Lernbereich:

10.5 Die Frage nach dem Sinn - Gelingendes Leben

<u>Kompetenzerwartungen</u>:

Die Schülerinnen und Schüler

- setzen sich mit den vielfältigen Glücksangeboten (hier: **Schönheit und Körperkult**) kritisch auseinander und beschreiben eigene Vorstellungen von einem gelingenden Leben.

Lernweg im Überblick

Phase	Unterrichtsinhalt	Methode	Medien
Lernen vorbereiten und initiieren	**Mögliche Zugänge zum Thema:** a) Gallery-Walk zum Thema Schönheit b) Gestaltung einer Collage: Schöne Menschen c) Philosophisches Gespräch zum Thema Schönheit Die vielfältigen Facetten des Themas „Schönheit beim Menschen" werden als Mindmap gestaltet oder auf andere Weise für alle festgehalten.	 EA/GA GA PL Mindmap	 Bilder aus dem Internet Zeitschriften/Klebestifte/Plakate
Lernwege eröffnen und gestalten	AB „Schönheitsoperationen: Zwischen medizinisch sinnvoll und Optimierungswahn" Vorstellung der Ergebnisse im Plenum Differenzierende Weiterarbeit mit M2, M3 oder M4: Zwischen Fitness und Körperkult (**M2**) Schönheit und Medien (**M3**) Körpermodifikationen – Tattoos und Piercings (**M4**) Präsentation der Ergebnisse	GA PL PL Moderationskarten	**M1** Schönheitsoperationen **M2** Zwischen Fitness und Körperkult **M3** Schönheit und Medien **M4** Körpermodifikationen – Tattoos und Piercings
Orientierung geben und erhalten	Unterrichtsgespräch: „Was gehört zu einem erfüllten/gelingenden Leben" Impulse: a) Filmausschnitt: Teenie Model – Die Wahrheit des Model Business b) Märchen aus Russland Puzzleteile zu einem erfüllten/gelingenden Leben sammeln	UG Videoclip (YouTube) Puzzleteile/Tafel	 PC, Beamer, Internetverbindung **M5** Märchen aus Russland Puzzleteile für die SuS

Kompetenzen stärken und erweitern	Theologisierendes Unterrichtsgespräch zu den **Seligpreisungen.** GA: Übertragung der Seligpreisungen in die heutige Sprache. Kreative Gestaltung einer ausgewählten, neuformulierten Seligpreisung Information und Auseinandersetzung mit der **Arbeit von „Sea-Watch"** über • Filmsequenzen • AB „Sea-Watch" stellt sich vor (**M6**) • AB „Fragen an einen Notfallseelsorger zu seinem Einsatz auf Lampedusa" (**M7**) Ertragssicherung über Moderationskarten **Abschluss:** Ergänzung des großen Puzzles mit Ideen aus den letzten Stunden	UG GA Plakatkarton/Ölkreiden… Videoclip (YouTube) EA GA	Siehe auch: Kursbuch Religion Berufliche Schulen, S. 121 Zur Anschauung siehe: Plakat 1-6 SuS PC, Beamer, Internetverbindung **M6** „Sea-Watch" stellt sich vor **M7** Fragen an einen Notfallseelsorger… Moderationskarten
Lernen bilanzieren und reflektieren	Gestaltung eines persönliches Puzzles zu der Frage: **„Welche Puzzleteile gehören für mich zu einem erfüllten/gelingenden Leben?"** Abschlussreflexion mit einer „Zielscheibe"	EA	DIN A6 - Puzzle für die SuS, Briefumschläge **M8** Reflexionsfragen

Lernbereich 10.5:
Die Frage nach dem Sinn – Gelingendes Leben

Kompetenzerwartungen:
Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit den vielfältigen Glücksangeboten (hier: **Schönheit und Körperkult**) kritisch auseinander und beschreiben eigene Vorstellungen von einem gelingenden Leben.

Lernen vorbereiten und initiieren

Die folgenden Zugänge zum Thema ermöglichen den SuS
- ihre eigenen Gedanken einzubringen
- sich kritisch mit verschiedenen Meinungen auseinanderzusetzen
- die verschiedenen Aspekte des Themas zu erfassen
- eigene Interessensschwerpunkte zu setzen

