrachtet werden (*spezifische Kompetenzen 4.1 und 4.2*).

Das Lehrbuch ist als Reise konzipiert, in deren Verlauf die Kinder Aufenthalte an verschiedenen Bestimmungsorten einlegen, die den Dimensionen der Entwicklung ihrer Persönlichkeit entsprechen. Jede Station erbringt maßgebliche Lernerfahrungen für ihr Leben, begünstigt die Wechselbeziehungen zwischen den Schülern und bietet passende Gelegenheiten der persönlichen Analyse und Reflexion.

Der Vorwand der Reise reizt und motiviert die Schüler, sich individuell zu entwickeln, indem sie sich mit Interesse und Neugier mit den Inhalten jeder Lerneinheit beschäftigen. So wie wir von jeder Reise Erinnerungen aufbewahren, so können auch die Schüler in ihrem persönlichen Lernportfolio verschiedene Lernprodukte mitnehmen: Arbeits-, Selbstbewertungs- und Reflexionsbögen, Tagebuchseiten, Zeichnungen, Collagen und alles, was ihnen wichtig erscheint. Sie werden sich mit einem magischen Rucksack auf den Weg machen, ähnlich dem Täschchen von Mary Poppins, in den sie bereits mitgebrachtes Gepäck verstauen können. Das können früher erlernte Dinge sein oder persönliche Eigenschaften und Ressourcen, denen sie im Verlauf der Reise andere persönliche Eigenschaften beifügen können, die sie entdecken werden, sowie Werte, Überzeugungen und Einstellungen, Techniken der effizienten Kommunikation oder Kriterien einer Berufswahl.

Dieses Wissensgepäck wird vom *persönlichen Lernportfolio* begleitet, das während der Unterrichtsstunden im Fach *Beratung und persönliche Entwicklung* die hauptsächliche Quelle der Bewertungstätigkeiten des Lernens darstellt. Das *Reisetagebuch* darf auch nicht fehlen, mithilfe dessen die Schüler die Gelegenheit haben werden, ihre Lernerfahrungen und das, was ihnen diese eingebracht haben, zu reflektieren.

Der ersten Lerneinheit ist eine einführende Lektion vorangestellt, in der die Schüler Kontakt zur Besonderheit des Lehrfachs *Beratung und persönliche Entwicklung* aufnehmen können. Es geht um die Arbeitsregeln für die Unterrichtsstunden, um die Bedeutung der Erstellung des persönlichen Lernportfolios und des Reisetagebuchs als Instrument der Analyse und Selbstreflexion.

Der vierten Lerneinheit folgt eine letzte Reise zum Bestimmungsort jeder Reiseroute der persönlichen Entwicklung, und zwar dem Wohlbefinden. Wir greifen den Gedanken des Wohlbefindens wieder auf, nachdem die Schüler verschiedene Inhalte wie die sozial-emotionale Entwicklung oder das Lern- und Karriere-management durchgenommen haben. Im Zuge der Behandlung dieser Inhalte sind die Schüler stressauslösenden Faktoren begegnet und haben Bewältigungsstrategien entwickelt, sodass sie fähig geworden sind, sich Wohlbefinden zu schaffen und einen gesunden und ausgewogenen Lebensstil anzunehmen.

Botschaft an den Schüler/ die Schülerin

Das Lehrbuch *Beratung und persönliche Entwicklung* ist eine Herausforderung für dich und eine Einladung, an einer abenteuerlichen Reise teilzunehmen. Dabei begegnest du wichtigen Figuren und lernst sie kennen, machst neuartige Erfahrungen. Auf dieser Reise sollst du vor allem dir selbst begegnen, Neues über dich entdecken, deinen Gefühlen und Wünschen Aufmerksamkeit schenken, sodass du verstehst und lernst, wie du dir die Reise durchs Leben so schön wie möglich gestalten kannst.

Du wirst einen magischen Rucksack mitnehmen, in den du alles einpacken kannst, was du möchtest. Er ist deshalb magisch, weil er immer leichter wird, je mehr Dinge du sammelst und hineintust. Von allen Dingen, die du bisher gesammelt hast, kannst du die mitnehmen, die dir wichtig sind. Auf jeden Fall sollst du ein Reisetagebuch einpacken, dem du immer neue Seiten beifügst. Es wird dir immer wieder die Erinnerung an gelernte Dinge bieten, und jedes Blatt wird eine Gelegenheit sein, über die Erfahrungen und die gesammelten Lehren nachzudenken. Du kannst es auch *persönliches Lernportfolio* nennen und darin viele Lehren sammeln. Lege hinein, was für dich hinsichtlich deiner Bedürfnisse und Interessen wertvoll ist, ergänze es mit allem, was

Das Lehrbuch endet mit einer abschließenden Bewertung.

