

ARMUT UND ZUFRIEDENHEIT - EIN WIDERSPRUCH?

mat

CO
OO

Armut und Gesundheit

4. Schulstufe

Titel	Armut und Zufriedenheit – Ein Widerspruch? Wie Armut und psychisches Wohlergehen zusammenhängen
Kurzbeschreibung	In diesem Modul lernen Schüler*innen Zusammenhänge zwischen Armut und psychischem Wohlergehen kennen. Mithilfe von gemeinsamen Diskussionen und Fallbeispielen werden Bedingungen für Lebenszufriedenheit, Wohlergehen und Gesundheit erarbeitet. Dabei steht mit einem empathischen Miteinander auch im Fokus, an welchen Stellen die Lernenden selbst aktiv werden können.
Stichworte / Keywords	Armut, Lebenszufriedenheit, Wohlbefinden, psychische Gesundheit, Fallarbeit
Dauer	1,5 UE
Schulstufe/Klasse	Primarstufe 4. Schulstufe (4. Klasse VS)

Das Modul „Armut und Gesundheit“ im Überblick
Armut und Zufriedenheit– Ein Widerspruch?
Wie Armut und psychisches Wohlergehen zusammenhängen

Autor*innen	Marie Heijens (Universität zu Köln)
Stichworte / Keywords	Armut, Lebenszufriedenheit, Wohlbefinden, psychische Gesundheit, Fallarbeit
Dauer	1,5 UE
Schulstufe/Klasse	Primarstufe, 4. Schulstufe 4. Klasse VS, Sachunterricht
Problemorientierung und Bildungsgehalt	Der Bildungsgehalt dieses Moduls liegt in der Förderung eines sozialkritischen Bewusstseins, der Empathiefähigkeit und der Reflexion über die eigenen und gesellschaftlichen Bedingungen für Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit. Die Schüler*innen gewinnen ein Problembewusstsein dafür, dass Armut nicht nur materielle Einschränkungen bedeutet, sondern dass diese auch Auswirkungen auf das psychische Wohlergehen haben kann, von denen auch sie selbst betroffen sein können. Indem sie selbst Ansätze erarbeiten und zwischenmenschliche Beziehungen als eine zusätzliche Ressource für Wohlbefinden erkennen, werden sie dazu angeregt, über Lösungen nachzudenken und soziale Verantwortung zu übernehmen. Dies stärkt sowohl ihre emotionale Kompetenz als auch ihr Verständnis für gesellschaftliche Zusammenhänge. Das Modul ist insofern lebensweltlich relevant, als dass es die Schüler*innen für soziale Ungleichheiten – auch im eigenen Umfeld – sensibilisiert und ihnen konkrete Handlungsmöglichkeiten aufzeigt, um zu einem solidarischen Miteinander beizutragen.

Lebenswelt, Gegenwarts- & Zukunftsbedeutung	Dieses Modul ist für die Lebenswelt von Schüler*innen der Primarstufe bedeutsam, da soziale Ungleichheit und psychisches Wohlbefinden Themen sind, die sie bereits heute in ihrem Umfeld erleben oder künftig betreffen können. Es hilft ihnen, ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, dass Armut gegenwärtig nicht nur materielle, sondern auch emotionale und psychische Folgen hat. Durch die Auseinandersetzung mit verschiedenen konkreten Fällen werden Zusammenhänge zwischen Armut und Wohlbefinden verdeutlicht und verständlich gemacht. Langfristig fördert das Modul eine reflektierte Haltung und ein Verständnis dafür, wie materieller Mangel mit Wohlergehen und Lebenszufriedenheit zusammenhängt.
Kernidee	In diesem Modul sollen die Schüler*innen Zusammenhänge zwischen Armut und Lebenszufriedenheit, psychischem Wohlergehen und Gesundheit kennenlernen. Dazu werden zunächst Bedingungen für Letzteres gesammelt und in Beziehung zu Armut gestellt. Es wird problematisiert, dass die Möglichkeiten diesbezüglich im Falle von Armut oft begrenzt sind. Gleichzeitig werden Konsequenzen von ‚Unglück‘ für das Wohlergehen aufgegriffen.
Bildungsziele	Die Schüler*innen ... • erarbeiten Zusammenhänge zwischen Lebenszufriedenheit und psychischem Wohlergehen, Gesundheit und Armut. • erklären den Widerspruch zwischen sozialer Ungleichheit mit Blick auf Wohlergehen und dem Kinderrecht auf Gesundheit. • ermitteln einen empathischen Umgang für Menschen, die unter Missständen im Kontext von Armut und Wohlergehen leiden.
Lernschritte/ Modulbausteine	UE 1: 1. Einstieg: Grafische Gedankensammlung – was macht mich (un-)zufrieden? 2. Erarbeitung & Sicherung: Was passiert, wenn man unzufrieden ist? (Fallbeispiele) UE 2: 3. Erarbeitung & Sicherung: Erweiterung Gedankensammlung – Wer hat Zugang zu den Dingen, die zufrieden machen? / An welchen Stellen spielt Geld eine Rolle? – Verweis auf Kinderrechte