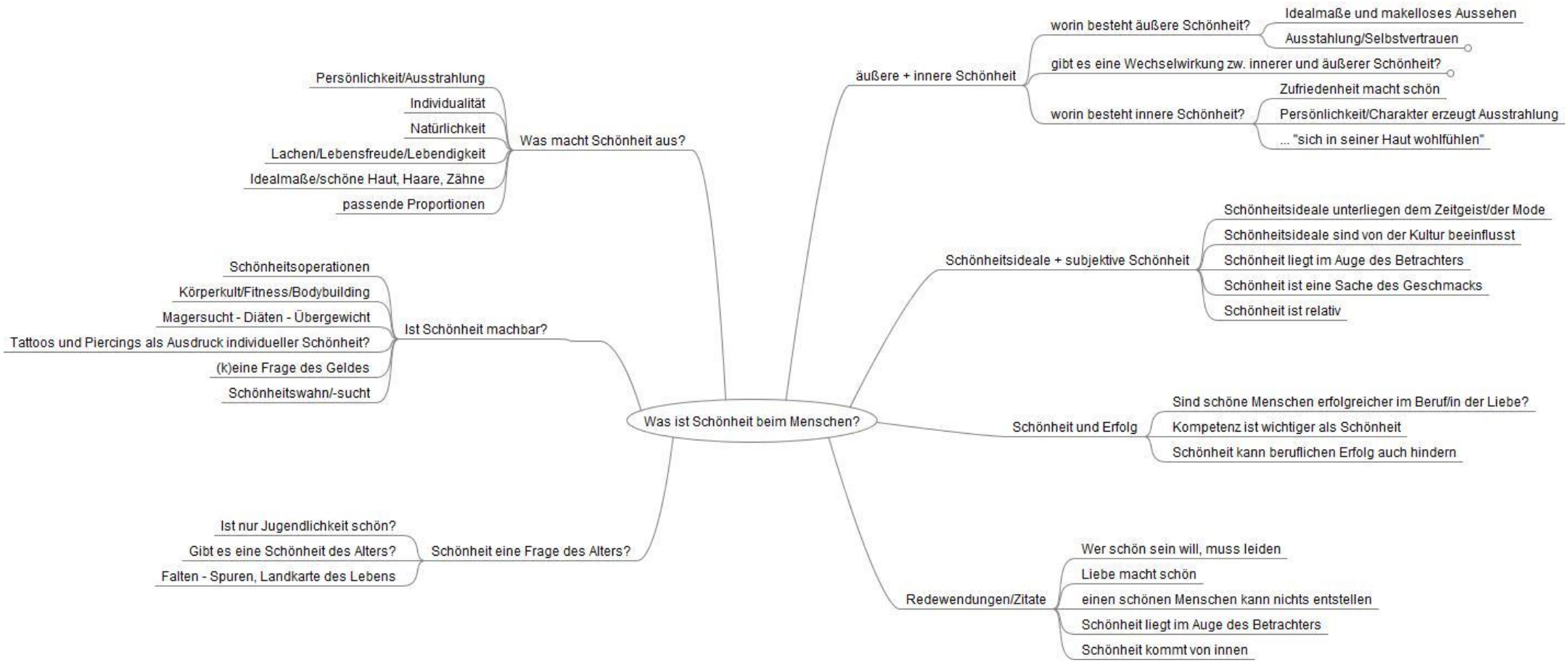
a) **Gallery-Walk zum Thema „Schönheit beim Menschen"** (1 Std.)
Die Lehrkraft sucht vielfältiges Bildmaterial im Internet (Anregungen zur Auswahl finden sich im Mindmap s. u.).
Aufgabe für die GA:
- Suchen Sie sich ein Bild aus, das für Sie einen schönen Menschen zeigt.
- Stellen Sie Ihr Bild der Gruppe vor und begründen Sie Ihre Meinung.
- Finden Sie gemeinsam Kriterien für Schönheit beim Menschen.

b) **Gestaltung einer Collage: „Schöne Menschen"** (1-2 Std.)
Aufgabe für die GA:
- Suchen Sie geeignete Bilder in den ausgelegten Zeitschriften. Gestalten Sie die Collage und klären Sie in der Gruppe, welche Kriterien Ihre Auswahl bestimmen.

c) **Philosophisches Gespräch zum Thema „Schönheit"** (1 Std.)

Alle Zugänge erfordern ein Sammeln und Ordnen der Ergebnisse.
Mögliche Fragestellungen:

a) Welche Rolle spielt Schönheit in unserer Gesellschaft? (Schönheit ist in vielen Bereichen wichtig z. B. Beruf, Karriere, Partnerschaft, Mode, Showbusiness…)
b) Wie lässt sich diese Einschätzung belegen? Viele Menschen achten sehr auf ihr Aussehen (Fitness, Diäten, Bodybuilding, Schönheitsoperationen, individuelle Körpergestaltung über z. B. Tattoos, Piercings…)
c) Welche Vorteile verbindet unsere Gesellschaft mit Schönheit (wertgeschätzt, beliebt und anerkannt zu sein; Glück und Erfolg im Beruf und im Privatleben; leichter zum Ziel kommen…)?
d) Was nehmen Menschen in Kauf, um den aktuellen Schönheitsidealen zu entsprechen? (Körpermodifikationen aller Art


Was ist Schönheit beim Menschen?
äußere + innere Schönheit
worin besteht äußere Schönheit?
Idealmaße und makelloses Aussehen
Ausstahlung/Selbstvertrauen
gibt es eine Wechselwirkung zw. innerer und äußerer Schönheit?
worin besteht innere Schönheit?
Zufriedenheit macht schön
Persönlichkeit/Charakter erzeugt Ausstrahlung
... "sich in seiner Haut wohlfühlen"
Schönheitsideale + subjektive Schönheit
Schönheitsideale unterliegen dem Zeitgeist/der Mode
Schönheitsideale sind von der Kultur beeinflusst
Schönheit liegt im Auge des Betrachters
Schönheit ist eine Sache des Geschmacks
Schönheit ist relativ
Schönheit und Erfolg
Sind schöne Menschen erfolgreicher im Beruf/in der Liebe?
Kompetenz ist wichtiger als Schönheit
Schönheit kann beruflichen Erfolg auch hindern
Redewendungen/Zitate
Wer schön sein will, muss leiden
Liebe macht schön
einen schönen Menschen kann nichts entstellen
Schönheit liegt im Auge des Betrachters
Schönheit kommt von innen
Schönheit eine Frage des Alters?
Ist nur Jugendlichkeit schön?
Gibt es eine Schönheit des Alters?
Falten - Spuren, Landkarte des Lebens
Ist Schönheit machbar?
Schönheitsoperationen
Körperkult/Fitness/Bodybuilding
Magersucht - Diäten - Übergewicht
Tattoos und Piercings als Ausdruck individueller Schönheit?
(k)eine Frage des Geldes
Schönheitswahn/-sucht
Was macht Schönheit aus?
Persönlichkeit/Ausstrahlung
Individualität
Natürlichkeit
Lachen/Lebensfreude/Lebendigkeit
Idealmaße/schöne Haut, Haare, Zähne
passende Proportionen

Lernwege eröffnen und gestalten

Gruppenarbeit mit AB (**M1** Schönheitsoperationen: Zwischen medizinisch sinnvoll und dem Wunsch nach Optimierung) (1 UStd.)

Ergebnisse aus der Erprobung ohne Frage 4 (**M1 SuS**), diese wurde mündlich bearbeitet.

