



# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Was ich an dir mag! – Von Freundschaft, Zuneigung und Liebe*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



## I.A.53

### Anthropologie

# Was ich an dir mag! – Von Freundschaft, Zuneigung und Liebe

Jennifer Schoos



© RAABE 2020

© Getty Images

Was macht einen guten Freund, was wahre Freundschaft aus? Worin besteht der Unterschied zwischen Freundschaft und Liebe? Kann mein Partner auch mein Freund sein? Diese Fragen beschäftigen viele Jugendliche. In dieser Unterrichtseinheit lernen die Schülerinnen und Schüler sich und andere in Wahrnehmungsübungen kennen. Anschließend setzen sie sich anhand von Bildern, Zitaten und einem Rollenspiel mit Merkmalen von Freundschaft auseinander. Mithilfe einer Umfrage, Tagebucheinträgen und Bildern erkunden sie den Unterschied zwischen Freundschaft und Liebe.

---

#### KOMPETENZPROFIL

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>Klassenstufe:</b>         | 7/8   |
| <b>Dauer:</b>                | 7 Unterrichtsstunden  |
| <b>Kompetenzen:</b>          | Die eigene Selbstwahrnehmung trainieren, Merkmale von Freundschaft beschreiben, die Bedeutung von Vertrauen erarbeiten, Unterschiede und Gemeinsamkeiten von Freundschaft und Zuneigung, sowie Liebe, Verliebtsein und Liebe erkennen |
| <b>Thematische Bereiche:</b> | Freundschaft, Liebe, Verliebtsein, Vertrauen  |
| <b>Medien:</b>               | Texte, Bilder, Zeichnungen  |
| <b>Methoden:</b>             | Puzzle, Umfrage, kreatives Schreiben, kreatives Gestalten   |

---

## Fachwissenschaftliche Orientierung

### Freundschaft – ein lebenswichtiger Faktor

Menschen sind soziale Wesen. Unsere neuronale, genetische und hormonelle Struktur hat sich im Einklang mit dem Leben in Gemeinschaften ausgebildet. Das Bedürfnis nach Verbundenheit mit anderen ist tief in jedem von uns verankert. Studien belegen, dass Freundschaften Stress mildern, sie stärken das Wohlbefinden und unterstützen das Immunsystem. Wer gute Freunde hat, sieht sich selbst in einem positiveren Licht und verfügt über ein stärkeres Selbstwertgefühl. Gute Freunde fangen einander auf, wenn es ihnen schlecht geht, sie sind füreinander da, vertrauen und unterstützen sich. Unter Freunden können wir ganz unbefangen wir selbst sein.

Dennoch ist nicht jede Freundschaft, die wir als solche bezeichnen, auch wirklich eine. Viele Menschen haben eine Reihe guter Bekannter, auf die sie sich in Krisenzeiten jedoch nicht verlassen können. Psychologen führen fünf Faktoren an, welche eine gute Freundschaft kennzeichnen:

- **Gegenseitigkeit:** Freunde interessieren sich füreinander. Gegenüber dem anderen können wir uns öffnen. Freundschaft ist Geben und Nehmen zugleich.
- **Intimität:** Freunde erzählen einander, was sie sonst niemandem sagen würden. Freundschaft bedeutet, dem anderen gegenüber auch Schwächen und dunkle Seiten zu offenbaren.
- **Vertrauen:** Probleme und Sorgen, die man einander anvertraut hat, sollte man nicht ausplaudern. Dies wird als Vertrauensbruch gewertet.
- **Zeit:** Freundschaften erwachsen aus gemeinsam verbrachter Zeit. Deshalb sollte man sich für gute Freunde immer wieder bewusst Zeit nehmen und miteinander etwas unternehmen.
- **Positive Gefühle:** Was auch immer wir zusammen tun, es sollte sich gut anfühlen. Freundschaften sind aufbauend.

Der Begriff „Freund“ geht auf die indogermanische Wurzel „fri“ (lieben, hegen) zurück und bedeutete ursprünglich (Bluts-)Verwandter, später Genosse eines Friedensbundes. Freundschaft stand entsprechend für Verwandtschaft, aber auch für Bündnis und Frieden. Die philosophische Tradition durchzieht die Überzeugung, Freundschaft sei die edelste Form menschlicher Bindung. Zur Zeit der Griechen umfasste der Begriff „Freunde“ Verwandte (*philoï*), Gefährten (*hetairoi*) und Gastfreunde (*xeinoi*). Im Laufe der Zeit wandelte sich dieses Bild. In der Romantik galt Freundschaft als die höchste Tugend und als Sinnbild der Weltharmonie.