Fachliche Einbettung

Die Zusammenhänge zwischen Armut und Lebenszufriedenheit sind bereits für Kinder in der Primarstufe von großer Relevanz, da viele entweder selbst von Armut betroffen sind oder mit betroffenen Kindern in Kontakt kommen (Clarke / Thévenon 2023). Kinder, die in Armut leben, haben oft eingeschränkten Zugang zu Bildungs- und Freizeitangeboten, was ihre Entwicklung und ihr psychisches Wohlbefinden negativ beeinflussen kann (WHO 2014; Becker / Lauterbach 2016). Sie erleben häufiger Stress, Ausgrenzung oder Scham, was sich unter anderem auf ihr Selbstwertgefühl und ihre schulische Motivation auswirken kann (Schenk 2015). Gleichzeitig ist die Grundschulzeit eine prägende Phase, in der soziale Unterschiede besonders spürbar werden. Ein besseres Verständnis dieser Zusammenhänge hilft den Schüler*innen, sensibel und unterstützend mit betroffenen Mitschüler*innen umzugehen. Daher ist es wichtig, das Thema frühzeitig in der pädagogischen Arbeit aufzugreifen und entsprechende Unterstützungsangebote zu schaffen.

(Fach-)Didaktische Begründung

Das Modul stellt die Zusammenhänge zwischen Armut und dem psychischen Wohlbefinden in den Mittelpunkt. Die didaktische Ausrichtung zielt darauf ab, die Schüler*innen für die Auswirkungen sozioökonomischer Benachteiligung auf das psychische Wohlbefinden zu sensibilisieren. Dabei werden kindgerechte Methoden und Materialien eingesetzt, um Wissen, Empathie und Handlungskompetenz zu fördern.

Im Zentrum steht die Frage, wie Armut das psychische Wohlbefinden beeinflusst – etwa durch Stress, Ausgrenzung, geringes Selbstwertgefühl oder Unsicherheiten im Alltag. Die Schüler*innen sollen diese Zusammenhänge verstehen und lernen, wie wichtig Unterstützung, Gemeinschaft und gegenseitige Wertschätzung sind. Ziel ist es, Vorurteile abzubauen, Resilienz zu stärken und ein inklusives Klassenklima zu fördern.

Kinder erleben Armut oft indirekt – durch fehlende Teilhabe, Scham oder psychische Belastungen. Vor diesem Hintergrund ist es entscheidend, frühzeitig Sensibilität für soziale Unterschiede und deren Auswirkungen auf das Wohlbefinden zu schaffen. Das Modul trägt dazu bei, diese Themen über lebensweltliche Bezüge offen anzusprechen und kindgerecht zu reflektieren. Die didaktische Ausrichtung folgt dabei aktueller fachdidaktischer Literatur zur inklusiven und armutssensiblen Bildung, wie beispielsweise von Windischbauer (2015) oder Gläser und Richter (2015).