Aufgaben:
Bearbeiten Sie die 1., 2. oder 3. Aufgabe **zusammen mit der 4. Aufgabe**!
Notieren Sie Ihre Überlegungen.

a) Lesen Sie die Informationen über Schönheitsoperationen. Was sagen sie über das Verhältnis des Menschen zu seinem Körper und seine Einstellung zur Schönheit aus?
b) Welche Faktoren könnten Menschen möglicherweise bei dem Wunsch nach Modellierung ihres Körpers beeinflussen?
c) Nennen Sie Erwartungen und Hoffnungen, die mit Schönheitsoperationen verbunden sind
   - in Bezug auf die Selbsteinschätzung,
   - in Bezug auf zwischenmenschliche Beziehungen,
   - in Bezug auf den beruflichen Erfolg.
d) Was können Schönheitsoperationen Ihrer Meinung nach für ein gutes/gelingendes Leben leisten, was nicht?

Die Schülerinnen und Schüler stellen sich gegenseitig ihre Ergebnisse vor.

Informationsmaterialien rund um das Thema Schönheit:

1) Wikipedia:
   https://de.wikipedia.org/wiki/Sch%C3%B6nheitsideal
   https://de.wikipedia.org/wiki/Sch%C3%B6nheit

2) Wa(h)re Schönheit, Didaktische DVD (Filmsequenzen + Arbeitsmaterialien)
   http://www.emzbayern.de/cms/index.php?id=141&backPID=141&tt_products=395
   Weiterarbeit mit einer arbeitsteiligen Gruppenarbeit zur differenzierten Auseinandersetzung mit dem Thema (1 UStd.)

SuS wählen zwischen den Themenbereichen:

a) Zwischen Fitness und Körperkult (**M2**)
b) Schönheit und Medien (**M3**)
c) Körpermodifikationen – Tattoos und Piercings (**M4**)

Ergebnisse aus der Erprobung (**M2 SuS**; **M3 SuS**; **M4 SuS**)

Materialien für eine mögliche Internetrecherche der SuS (Stand Febr. 2016):

Tätowierungen:

1) Quarks & Co: Unter die Haut - was wir über das Tätowieren wissen; Sendung vom 09.06.2015
   Gesamte Sendung über YouTube: https://www.youtube.com/watch?v=r7YGlMoLAFM
   Sendung unterteilt in thematisch geordnete Beiträge (Download möglich):
   http://www1.wdr.de/mediathek/video/sendungen/quarks_und_co/videounterdiehaut100.html
2) Bundesinstitut für Risikobewertung:
   http://www.bfr.bund.de/de/presseinformation/2011/26/risiken__die_unter_die_haut_gehen-115165.htm
3) WDR2 „Tattoos: Freude, Risiken und Nebenwirkungen: Erst nachdenken, dann stechen"
   http://www.wdr2.de/service/tattoo-entfernen-108.html
4) Planet Schule:
   http://www.planet-schule.de/wissenspool/frueher-spaeter-jetzt/inhalt/sendungen/schoenheit.html
5) Wikipedia:
   https://de.wikipedia.org/wiki/Tätowierung

Piercing:

1) Deutsches Ärzteblatt:
   http://www.aerzteblatt.de/archiv/60825/Piercing-Unter-die-Haut-Koerperschmuck-mit-Risiken
2) Stern:
   http://www.stern.de/gesundheit/haut/aesthetik/piercing-koerperschmuck-mit-nebenwirkungen-3754388.html
3) Wikipedia: https://de.wikipedia.org/wiki/Piercing

Fitness und Körperkult:

1) Für die Schülerinnen und Schüler
   Planet Schule - Fitness und Körperkult von den Anfängen bis heute, Film (ca. 8 Min.), mit AB
   http://www.planet-schule.de/wissenspool/frueher-spaeter-jetzt/inhalt/sendungen/schoenheit.html
   Statista – das Statistik-Portal:
   http://de.statista.com/themen/2027/wellness-industrie/
2) Für die Lehrkraft
   Bundeszentrale für politische Bildung:
   http://www.bpb.de/apuz/30501/koerperkult-und-schoenheitswahn

Orientierung geben und erhalten

Filmausschnitt: Teenie Model - Die Wahrheit des Model Business
Videoclip: https://www.youtube.com/watch?v=aY2mMZuHpPQ
(11.02.2016) bis "... die setzen wir auf die Diät"
Der Clip zeigt einen Auswahlwettbewerb von Mädchen für die „Laufstegkarriere" und macht deutlich, dass die Mädchen lediglich als Ware betrachtet werden.

L.: Ich möchte ein anderes Verständnis von Schönheit dagegen stellen.
Märchen aus Russland (**M5**) vorlesen

SuS erhalten AB und bearbeiten die Aufgaben

Anregung zu Aufgabe 1)
Sophia Loren: „Nicht die Schönheit entscheidet, wen wir lieben, sondern die Liebe entscheidet, wen wir schön finden" (auch eine mögliche Überschrift)

SuS zu Aufgabe 2)
- weil er sie liebt
- weil sie für ihn sorgt
- weil er ihr vertraut
- weil er sich bei ihr sicher und geborgen fühlt

Gelenktes UG:
L.: Um welche Art von Schönheit geht es hier?
- Schönheit, die viel mit Liebe zu tun hat
- Eine Schönheit, die einem von Menschen zugesprochen wird, die einen lieben
- Schönheit, die man nicht machen kann, die keine bestimmten äußeren Merkmale hat

L.: Die Grundlage dieser Schönheit ist die Beziehung zwischen Mutter und Sohn.
Solche Beziehungen machen unser Leben reich! Außer der Eltern/Kind-Beziehung noch ….
Der Reichtum oder das Gelingen unseres Lebens hat meiner Meinung nach viel mit guten, gelingenden Beziehungen zu tun.

Was braucht es Ihrer Meinung nach noch für ein erfülltes/gelingendes Leben?
- Ruhe, um Kraft zu schöpfen
- Zufriedenheit
- Dankbarkeit
- Erfahrungen (positive und negative), aus denen ich lerne
- Erinnerungen
- Symbole, die mich an bestimmte Menschen oder Ereignisse erinnern und Kraft geben

Einige Antworten der SuS werden auf **große Puzzleteile** geschrieben und an die Tafel geheftet oder auf den Boden gelegt.