### Vertrauen – ein wesentliches Merkmal von Freundschaft und Partnerschaft

Ein wesentliches Merkmal von Freundschaft ist Vertrauen. Wer einander kennt, kontrolliert sich nicht mehr. Wir geben unsere Sicherheit ein Stück weit auf. Vertrauen ist ein Urinstinkt, der in jedem Menschen verankert ist. Man muss lernen, diesem Instinkt zu folgen.

### Freundschaft und Liebe

In der Pubertät beginnen die meisten Schülerinnen und Schüler, andere Menschen interessant zu finden, für sie zu schwärmen und sich zu verlieben. Dabei fällt es einigen schwer, zwischen Liebe und Verliebtsein zu unterscheiden.

Liebe ist ein sehr intensives Gefühl. Es ist die stärkste Form von Zuneigung und Wertschätzung, die man einem anderen Menschen gegenüber empfinden kann. Sie muss jedoch nicht erwidert werden. Dies ist einer der Unterschiede zwischen Liebe und Freundschaft. Freundschaft beruht auf Gegenseitigkeit, Liebe hingegen bedarf keiner Erwidern. Innige und tiefe Verbundenheit und Zuwendung haben Freundschaft und Liebe gemein. Diese werden in der partnerschaftlichen Liebe um ein körperliches Begehren erweitert. Es gibt weitere Formen der Liebe, die sich auf andere Personen als den Partner beziehen, z. B. Eltern-, Geschwister-, Nächsten- oder Selbstliebe.

**Verliebt sein und lieben – Wo ist da der Unterschied?**

Auch wenn man verliebt ist, hegt man starke Gefühle der Zuneigung für eine andere Person. Diese werden begleitet von intensivem Verlangen und starker Sehnsucht, teilweise von körperlichen Symptomen. Ist das Verliebtsein weniger intensiv, bezeichnet man es als Schwärmerei. Verliebtheit ist jedoch nicht von Dauer. Sie flaut irgendwann ab, löst sich auf oder geht in Liebe über.

**Didaktisch-methodische Überlegungen****Welches Ziel verfolgt die vorliegende Einheit?**

Jugendliche heute sind täglich von Freunden umgeben. Sie haben gemeinsam Spaß, erfahren Enttäuschung, führen Freundschaftsbücher und tummeln sich auf Facebook. Das Thema „Freundschaft“ kommt also mitten aus dem Leben Jugendlicher und greift ihre Fragen und Sorgen auf. Für Jugendliche zu Beginn der Pubertät ist es wichtig, wahre Freunde zu erkennen und diese wertzuschätzen. Auch „Liebe“ und „Verliebtsein“ beschäftigen junge Menschen. In dieser Zeit voller Gefühlsschwankungen ist es wichtig, ihnen sensibel zur Seite zu stehen. Diese Reihe gibt Jugendlichen die Möglichkeit, mehr über das Thema zu erfahren, ohne zu viel von sich preisgeben zu müssen.

**Wie bettet sich diese Einheit in den Lehrplan?**

Im Lehrplan nimmt das Thema „Liebe und Partnerschaft“ eine wichtige Rolle ein. Die Schülerinnen und Schüler sollen lernen, Gefühle wie Sympathie, Verliebtsein und Liebe voneinander zu unterscheiden. Sie erkennen den besonderen Wert einer auf Vertrauen und Liebe basierenden Partnerschaft. Darüber hinaus üben sie sich darin, in angemessener und wertschätzender Sprache ihre Erwartungen an Freundschaft, Liebe und Partnerschaft zu formulieren.

**Wie geht diese Reihe methodisch vor?**

Zu Beginn der Einheit üben sich die Lernenden in Selbst- und Fremdwahrnehmung. Sie formulieren für sich und andere Stärken und Schwächen. Anschließend machen sie sich anhand von Bildern, einem Puzzle und Aussagen zum Thema „Vertrauen“ Gedanken über das Thema „Freundschaft“ und verbalisieren ihre Meinung.