Methoden	- Fallarbeit - Gruppenarbeit
Sicherung und Reflexion	Es erfolgt eine Zusammenfassung im Plenum, durch die Lehrkraft über Tafelbilder und die selbstständige Sammlung zentraler Punkte auf den Arbeitsblättern. Erarbeitete Zusammenhänge und Querbezüge werden zudem über die Sammlung verschiedener Arbeitsschritte in der gleichen Abbildung gefestigt.
Medien und Materialien	M1 Arbeitsblatt: Armut und Zufriedenheit M2 Arbeitsblatt: Fallbeispiele
Vorbereitung	UE 1 + UE 2: - M1 in Klassenstärke - M2 in Klassenstärke - Optional: Poster oder Folie der Abbildung in M1, Aufgabe 1
Quellen	- Becker, Rolf / Lauterbach, Wolfgang (2016): Bildung als Privileg? Erklärungen und Befunde zu den Ursachen der Bildungsungleichheit. Wiesbaden: Springer VS. - Clarke, Chris / Thévenon, Olivier (2023): Childhood socio-economic disadvantage in Austria. A snapshot of key challenges. https://doi.org/10.1787/c05f13f8-en [Zugriff: 22.07.2025]. - Gläser, Eva / Richter, Dagmar (2015): Die sozialwissenschaftliche Perspektive konkret. Bad Heilbrunn: Verlag Julius Klinkhardt. - Schenk, Martin (2015): Kindergesundheit und Armut. In: Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit (Hrsg.): Bericht zur Lage der Kinder- u. Jugendgesundheit in Österreich 2015. Wien: Eigenverlag, S. 43–53. - Windischbauer, Elfriede (2010): Annäherungen an den Begriff „Armut“. In: Kühberger, Christoph / Windischbauer, Elfriede (Hrsg.): Politische Bildung in der Volksschule. Annäherungen aus Theorie und Praxis. Innsbruck: Studienverlag, S. 96–104. - World Health Organization (WHO) (2014): Review of social determinants and the health divide in the WHO European Region: final report. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/108636/9789289000307-eng.pdf [Zugriff: 22.07.2025].

UE 1: Was macht glücklich und zufrieden?

Einstieg

Sozial- bzw Organisationsform: EA, P

Die Schüler*innen sammeln zunächst in Einzelarbeit auf einem Arbeitsblatt (M1, Aufgabe 1), was sie zufrieden macht. Im Anschluss können die Ideen gemeinsam über Wortmeldungen im Plenum gesammelt und an der Tafel festgehalten werden.

Anmerkung: Eine Möglichkeit wäre es, hier auch die Abbildung aus M1, Aufgabe 1 als Folie oder Poster aufzubereiten und die Zeichnungen bzw. Aspekte zur Zufriedenheit gemeinsam zu sammeln.

Erarbeitung

Sozial- bzw Organisationsform: GA

Die Schüler*innen erarbeiten in Gruppen anhand von Fallbeispielen, was passieren kann, wenn man unzufrieden ist (M2, Aufgabe 1).

Anmerkung: Je nachdem, wie viel Zeit ist, kann auch mehr als ein Fallbeispiel pro Gruppe behandelt werden.

Sicherung

Sozial- bzw Organisationsform: P

Die Schüler*innen präsentieren ihre Ergebnisse aus der Gruppenarbeit. Die Ergebnisse werden von der Lehrkraft an der Tafel gesammelt. Über Rückfragen arbeitet die Lehrkraft gemeinsam mit den Schüler*innen heraus, was allen Fallbeispielen gemeinsam ist.