Kompetenzen stärken und erweitern

Auseinandersetzung mit einer biblischen Vorstellung von einem glücklichen Leben

Theologisierendes Unterrichtsgespräch zu den Seligpreisungen:
L.: Welche Menschen Jesus glücklich nennt, finden wir in den Seligpreisungen (Mt 5, 1 – 10).

- Lesen des Textes –

Einige Formulierungen werden genauer erschlossen bzw. interpretiert, z. B.

- die Barmherzigen: denen andere am Herzen liegen; denen es wichtig ist, wie es anderen geht; die anderen helfen und sich kümmern; die nicht zuschauen können, wenn Menschen leiden; deren „Herz sich erbarmt"; …
- ein reines Herz haben: kein schlechtes Gewissen haben; keine Vorurteile haben; ein weites Herz für Menschen haben; Gutes tun, ohne auf den eigenen Vorteil aus zu sein; …

Gruppenarbeit:
Die SuS übertragen die Seligpreisungen in die heutige Sprache.

Die neuen Formulierungen werden in der Unterrichtsgruppe gegenseitig vorgestellt und gewürdigt, evtl. mit einer angeleiteten Runde mit „beeindruckend bzw. gelungen finde ich …"; „zum Weiterdenken regt mich an …" und „schwierig finde ich …"

Den Abschluss der Unterrichtseinheit bildet die graphische Gestaltung (z. B. mit Ölpastellkreiden) einer neu formulierten Seligpreisung, die sich jede/r Schüler/in wählt (siehe **Plakat 1-6 SuS**).

Information und Auseinandersetzung mit der Arbeit von „Sea-Watch"

- Filmsequenzen zur **Arbeit von „Sea-Watch"**

  Mögliche Filmsequenzen:
  a) Informativer Einstieg aus dem ZDF-Morgenmagazin: https://www.youtube.com/watch?v=pJba1vdAxsk
  b) Szenen eines Einsatzes z. B. Einsatz vor Lesbos: Emergency Boarding https://www.youtube.com/watch?v=nltKZpnFeBo

  Weitere (immer auch aktuelle) Beiträge finden sich bei „You Tube" unter dem Stichwort „Sea-Watch"

Zur Information für die Lehrkraft:

a) http://sea-watch.org/
   unter den aufgelisteten Unterstützern (http://sea-watch.org/unterstuetzer/) findet sich auch die Evang.-Luth. Kirche in Bayern
b) Information für Lehrkräfte zum Projekt „Sea-Watch“:
   http://www.brigitte.de/frauen/gesellschaft/sea-watch-1241815/

- „Sea-Watch“ stellt sich uns vor (**M6**)

- Weiterarbeit mit dem AB „Fragen an einen Notfallseelsorger …“ (**M7**)

  GA zur Bearbeitung der Aufgaben, Ertragssicherung über Moderationskarten

  anschließende Vorstellung der Gruppenergebnisse im Plenum

Abschluss:
Ergänzung des großen Puzzle mit Ideen aus den letzten Stunden.

Lernen bilanzieren und reflektieren

Gestaltung eines persönlichen Puzzle zu der Frage:
„Welche Puzzleteile gehören für mich zu einem erfüllten/gelingenden Leben?“
Die Puzzles werden nach der Beschriftung von den SuS in einen Umschlag gelegt, den sie mit ihrer Adresse versehen. Dieser wird ihnen zu gegebener Zeit per Post zugeschickt.
(Material: "Blanko Puzzles DIN A 6 weiß zum Selbst bemalen": send-it-2-me.de - Junker Verlag GmbH, Holzhauser Str. 58, 77866 Rheinau, Bezug über Amazon möglich)

Fragen zur Reflexion der Unterrichtseinheit mit einer „Zielscheibe“ (**M8**)

Schönheitsoperationen:
Zwischen medizinisch sinnvoll und dem Wunsch nach Optimierung

Jede Operation birgt Risiken!

Bei Schönheitsoperationen kann es z.B. zu Wundheilungsstörungen oder Nachblutungen kommen. Hässliche Operationsnarben sind das Ergebnis.
Auch zeigt nicht jede Schönheitsoperation das gewünschte Ergebnis:
Die „neue“ Nase entspricht nicht den Erwartungen,
Oberschenkel sehen nach dem Fettabsaugen aus wie eine „Kraterlandschaft“,
dauerhafte Schmerzen bleiben…

© highwaystarz - Fotolia.com

Einige Schönheitsoperationen werden **von den Krankenkassen bezahlt.** Sie gelten als medizinisch sinnvoll und dienen der Verbesserung der psychischen Verfassung und der Lebensqualität eines Menschen.
Beispiele sind die Brustverkleinerung bei Beschwerden im Schulter- und Rückenbereich oder die Korrektur abstehender Ohren, einer Hasenscharte oder einer schiefen Nase.

Studien belegen, dass äußerlich **attraktive Menschen größeren Erfolgschancen** haben als unattraktive.
Schöne Menschen gehen leichter durchs Leben, haben mehr Erfolg im Beruf und in der Liebe und verdienen bei gleicher Qualifikation mehr als durchschnittlich attraktive Kollegen und Kolleginnen.

Wer mit seinem Aussehen nicht zufrieden ist, leidet häufig unter einem geringem **Selbstwertgefühl**. Schon kleinere Korrekturen können das seelische Wohlbefinden verbessern und das Selbstbewusstsein steigern.

Warum sollte man nicht die Möglichkeiten nutzen, das eigene Aussehen einem **Schönheitsideal anzunähern**, wenn die Risiken gering sind.
Man sollte sich allerdings genau informieren und eine Spezialklinik aufsuchen.

Es mag ja sein, dass sich manche Menschen nach einer Schönheitsoperation besser fühlen. Die Frage ist nur, wie lange dieses Gefühl anhält. Zieht nicht die erste Operation bald eine zweite nach sich, weil zu den korrigierten Augenlidern vollere Lippen viel besser passen würden?