Im zweiten Schritt setzen sie sich mit der Unterscheidung zwischen Freundschaft und Liebe auseinander. Sie erarbeiten eine Umfrage und lernen, wie man diese statistisch auswertet und Schlussfolgerungen daraus zieht. Beispiele aus der Lebenswelt der Jugendlichen in Form von Tagebucheinträgen verdeutlichen abschließend den Unterschied zwischen Liebe und Verliebtsein. Die Lernenden versetzen sich in die Lage der Schreibenden und geben ihnen Ratschläge. Zuletzt erarbeiten sich die Schülerinnen und Schüler eine eigene Definition von Liebe und formulieren eine Stellungnahme.

## Auf einen Blick

### Stunde 1 und 2

#### Ich? Du? – Wer wir sind

- M 1** **So bin ich – so denke ich** / Die Schülerinnen und Schüler reflektieren eigene Stärken und Schwächen und halten diese schriftlich fest.
- M 2** **So sehe ich dich – Eine Wahrnehmungsübung** / Die Lernenden notieren Stärken und Schwächen eines Mitschülers und tauschen sich aus.
- M 3** **Bitte lächeln! – Ich schenke dir ein nettes Wort** / Was könnte man Mitschülern Nettes sagen? Gegenseitig zeigen sich die Lernenden positive Eigenschaften auf.
- Vorbereiten:** OH-Projektor bzw. Beamer/Whiteboard, Meditationsmusik, CD-Spieler, Scheren, Klebstoff, Smileys aus M 3 auf gelbes Papier kopieren. Die Lernenden benötigen zwei Passbilder von sich in der Größe 3,5 x 4,5 cm.

### Stunde 3 und 4

#### Was bedeutet Freundschaft? – Merkmale einer echten Freundschaft erarbeiten

- M 4** **Freundschaft hat so viele Facetten** / Was Freundschaft ausmacht, erarbeiten die Schülerinnen und Schüler anhand verschiedener Bilder.
- M 5** **Puzzlebild – Mein Bild der Freundschaft** / Die Schülerinnen und Schüler werden kreativ. Sie setzen ein Puzzlebild zum Thema „Freundschaft“ zusammen, malen es aus und beschriften es.
- M 6** **Vertrauen – Ein wichtiger Bestandteil von Freundschaft** / Die Jugendlichen lernen Vertrauen als wesentliches Merkmal von Freundschaft und jeder Beziehung kennen. Lernstärkere arbeiten im Rollenspiel heraus, warum in einer Freundschaft Vertrauen so wichtig ist.
- Vorbereiten:** OH-Projektor bzw. Beamer/Whiteboard, Schere, Klebstoff, Filzstifte.

### Stunde 5 bis 7

#### Von Freundschaft zu Liebe

- M 7** **Freundschaft oder Liebe? – Oder: Freundschaft und Liebe?** / Kann aus Freundschaft Liebe werden? Und kann ich einen Freund lieben? Die Schülerinnen und Schüler führen eine Umfrage durch.
- M 8** **Freundschaft und/oder Liebe? – Eine Auswertung** / Die gemeinsame Auswertung regt an zu einer Diskussion über den Unterschied zwischen Freunden und Liebenden. Was macht den Unterschied aus?
- M 9** **Liebes Tagebuch ... – Verliebt sein und lieben** / Fiktive Tagebucheinträge laden die Lernenden dazu ein, über Liebe und Verliebtsein nachzudenken.
- M 10** **Liebe – Was ist das?** / Anhand vorgegebener Definitionen erarbeiten sich die Jugendlichen die Unterschiede zwischen verliebt sein und lieben.
- M 11** **In der Liebe ... – Mein Bild der Liebe** / Die Schülerinnen und Schüler bringen ihr Bild der Liebe zum Ausdruck. Sie überlegen, inwiefern die Merkmale von Freundschaft und Partnerschaft sich überschneiden.