Bildungsziele	Medien und Materialien	Zeit
Die Schüler*innen reflektieren, was sie zufrieden macht.	M1 Arbeitsblatt <i>Optional:</i> Poster oder Folie der Abbildung in M1, Aufgabe 1	20'
Die Schüler*innen analysieren, welche Folgen es haben kann, unzufrieden zu sein.	M2 Arbeitsblatt	20'
Die Schüler*innen präsentieren ihre Ergebnisse.		10'

UE 2: Zusammenhänge zwischen verfügbarem Geld und Lebenszufriedenheit

Erarbeitung und Sicherung

Sozial- bzw Organisationsform: EA, P, LV

Die Schüler*innen überlegen zunächst in Einzelarbeit, welche der Aspekte, die sie in UE 1 gesammelt haben, mit Geld zusammenhängen (M1, Aufgabe 2). Im Anschluss werden die Ergebnisse im Plenum gesammelt und von der Lehrkraft in das Tafelbild aus UE 1 eingeordnet. Zusätzlich stellt die Lehrkraft im Unterrichtsgespräch sowie abschließend noch einmal frontal heraus, wie sich die Voraussetzungen fürs Zufriedensein je nach Einkommen unterscheiden. Hieran anknüpfend werden dann verschiedene Kinderrechte im Zusammenhang mit Zufriedenheit vorgestellt, um die Ungerechtigkeit dahinter zu verdeutlichen (M1, Aufgabe 3).

Anmerkung: Wenn hier in UE 1 eine Folie oder ein Poster zur Sammlung genutzt wurde, kann diese bzw. dieses hier wiederverwendet werden, um auch die Zusammenhänge gemeinsam zu sammeln.

Zum Abschluss fasst die Lehrkraft die wesentlichen Ergebnisse der Unterrichtseinheiten mündlich zusammen:

„Wer von Armut betroffen ist, hat schlechtere Voraussetzungen, zufrieden und gesund zu sein. Einige der Faktoren, die hier eine Rolle spielen, können nicht von jeder*jedem einzelnen von uns, sondern nur durch politische und gesellschaftliche Änderungen beeinflusst werden. Andere sind weniger stark an Geld gebunden – daher ist es wichtig, dass wir uns alle dafür einsetzen, dass niemand benachteiligt wird.“

Die Schüler*innen verstehen, welche Zusammenhänge zwischen Einkommen bzw. Armut und Lebenszufriedenheit bestehen.

M1

25'

Insgesamt 75'

Armut und Gesundheit: 4. Schulstufe

Was macht glücklich und zufrieden?

Armut und Wohlbefinden

1. Was macht mich glücklich und zufrieden?

Denk darüber nach, was dich glücklich und zufrieden macht. Male diese Sachen unten in das Bild. Wenn du nicht weißt, wie du etwas malen kannst, schreib es einfach unter das Bild. Du kannst hier auch aufschreiben, was deine Mitschüler und Mitschülerinnen gemalt oder geschrieben haben.



2. Wo spielt Geld eine Rolle?

Schau dir nun nochmal an, welche Sachen dich und deine Mitschüler und Mitschülerinnen glücklich und zufrieden machen. Denk darüber nach, welche davon etwas mit Geld zu tun haben könnten. Müssen du oder deine Eltern dafür zum Beispiel etwas kaufen oder Eintritt bezahlen?

Schneide die Münzen am Ende dieser Seite dafür ab und klebe sie auf deinem Bild bei Aufgabe 1 neben die Sachen, die du gemalt hast.

Was haben wir gelernt?

Manche Sachen, die uns glücklich und zufrieden machen, kosten Geld.

- Viele Kinder sagen: „Ein Haustier macht mich glücklich.“ Aber ein Haustier kostet viel Geld. Nicht jede Familie kann sich das leisten.
- Auch Sport im Verein – wie Fußball oder Reiten – macht Spaß. Aber oft muss man dafür bezahlen. Nicht alle Familien haben das Geld dafür.

Das ist nicht fair. Denn dann können nicht alle Kinder die gleichen schönen Dinge erleben. Wenn Kinder lange traurig oder unzufrieden sind, kann das auch schlecht für den Körper und die Gefühle sein:

- Man schläft schlecht oder kann sich nicht gut konzentrieren.
- Man fühlt sich oft alleine.
- Man hat keinen Hunger oder wird öfter krank.