Warum sollte man sich überhaupt **nach dem gängigen Schönheitsideal richten**? Nur weil die Medien ein bestimmtes Aussehen als „schön“ präsentieren?

Wäre es nicht wichtiger, das eigene Aussehen anzunehmen und sich im eigenen Körper wohl zu fühlen als einem Ideal nachzueifern, das sich nur durch medizinische Korrekturen erreichen lässt?

Es ist eine Illusion, dass Menschen durch eine Schönheitsoperation mehr Erfolg im Beruf oder in der Liebe haben. Hier spielen viel mehr Faktoren eine Rolle als die reine äußerliche Attraktivität.

Schönheitsoperationen – Zahlen und Fakten

Finanzieller Aufwand

- Die Kosten für eine Brustvergrößerung liegen in der Regel zwischen 5 000 € und 7 500 €.
- Eine Augenlidkorrektur, die meist ambulant durchgeführt wird, kostet zwischen 1 200 € und 2 000 €.

Angaben laut http://www.die-schoenheits-op.net (03.02.2016)

Trends

2014 lag das Durchschnittsalter der Patienten bei Schönheitsoperationen laut Süddeutscher Zeitung bei 41 Jahren.
Damit wäre der langjährige Trend rückläufig, dass zunehmend jüngere Personen Schönheitsoperationen durchführen lassen.

Schönheitsoperationen und Prominente

Demi Moore sagt von sich, sie sei dem Schönheitswahn verfallen und habe bereits 500 000 Dollar für Schönheitsoperationen ausgegeben.

Quelle: http://www.rp-online.de/panorama/leute/demi-moore-gesteht-schoenheits-ops-bid-1.1961762 (03.02.2016)

Schönheit oder Intelligenz?

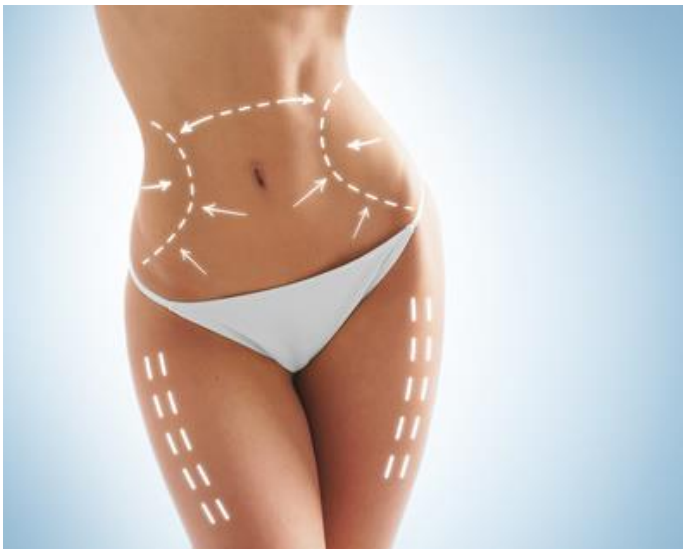
- Wenn Frauen zwischen Schönheit und Intelligenz wählen dürften, würden 2/3 der befragten Frauen die Schönheit bevorzugen.
- Viele Frauen sind mit sich und ihrem Äußeren unzufrieden.
- Was Frauen an ihrem Erscheinungsbild verändern würden:
  - 32 Prozent wünschen sich eine kleine Konfektionsgröße.
  - 29 Prozent der Frauen hätten gerne einen größeren Brustumfang.
  - 21 Prozent würden gerne mit längeren Beinen auftreten.
  - 18 Prozent hätten lieber weniger Falten.

Quelle: http://www.girlseite.de/beauty-und-style/schonheit-vs-intelligenz-was-frauen-wichtiger-ist-104933 (03.02.2016)

Häufigkeit

- Die genaue Zahl der Schönheitsoperationen in Deutschland lässt sich nur schwer ermitteln, geschätzt werden 500 000 bis 1 000 000 Operationen jährlich.
- Zu den häufigsten Operationen bei Frauen zählen Brustvergrößerungen oder -verkleinerungen, Augenlidkorrekturen, Fettabsaugungen, Nasen- und Lippenkorrekturen und Bauchstraffungen. Bei Männern sind es Augenlidstraffungen und Fettabsaugungen.
- Im Verhältnis zur Bevölkerungszahl ist Brasilien führend, was die Schönheitsoperationen angeht.

Angaben laut http://de.statista.com (03.02.2016)



© Maksim Šmeljov - Fotolia.com

Aufgaben:

Bearbeiten Sie die 1., 2. **oder** 3. Frage zusammen mit der 4. Aufgabe! Notieren Sie Ihre Überlegungen!

1. Lesen Sie die Informationen über Schönheitsoperationen. Was sagen sie über das Verhältnis des Menschen zu seinem Körper und seine Einstellung zur Schönheit aus?
2. Welche Faktoren könnten Menschen möglicherweise bei dem Wunsch nach Modellierung ihres Körpers beeinflussen?
3. Formulieren Sie Erwartungen und Hoffnungen, die mit Schönheitsoperationen verbunden sind
   a) in Bezug auf die Selbsteinschätzung
   b) in Bezug auf zwischenmenschliche Beziehungen
   c) in Bezug auf den beruflichen Erfolg.
4. Was können Schönheitsoperationen Ihrer Meinung nach für ein gutes/gelingendes Leben leisten, was nicht?

Zwischen Fitness und Körperkult

Bodybuilding ist ein Krafttraining, das der Formung des eigenen Körpers dient**.** Der Reiz liegt im „Selbst-Erschaffen“ eines perfekten Körpers. Natürlich wird das Ergebnis auch gerne gezeigt. Das „Posing“ gehört ebenso dazu wie eine spezielle Diät.
Bodybuilding ist häufig mehr als ein zeitintensives Hobby - es ist ein Lebensstil, bei dem sehr viel Wert auf das äußere Erscheinungsbild gelegt wird. Um optimale Ergebnisse zu erreichen, greifen viele Profis, aber auch Amateure, zu verschreibungspflichtigen Medikamenten wie Anabolika, Hormonpräparate und Entwässerungsmittel.
Die Nebenwirkungen sind schwerwiegend und können bis zum Tode führen.