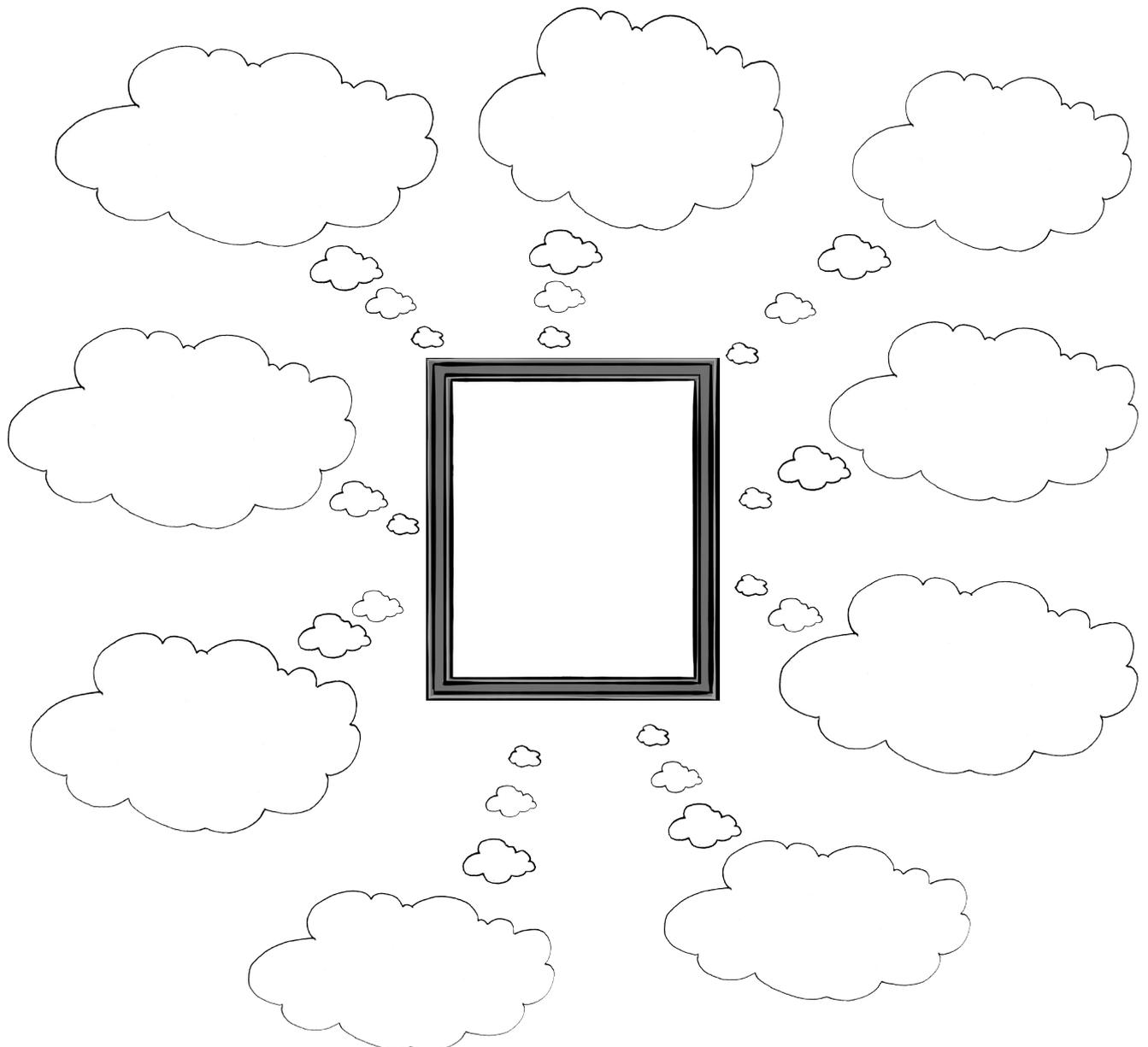
## So bin ich – so denke ich

**M 1**

Wie gut kennst du dich selbst? Fragst du dich manchmal, was dich ausmacht und welche Stärken oder Schwächen du hast? Gehe diesen Fragen auf den Grund!

### Aufgaben

1. Klebe oder zeichne ein Bild von dir in den Rahmen in der Mitte des Arbeitsblattes.
2. Notiere sowohl positive als auch negative Eigenschaften von dir in den Gedankenblasen. Folgende Satzanfänge helfen dir dabei:
  - Besonders gut/schlecht bin ich in/bei ...
  - An mir mag ich (nicht) ...
  - Meine tollste/beste Eigenschaft ist ...
  - Ich kann besonders gut ...
3. Umrande positive Blasen grün und negative Gedankenblasen rot.





# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Was ich an dir mag! – Von Freundschaft, Zuneigung und Liebe*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)