3. Kinderrechte

Nicht alle Kinder haben die gleichen Chancen, glücklich und zufrieden zu sein – das ist unfair. Deshalb gibt es fast überall auf der Welt Regeln, die Kinder schützen. Diese Regeln heißen Kinderrechte. Sie helfen dabei, dass Kinder sicher sind, genug zu essen haben, gesund bleiben und sich wohlfühlen können.

Hier siehst du eine Liste mit Kinderrechten.

Überlege: Welche drei Rechte machen dich besonders glücklich und zufrieden?

Markiere sie – und wenn dir etwas dabei besonders wichtig ist, kannst du es bunt anmalen.

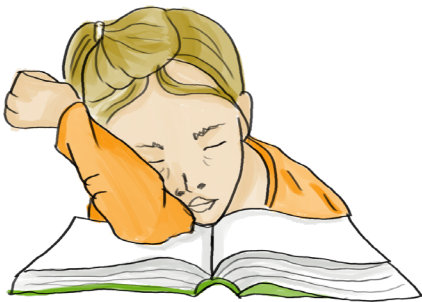
- ☐ **Gleichheit:** Alle Kinder haben die gleichen Rechte. Kein Kind darf schlechter behandelt werden.
- ☐ **Gesundheit:** Kinder haben das Recht, gesund zu leben, sich sicher zu fühlen und sicher zu sein.
- ☐ **Bildung:** Kinder haben das Recht, zu lernen und auch zu entscheiden, was sie selbst besonders interessiert.
- ☐ **Spiel und Freizeit:** Kinder haben das Recht, zu spielen, sich zu erholen und auch zu basteln, zu malen oder Musik zu machen.
- ☐ **Mitbestimmung:** Kinder haben das Recht, zu sagen, was sie denken, und bei wichtigen Sachen mitzureden.
- ☐ **Schutz vor Gewalt:** Kinder haben das Recht auf Schutz. Sie dürfen nicht geschlagen oder schlecht behandelt werden. Sie sollen sicher sein.
- ☐ **Zugang zu Medien:** Kinder haben das Recht, sich zu informieren – z. B. aus Büchern oder aus dem Internet – und ihre Meinung zu sagen.
- ☐ **Privat sein dürfen:** Kinder haben das Recht, eigene Geheimnisse zu haben, die respektvoll behandelt werden.
- ☐ **Schutz im Krieg und auf der Flucht:** Kinder haben das Recht, im Krieg oder beim Fliehen aus gefährlichen Ländern besonders geschützt zu werden.
- ☐ **Besondere Fürsorge und Förderung bei Behinderung:** Behinderte Kinder haben das Recht auf besondere Hilfe, damit sie überall mitmachen können.

Was macht glücklich und zufrieden?

Fallbeispiele zu Unzufriedenheit

1. Was macht mich glücklich und zufrieden?

Auf dem vorherigen Arbeitsblatt haben du und der Rest der Klasse überlegt, was euch glücklich und zufrieden macht. Nun geht es darum, zu überlegen, was passiert, wenn man aus verschiedenen Gründen nicht so zufrieden ist und welche Folgen das haben kann. Lies dazu eines oder mehrere der folgenden Beispiele und sammle unten, welche Folgen Unzufriedenheit haben kann.



Lina ist 9 Jahre alt und lebt mit ihrer Mutter und ihrem kleinen Bruder in einer kleinen Wohnung. Oft hört sie ihre Mutter nachts weinen, weil das Geld nicht reicht. Lina macht sich darüber Sorgen und kann deshalb schlecht schlafen. Am nächsten Morgen ist sie müde und kann sich im Unterricht kaum konzentrieren. Sie vergisst Dinge schnell und schafft es nicht, bei Aufgaben mitzumachen. Ihre Lehrerin denkt, Lina hat einfach keine Lust mitzumachen, aber in Wahrheit ist Lina nur erschöpft und voller Sorgen.