Fitness
Die Fitnesswelle schwappte in den 60er Jahren aus den USA nach Deutschland. Inzwischen gibt es auch bei uns überall Fitnessstudios und zahllose Kurse in Volkshochschulen und Sportvereinen. Für die meisten Fitness-begeisterten stehen Gesundheit, Freude an der Bewegung und körperliches Wohlbefinden im Vordergrund. Natürlich gibt es auch hier Extreme wie „Sportsucht“ und den Zwang zur Körper- bzw. „Selbst“-Optimierung.
In der Medizin gilt die positive Auswirkung von körperlicher Aktivität (vor allem an der frischen Luft) für die Gesundheit als gesichert. Regelmäßige Bewegung senkt das Risiko für Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Alexander Klaus / pixelio.de

Petra Bork / pixelio.de

Wellness oder Wohlfühl-Industrie?
Der Begriff „Wellness“ bezeichnete ursprünglich einen Lebensstil, der seelisches Gleichgewicht, Freude und Fitness zum Ziel hatte. Inzwischen ist Wellness zum Werbewort der Freizeitindustrie geworden. Sie lockt mit Angeboten aus den Bereichen Ernährung, Bewegung, Entspannung, Stressbewältigung und Kosmetik.
Alle Angebote versprechen, das geistige, seelische und körperliche Wohlbefinden des Kunden zu fördern.

Aufgaben:

1. Wo sehen Sie die Grenzen zwischen Fitness und Körperkult?

2. Welches Verständnis von Schönheit vermuten Sie
   - bei Bodybuildern,
   - bei Fitnessbegeisterten,
   - bei Wellness-Fans?
3. Welche Erwartungen verbinden Bodybuilder und Fitnessfans mit dem hohen Trainingsaufwand?

Halten Sie Ihre Ergebnisse auf den beigelegten Moderationskarten fest.

Schönheit in den Medien

Mehr Schein als Sein?

Die „makellosen“ Gesichter und „perfekten“ Körper in den Medien sind oft das Ergebnis ausgeklügelter Computerprogramme.
Wer sich diese Idealgesichter und -körper als Vorbild wählt, misst sich an völlig unrealistischen Maßstäben und Vorgaben.

Jede Zeit hat ihre Schönheitsideale.

Frauen mit

- großen Brüsten
- langen Beinen
- großen, nicht zu weit auseinander-liegenden Augen
- voluminösen Lippen
- kleiner Nase
- breiten Wangenknochen
- glatter und reiner Haut
- einer in guter Symmetrie zueinander stehenden Nase-Mund-Kiefer-Partie

gelten heute als schön.
Der sog. „Waschbrettbauch“ oder das „Sixpack“, also die Bauchmuskeln ohne Fett, extrem muskulöse Arme und sonnengebräunte Haut lassen Männer attraktiv erscheinen.

Verantwortung der Medien?!

Die Medien verbreiten das zeitgemäße Schönheits-ideal. Da sie den Alltag vieler Menschen prägen, kann sich kaum jemand ihrem Einfluss entziehen.

Werbefotos mit „perfekten und glücklichen“ Gesichtern suggerieren: Wer dieses Produkt kauft, wird genauso aussehen und ebenso glücklich sein.

Einige Formate der Medienlandschaft „bemühen“ sich besonders um die Verbreitung des aktuellen Schönheitsideals, z.B.„Germany´s Next Topmodel“. Teilnehmerinnen, die 1,76 Meter groß sind und 52 Kilo wiegen, werden als zu „dick“ wieder nach Hause geschickt.
Sendungen wie „Extrem schön“ bei RTL 2 zeigen, dass mit den richtigen Operationen und einigen Handgriffen von Stylisten aus jedem Menschen ein „extrem“ schöner Mensch werden kann.

Schöne Menschen sind beliebter!

Ihnen werden positive Charaktereigenschaften wie Erfolg, Fleiß, Kreativität, Intelligenz und Glaubwürdigkeit unterstellt, während weniger schöne Menschen oft als faul, langweilig und phantasielos gelten.

<u>Aufgaben</u>:

1. Welche weiteren Schönheitsideale kennen Sie?
2. Welche Schönheitsideale galten früher, z. B. zurzeit Ihrer Großeltern?
3. Welche der heutigen Schönheitsideale sind für Sie wichtig/welche unwichtig?
4. Was hilft Ihnen zu einer kritischen Sicht auf die Schönheitsideale, die in den Medien als Garantie für Erfolg und Glück propagiert werden?

Halten Sie Ihre Ergebnisse auf den beigelegten Moderationskarten fest.

Körpermodifikationen – Tattoos und Piercings

Von den Randgruppen über die Jugendszene zum Mainstream?

Körpermodifikationen durch Tattoos und Piercing haben eine lange Geschichte. Die älteste bekannte Tätowierung fand sich bei der über 5000 Jahre alten Gletschermumie „Ötzi".
Tattoos und Piercings sind weltweit verbreitet. Sie fungieren u.a. als Zeichen einer Gruppenzugehörigkeit oder haben rituelle bzw. religiöse Bedeutung.
Der Wert für den Träger reicht von Protest, Schmuck, Selbstdarstellung, Abgrenzung, Rangordnung, Modeaccessoire bis hin zum Tagebuch. Eine Sonderform der Tätowierung bildet das Permanent Make-up.
In Mitteleuropa galten Tätowierungen lange Zeit als Zeichen von Randgruppen wie Häftlingen oder Seeleuten. Spätestens seit den 1990er Jahren gehören Tattoos und Piercing zur Jugendkultur und sind inzwischen in der breiten Bevölkerung angekommen.