Obwohl jede Lerneinheit schwerpunktmäßige Lern-tätigkeiten enthält, die zur Bildung einer bestimmten spezifischen Kompetenz führen, sind die Aufgaben so formuliert, dass sie die wechselseitige Beziehung und Integration begünstigen, um eine ganzheitliche persönliche Entwicklung des Schülers zu sichern.

Jede Lerneinheit ist in sechs Lektionen gegliedert. Die ersten vier Lektionen sind Lehr- und Lernstunden, die fünfte ist eine Wiederholungslektion und die sechste dient der Bewertung, der Selbstbewertung und der Reflexion über den persönlichen Fortschritt. Die Bewertungsaufgaben überprüfen die während der Lerneinheit erworbenen Kenntnisse, aber sie schlagen auch komplementäre Bewertungsmethoden wie das persönliche Portfolio, das Projekt, das Feedback seitens der Kollegen, die Beobachtung der eigenen Verhaltensweise oder das Feedback durch den Lehrer vor.

Also dann, lasst uns aufbrechen!



deinem persönlichen Fortschritt auf dieser Reise dient.

Halte von Zeit zu Zeit an und teile,

was du über dich entdeckt und gelernt hast, mit denen, die dich auf dieser Reise begleiten: Kollegen, Freunden, Lehrern, Eltern. Lest gemeinsam im Tagebuch, erzählt und überdenkt, was ihr bei jeder Rast auf dieser Reise an Inhalten beigefügt habt.

Jedes Zwischenziel auf deiner Reise wird dir etwas Neues und Wertvolles bieten und wird dich mit Figuren in Verbindung bringen, von denen du viele nützliche Dinge lernen wirst. Jede davon wird dir ein Andenken schenken, das du mitnehmen darfst, über das du ins Reisetagebuch schreiben und das du in den magischen Rucksack packen kannst.

Gute Fahrt!

Wir wünschen dir eine schöne Reise mit vielen Herausforderungen, auf die du mit Interesse reagieren sollst. Bring dich ein und sei mutig!

Beobachte und analysiere deine eigenen Erlebnisse, schenke auf dieser Reise deinen Erfahrungen und Wechselbeziehungen mit anderen deine Aufmerksamkeit, sodass es eine bedeutungsvolle Erfahrung für dich wird.

Zu Beginn der Reise

**Allgemeine Kompetenz:**

Aneignen einer positiven Einstellung zu sich selbst sowie eines gesunden und ausgewogenen Lebensstils

Spezifische Kompetenzen:

- 1.1 Erforschen der Entwicklungsrichtungen der persönlichen Eigenschaften
- 1.2 Feststellen der Möglichkeiten zur Bewältigung von Stresssituationen zur Sicherung des Wohlbefindens

Integrierte spezifische Kompetenzen:

- 2.1 Ausdrücken von Gefühlen in Übereinstimmung mit den persönlichen Bedürfnissen und der Besonderheit der Situationen
- 2.2 Erkennen der wirksamen Elemente der Kommunikation in den realen und virtuellen Medien
- 3.2 Bekunden des Interesses, von anderen zu lernen und die anderen beim Lernen zu unterstützen

**Inhalte: Selbsterkenntnis und ein gesunder und ausgewogener Lebensstil**

- Positive Einstellung der eigenen Person gegenüber
- Wohlbefinden
- Hoffnung und Optimismus
- Ressourcen für die Gesundheit der Person und der Umwelt
- Gleichgewicht zwischen Aktivität und Erholung
- Lebensumstände, die Gesundheit und Wohlbefinden unterstützen
- Stresssituationen/schwierige Lebenslagen
- Stereotype und Diskriminierung

Reisevorbereitungen

Der magische Rucksack:
Was nehme ich mit?

Das Studium des Lehrfachs *Beratung und persönliche Entwicklung* ist eine abenteuerliche Reise mit vielen Reisezielen, an denen du alte und neue Erfahrungen machst. Du wirst Menschen begegnen, die du beobachten und analysieren kannst, von denen du verschiedene Strategien, Verhaltensweisen und Einstellungen lernen und übernehmen kannst. Du wirst eine Menge wichtiger Dinge entdecken, die dir auf deinem Weg durchs Leben helfen werden. Denke an einen magischen Rucksack, den du immer bei dir hast, und in den du alles hineintun kannst, was du im Verlauf dieser Streifzüge durch deine innere und äußere Wirklichkeit entdeckst.