Verena N./pixelio.de

Nachdenken lohnt sich:

- Tattoo oder Piercing – eine spontane Laune oder eine bewusst getroffene Entscheidung?
- Tätowierungen am Hals, im Gesicht und am Unterarm können die Berufschancen einschränken („T-Shirt-Grenze").
- Die Entfernung von Tattoos (Laserbehandlung, Ätzen oder Schneiden) birgt Risiken, ist aufwendig, teuer und schmerzhaft.

Maja Dumant /pixelio.de

Von Risiken und Nebenwirkungen

Das Tätowiergerät verletzt die Haut und bringt Farbpigmente ein, deren Langzeitwirkungen auf den Körper noch nicht erforscht sind.
Zu den unerwünschten Nebenwirkungen von Tätowierungen zählen Infektionen (Tetanus, Hepatitis B u. C, HIV u.v.m.), Narbenbildungen und allergische Reaktionen.

Auf das Studio kommt es an!

- Jeder kann als Piercer und Tätowierer arbeiten. Es sind keine Berufe mit vorgeschriebener Ausbildung. Unbedingt auf die Hygiene im Studio achten!
- Um Infektionen zu vermeiden müssen sterile Einmalhandschuhe sowie sterile Instrumente und steriler Schmuck benutzt werden.
- Seriöse Piercer und Tätowierer klären über die Risiken und die Nachbehandlung auf.
- Für die Behandlung von Jugendlichen unter 18 Jahren ist eine Einverständniserklärung der Eltern erforderlich.

<u>Aufgaben</u>:

Nehmen Sie Stellung zu folgenden Fragen:

1) In welchen Berufen sind Tätowierungen nicht erlaubt?
2) Wie steht Ihr Arbeitgeber zu Tattoos und Piercings? Können Sie die Haltung nachvollziehen?
3) Welche Absichten verbinden die Träger von Tattoos und Piercings <u>heute</u> mit ihrer Körpermodifikation?

Halten Sie Ihre Ergebnisse auf den beigelegten Moderationskarten fest.

Märchen aus Russland

Es war einmal ein kleiner Junge, der wohnte in einem kleinen Dorf in Russland. Eines Tages lief der Junge aufgeregt durch das Dorf. Er weinte und rief immerzu nach seiner Mutter, aber er konnte sie nirgends finden. Wie er so weinte, hörten ihn die Leute, die auf dem Feld beim Dorf arbeiteten. Sie dachten, da ist wohl etwas Schlimmes passiert, dass der Junge so bitterlich weint.
Also kamen die Leute herbeigeeilt und fragten den Jungen: "Junge, warum weinst Du denn?" "Ich kann meine Mutter nicht finden!" sagte er und fing wieder an zu weinen. Da fragte einer: "Ja, aber wie sieht sie denn aus, deine Mutter?" "Das ist ganz einfach", sagte der Junge. "Meine Mutter ist die schönste Frau auf der ganzen Welt!"
Da waren die Leute aus dem Dorf erleichtert: Das konnte ja nicht so schwer sein. Und gleich rief einer aus: "Katja ist die schönste Frau aus dem Dorf! Lasst uns Katja holen!" Und sie holten Katja und brachten sie zu dem Jungen. Der aber schüttelte nur traurig den Kopf: "Das ist nicht meine Mutter. Meine Mutter ist noch viel, viel schöner."
Da steckten die Leute aus dem Dorf wieder ihre Köpfe zusammen und überlegten weiter. Dann sagte jemand: "Jeljenka aus dem Nachbardorf, die ist doch die schönste Frau weit und breit!" Und schnell liefen sie Jeljenka holen und brachten sie zu dem Jungen. Aber der schüttelte den Kopf und fing wieder an zu weinen: "Nein. Das ist nicht meine Mutter! Meine Mutter ist viel, viel schöner! Ich habe euch doch schon gesagt, dass sie die schönste Frau auf der ganzen Welt ist!"
Die Leute aus dem Dorf zuckten ratlos mit den Schultern. Der Junge aber war so traurig und weinte so sehr, dass sie noch einmal überlegten. Und ja, richtig! Madjuschka aus dem Dorf hinter dem Wald, die war wirklich wunderschön. Nur die konnte eigentlich die Mutter des Jungen sein. Und Madjuschka wurde geholt und zu dem Jungen gebracht, aber wieder sagte dieser: "Nein, nein, nein! Das ist nicht meine Mutter! Meine Mutter ist noch tausendmal schöner! Ich habe euch doch schon die ganze Zeit gesagt: Meine Mutter..." "...ist die schönste Frau auf der ganzen Welt!" ergänzten die Leute aus dem Dorf.
Nun war guter Rat teuer. Und während sie sich noch besprachen, kam eine kleine, verhutzelte Frau des Wegs. Sie sah müde und verzweifelt aus. Und sie lief gebückt, so als ob sie den ganzen Tag vergeblich nach etwas gesucht hätte. Als der kleine Junge sie erblickte, rief er: "Mama!" "Mein Junge", sagte die Frau und schloss ihn in die Arme.
Die Leute aus dem Dorf aber drehten sich verwundert um und fragten: "Wie, das ist deine Mutter? Wir dachten, deine Mutter sei die schönste Frau auf der ganzen Welt!" "Aber das ist sie doch!" rief der Junge. "Seht doch selbst: Meine Mutter ist die schönste Frau auf der ganzen Welt!"

(bekannt aus der Sesamstraße)

Aufgaben:

1) Finden Sie zu dieser Geschichte einen passenden Titel/eine passende Überschrift.
2) Warum ist die Mutter für den Jungen die schönste Frau der Welt?

„Sea-Watch“ stellt sich uns vor:

„Sea-Watch“ entstand aus einer privaten Initiative von mehreren Familien aus Brandenburg.
Seit 2014 beteiligt sich ein ständig wachsendes Team von engagierten Freiwilligen aus ganz Europa an dem Projekt.
Dazu gehören Frauen und Männer, die als Kapitäne, Ärzte, Mechaniker, Anwälte, Sozialarbeiter, Journalisten, Übersetzer und Berater mitarbeiten.
Die Mittel für den Erwerb und Betrieb der Schiffe und die Durchführung der Einsätze stammen aus privaten Spenden.

Wir, die Ehrenamtlichen bei „Sea-Watch“, kennen andere Länder und Kulturen von vielfältigen beruflichen und privaten Reisen. Wir haben dabei viel Gastfreundschaft, Interesse und Offenheit für uns und unsere Kultur und Lebensweise erfahren. Die prekären Lebensbedingungen der Menschen in Ländern des Südens sind für Mitteleuropäer oft kaum vorstellbar. Diese Erfahrungen und die täglichen Berichte über die katastrophalen Bedingungen der Flüchtlinge auf ihrem Weg nach und durch Europa, haben zu unserer Sensibilisierung für ihre Situation beigetragen.
Wir sind engagierte Menschen, die das Glück haben, in Mitteleuropa geboren zu sein und nicht in Syrien, Angola, Afghanistan, dem Irak oder anderen Regionen, in denen Gewalt das Leben bestimmt.

Wir fühlen uns verantwortlich und wollen dem Leiden und Sterben nicht weiter tatenlos zusehen.

Die Projekte:

„Sea-Watch“ führt derzeit zwei Projekte durch:

- Zwischen der libyschen Küste und der italienischen Insel Lampedusa wird auf 14-tägigen Ausfahrten nach in Seenot befindlichen Flüchtlingsbooten Ausschau gehalten.
- Zwischen dem türkischen Festland und der griechischen Insel Lesbos sucht „Sea-Watch“mit einem Schnellboot in Tageseinsätzen nach Flüchtlingsbooten.

(Verwendung der Texte und Bilder von der Homepage http://sea-watch.org/
mit freundlichen Genehmigung der Sea-Watch-Organisation.)

Fragen an einen Notfallseelsorger zu seinem Einsatz auf Lampedusa:

1) **Was motivierte Sie zu Ihrem Engagement bei "Sea-Watch"?**

   Die schrecklichen Bilder von sinkenden Flüchtlingsbooten, verzweifelten Menschen und angespülten Leichen haben mich im letzten Jahr immer wieder entsetzt und hilflos zurück gelassen. Ich glaube, Menschen in Not helfen zu wollen, ist ein menschliches Grundbedürfnis. Mich motiviert darüber hinaus das Vorbild von Jesus Christus, der sich immer um die Menschen "ganz unten" gekümmert und zur Nächstenliebe aufgefordert hat. Deshalb war ich sofort bereit, „Sea-Watch" vor Ort zu unterstützen. Ich weiß, dass es vielen Mitstreitern ähnlich gegangen ist. Einige taten es vor dem Hintergrund ihrer christlichen Einstellung. Allen Mitarbeitenden gemeinsam war die Überzeugung: Auch ein kleiner Beitrag ist besser als nichts zu tun.

2) **Was war Ihr eindrücklichstes Erlebnis bzw. Ihre eindrücklichste Erfahrung?**

   Ich bin zur psychologischen Vorbereitung einer neuen Crew auf Lampedusa gewesen. Ich habe erlebt, wie innerhalb von drei Tagen aus Menschen, die einander völlig fremd waren, ein Team geworden ist. Ein Team, in dem man sich voll und ganz einbringt, der Kapitän die Toilette reinigt, die ZDF-Journalistin sich um die Verpflegung kümmert, der Arzt den Abwasch übernimmt etc.. In der kurzen Zeit haben wir viel miteinander geredet. Bei aller Verschiedenheit war klar: Uns alle treibt das zentrale Bedürfnis an, Menschen in Not zu helfen. Für eine Woche war das Schiff dann vor der Küste Libyens unterwegs. In den Telefongesprächen danach habe ich erfahren, dass diese Verbundenheit getragen hat, auch wenn es stressig wurde. Z.B. als an einem Tag, an dem fast 300 Flüchtlinge von sinkenden Booten gerettet und auch Tote an Bord gefunden wurden. Ich bin glücklich, dass ich so viele engagierte Menschen kennenlernen durfte.

3) **Hat sich durch Ihren Einsatz bei "Sea-Watch" in ihrem Alltag oder in Ihrer Lebens-einstellung etwas verändert?**

   Die Erfahrungen auf Lampedusa haben mich tief beeindruckt. Ein Stück von mir ist dort auf Lampedusa geblieben - das klingt pathetisch, aber in Gedanken bin ich oft bei den Freunden von „Sea-Watch". Ich verfolge die Aktionen auf Facebook, gelegentlich telefoniere ich mit dem Einsatzleiter auf Lesbos. Im Dezember war ein großes Treffen aller Helfer, die letztes Jahr dabei waren.
   Meine Gedanken kreisen oft um das, was auch jetzt im Mittelmeer geschieht. Manches, was mich in meinem Alltag belastet, wird neben diesen Erfahrungen klein und unwichtig.

<u>Aufgaben:</u>

a) Welche Motivationen für die Mitarbeit werden erkennbar?
b) Welche Auswirkungen hat das Engagement für das Leben des Notfallseelsorgers?
c) Kennen Sie vergleichbare Erfahrungen aus Ihrem Leben oder Ihrem Umfeld?
d) In welchen Beziehungen stehen diese Erfahrungen zu Frage nach einem erfüllten/gelingenden Leben?

Ich habe mich intensiv mit unterschiedlichen Sichtweisen auf ein erfülltes/gelingendes Leben auseinandergesetzt.

Ich habe neue Aspekte zum Thema erfülltes/gelingendes Leben kennengelernt.

Die Unterrichtseinheit hat meine Vorstellungen von einem erfüllten/gelingenden Leben bereichert/verändert.

Die Lernatmosphäre in der Gruppe war für mich angenehm.

Die Lehrkraft konnte mich durch ihren Unterrichts-/ Gesprächsstil und durch die ausgewählten Methoden für das Thema motivieren.