- a** Zeichne deinen magischen Rucksack, der dich im Verlauf der Reise begleiten soll, auf ein Blatt Papier.
- b** Schreibe auf die Rückseite, worin die Magie deines Rucksacks besteht.
- c** Wähle einen Mitschüler/eine Mitschülerin, mit dem/der du deine Zeichnung teilst. Erzähle ihm/ihr, wie der Rucksack aussieht und was ihn magisch macht.
- d** Erstelle eine Liste der Dinge, die du in den Stunden für Beratung und persönliche Entwicklung in der 5. Klasse oder auch in deinem familiären Umfeld bereits über dich gelernt hast. Kreise die Dinge ein, die dir auf der neuen Reise nützlich sein könnten. Schreibe sie um deinen gezeichneten Rucksack herum auf.
- e** Sprecht in Gruppen zu je vier Schülern über die Dinge, die ihr ausgewählt und mitgenommen habt. Begründet die Auswahl.

Reisebericht
Das persönliche Lernportfolio

Ein Instrument, das aus deinem magischen Rucksack nicht fehlen darf, ist das persönliche Lernportfolio, in dem du die Übersicht über die gelernten Dinge behältst. Du kannst darin Zeichnungen, Arbeitsblätter, Bewertungs- und Feedbackbögen, Listen, Projekte, Collagen, Fotos, Diplome oder Tagebuchseiten aufbewahren. So wirst du deine Reiseerfahrungen mit Kollegen, Lehrern, Eltern teilen können, wirst beobachten, was du gelernt hast, und überlegen, was du noch zu lernen hast. Überprüfe und ergänze dein Portfolio in jeder Unterrichtsstunde im Fach *Beratung und persönliche Entwicklung*.



- a Schreibt Ideen darüber, wie eure Portfolios aussehen könnten, an die Tafel. Wählt die Portfolios aus, die euren Wünschen entsprechen.
- b Schreibt gemeinsam mit eurem Lehrer eine Liste der Elemente, die ihr in eure Portfolios einheften könnt, an die Tafel.

Reisetagebuch Persönliche Reflexionen

Führe ein Reisetagebuch, in das du deine Gedanken, Ideen und Beobachtungen eintragen kannst. Analysiere, was dir Erlebnisse gebracht haben, und was du von allem, was du erfahren hast, mitnehmen willst. Überlege, was du von dem in den Stunden für *Beratung und persönliche Entwicklung* Gelernten in deinem Alltag anwenden kannst.

- a Schreibe auf die erste Seite des Tagebuchs über die Dinge, die du im Verlauf der Unterrichtsstunden für Beratung und persönliche Entwicklung erlernen möchtest.
- b Wähle einen Mitschüler/eine Mitschülerin, mit dem/der du diese erste Seite deines Reisetagebuchs teilst.



Reisevorschriften Wie kommunizieren wir und wie arbeiten wir zusammen?

Im Verlauf der Stunden für *Beratung und persönliche Entwicklung* hast du Gelegenheit, mit deinen Mitschülern zu kommunizieren und zusammenzuarbeiten. Es ist wichtig, dass du dich einbringst und deinen Standpunkt darstellst, aber auch die Meinungen anderer anhörst, ohne zu urteilen oder zu kritisieren. Ihr müsst einander achten und verstehen, dass im Rahmen dieses Schulfachs die Bewertung einer Antwort nicht darin liegt, ob sie richtig oder falsch

ist, sondern ob sie einen Wahrheitswert für euch hat, auch wenn das von den anderen Mitschülern nicht gleichermaßen wahrgenommen wird. Vergesst nicht, dass jeder einzigartig ist!

- a Bestimmt eine Reihe von Regeln, die euch eine Beziehung der Zusammenarbeit in den Unterrichtsstunden ermöglicht.
- b Fertigt ein Plakat an, auf dem ihr diese Regeln darstellt.





Im Märchen unterwegs:
„Die Tochter der alten Frau und die
Tochter des alten Mannes“

- 1** Lest den Textauszug und nennt die kennzeichnenden Merkmale der Tochter der alten Frau bzw. der Tochter des alten Mannes. Stellt die Unterschiede zwischen den beiden Mädchen fest.

Es waren einmal ein alter Mann und eine alte Frau. Der alte Mann hatte eine Tochter und die alte Frau hatte ebenfalls eine Tochter. Die Tochter der alten Frau war hässlich, faul, störrisch und streitsüchtig; weil sie aber die verwöhnte Tochter der Mutter war, wurde sie sehr verhätschelt und überließ alles Schwere der Tochter des alten Mannes. Die Tochter des alten Mannes aber war schön, fleißig, folgsam und gutherzig.



Ion Creangă,
Die Tochter der
alten Frau und
die Tochter des
alten Mannes

- 2** Stelle dir vor, du wärst eines der Mädchen und würdest dem anderen Mädchen in einem kurzen Brief schreiben, welche Eigenschaften du hast und wie diese deine Lebensart und deine Verhaltensweise beeinflussen.
- 3** Bildet zwei Gruppen: die Gruppe derer, die den Brief so schreiben, als wären sie die Tochter der alten Frau, und die Gruppe jener, die den Brief so schreiben, als wären sie die Tochter des alten Mannes. Lest eure Briefe in der Gruppe vor und erstellt eine Liste von Verhaltensweisen der Mädchen, die von ihren Charaktereigenschaften beeinflusst werden. Stellt der anderen Gruppe eure Liste vor. Was bemerkt ihr?

Momentaufnahme Menschliche Qualitäten

Das Wörterbuch definiert **Qualitäten** als die Gesamtheit der charakteristischen Eigenschaften einer Sache oder einer Person, das heißt, gute oder schlechte Eigenschaften, positive oder negative Merkmale, die einen Menschen bestimmen.

Wir können sagen, dass wir **persönliche Eigenschaften** unterscheiden, die sowohl wir als auch unsere Mitmenschen schätzen, wie zum Beispiel Ehrlichkeit, Standhaftigkeit oder Selbstvertrauen, und persönliche Merkmale, die wir nicht schätzen, wie Gleichgültigkeit, Feigheit oder Faulheit. Die persönlichen Qualitäten (Eigenschaften) beeinflussen unsere Lebensart und wie wir in gewissen Situationen handeln oder reagieren, indem sie unsere Verhaltensweisen lenken. Unsere Eigenschaften sind ererbt oder in der Familie, von Freunden, Kollegen oder anderen Personen, mit denen wir interagieren, erlernt.

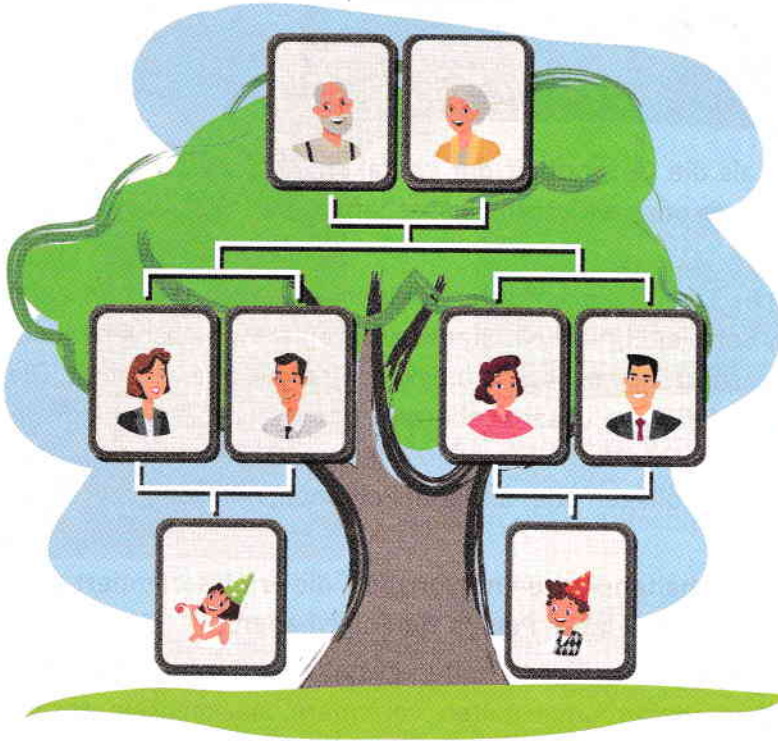
Die persönlichen Eigenschaften können Verhaltensweisen hervorrufen, die erfolgsorientiert sind, oder solche, die keine günstigen Ergebnisse für die eigene Person zur Folge haben.

Im Laufe des Lebens können wir neue persönliche Eigenschaften gestalten, erlernen und entwickeln oder die negativen persönlichen Eigenschaften umgestalten, verändern, auswechseln, sodass wir uns in Richtung Fortschritt und persönlichem Erfolg orientieren.

- 4** Betrachtet die Kinder in den Abbildungen und spricht jeweils zu zweit über die Eigenschaften, die sie eurer Meinung nach haben. Welches ist wohl ihre Lebensart?



- 5** Bildet Vierergruppen. Wählt eine der Abbildungen aus und denkt euch eine Begebenheit aus, an der die Person oder die Personen beteiligt sind. Wie meint ihr, dass ihnen ihre Eigenschaften helfen können, die gegebene Situation zu bewältigen?



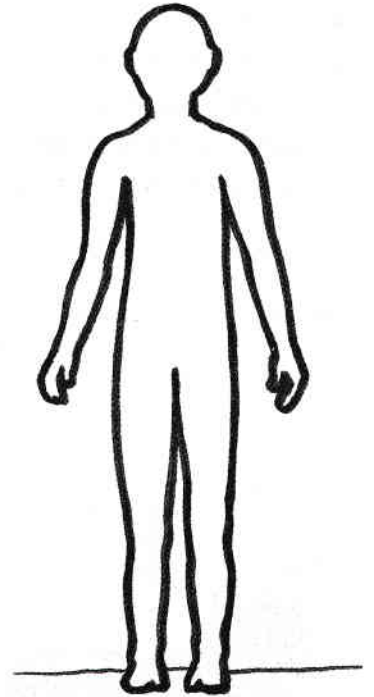
6 Zeichne einen Stammbaum auf ein Blatt Papier und schreibe neben jedes Mitglied deiner Familie zwei bis drei kennzeichnende Eigenschaften.

a Unterstreiche die Eigenschaften, die sich auch bei dir wiederfinden.

b Schreibe neben deinen Namen/dein Bild auch andere Eigenschaften, die du von dir kennst.

c Bewahre das Arbeitsblatt im persönlichen Lernportfolio auf.

7 Zeichne eine Silhouette, die dich darstellt, auf ein Blatt Papier und schreibe in das Innere dieser Zeichnung die Eigenschaften, von denen du glaubst, dass du sie besitzt. Notiere mit Grün die Eigenschaften, die dir gefallen und von denen du glaubst, dass sie dir helfen werden, erfolgreich zu sein. Schreibe mit Rot die Eigenschaften, die dir nicht gefallen und die du ändern möchtest. Notiere mit Blau andere Eigenschaften, die du im Verlauf deiner Reise entwickeln willst. Du kannst das Arbeitsblatt in deinem persönlichen Lernportfolio aufbewahren.



8 Wähle eine Mitschülerin/einen Mitschüler und sprecht über die Eigenschaften, von denen ihr meint, dass sie euch helfen, im Leben erfolgreich zu sein, und über die Merkmale, die eure Erfolge verhindern können. Sagt, was ihr verändern und was ihr bewahren wollt. Welche Eigenschaften, die ihr bereits habt, könnten euch dabei helfen, diejenigen zu verändern, die euch nicht nützlich sind?

9 Sage, welche Eigenschaften aus der Tabelle von der nächsten Seite dir helfen können, das zu verwirklichen, was du dir vorgenommen hast. Denke an folgende Situationen:

a Du willst an der Schülerolympiade teilnehmen, obwohl sehr viel zu lernen ist.

b Du möchtest ein Museum besuchen, aber am Eingang ist eine lange Warteschlange.

c Du hast ein Referat verloren, das beinahe fertig war und das du am nächsten Tag abgeben sollst.

- d** Du hast dich mit einem guten Freund/einer guten Freundin gestritten und möchtest, dass ihr euch verträgt.
- e** Du nimmst an einem Radrennen teil und bist ziemlich weit zurückgeblieben, obwohl du gewinnen willst.
- f** Du bist bei der Ausschlussprobe für einen Wettkampf ausgeschieden. Der nächste findet erst im kommenden Jahr statt.

Eigenschaften

Selbstvertrauen

Ehrgeiz

Anpassungsfähigkeit

Ausdauer

Hoffnung

Toleranz

Vertrauen zu anderen

Ehrlichkeit

Geduld

Optimismus

Gutherzigkeit

Positives Denken

Du kannst auch andere Eigenschaften hinzufügen.

- 10** Sucht im Wörterbuch die gegenteiligen Begriffe zu denen in der obigen Tabelle. Erstellt damit eine Tabelle der persönlichen Eigenschaften, die Erfolg und Gelingen beeinträchtigen können.

Reisetagebuch Persönliche Reflexionen

Schreibe eine Tagebuchseite über persönliche Eigenschaften, die du schätzt. Zeige, wie sie dir im Leben helfen können.