Timo ist 10 Jahre alt und liebt es, mit seinen Freunden Fußball zu spielen. Doch wenn sie nach dem Spiel ins Schwimmbad oder ins Eisgeschäft gehen, bleibt Timo oft zurück. Er sagt, er habe keine Lust oder müsse nach Hause. In Wahrheit macht er sich Sorgen, weil er kein Geld hat, um mitzugehen. Er schämt sich dafür und hat Angst, dass die anderen ihn auslachen. Er wird dadurch immer stiller und fühlt sich oft einsam.



Meryem ist 8 Jahre alt. Sie macht sich große Sorgen, weil ihre Eltern sich die Wohnung nicht mehr leisten können. Diese Sorgen sind so groß, dass sie morgens keinen Hunger hat und ihr schlecht wird, wenn sie ans Essen denkt. In der Schule isst sie nichts, obwohl sie hungrig ist. Mit der Zeit wird Meryem immer schwächer, bekommt hin und wieder Kopfweg und ist oft krank. Ihre Eltern und die Lehrkräfte merken, dass es ihr nicht gut geht, wissen aber nicht, warum.



Jonas ist 9 Jahre alt und eigentlich ein neugieriger Bub. Doch seit ein paar Monaten macht er nicht mehr beim Unterricht mit. Wenn die Lehrerin etwas fragt, meldet er sich nicht. In Gruppenarbeiten bleibt er still. Er macht sich ständig nur Sorgen, ob es heute Abend genug zu essen gibt. Er macht sich so viele Sorgen, dass er gar nicht ans Lernen denken kann. Es fällt ihm schwer, sich zu öffnen oder Hilfe zu suchen.

Sofia ist 7 Jahre alt und geht eigentlich gerne zur Schule. Aber ihre Turnschuhe sind alt und haben ein Loch. Als ihre Mitschüler*innen das sehen, lachen sie sie aus. Sofia schämt sich sehr. Auch für die Projektwoche kann sie kein Bastelmaterial mitbringen. Sie fühlt sich immer kleiner und zeigt immer seltener auf. Die Angst, wieder ausgegrenzt zu werden, ist größer als die Freude am Lernen.



In den Beispielen hast du verschiedene Folgen von Unzufriedenheit kennengelernt. Sammle diese Folgen hier:

Medieninhaber und Herausgeber:

Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz
Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz
Stubenring 1
1010 Wien
Telefon: +43 1 7 11 00 – 862501

Für den Inhalt verantwortlich:

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz
Sektion Konsumentenpolitik und Verbrauchergesundheit
Stubenring 1
1010 Wien
E-Mail: konsumentenfragen@sozialministerium.at

Erstellt von:**DIE ARMUTSKONFERENZ**

Österreichisches Netzwerk gegen Armut und soziale Ausgrenzung
Herklotzgasse 21/3
1150 Wien
Telefon: 0043-1-4026944
Email: office@armutskonferenz.at
www.armutskonferenz.at

Herstellungsort: Wien.

Alle Rechte bleiben vorbehalten.

Ein Nachdruck ist ausschließlich zu nichtkommerziellen Zwecken (z.B. im schulischen Kontext für Lehrpersonen) und nur unter Quellenangabe gestattet.

Bildnachweis:
Wie jeweils angeführt:
Alle Rechte vorbehalten. (Auch Titelbild.)

Haftungsausschluss:
Die Informationen der Unterlagen wurden sorgfältig geprüft und recherchiert. Es wird jedoch keine Gewährleistung für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Inhalte übernommen.

Haftung für Links:
Es wird darauf hingewiesen, dass wir auf Inhalte angeführter Links keinen Einfluss haben und daher auch keine Haftung dafür übernehmen können. Diese Links wurden sorgfältig geprüft und werden regelmäßig aktualisiert. Jedoch kann keine Gewährleistung dafür übernommen werden, dass alle Angaben zu jeder Zeit vollständig, richtig und in letzter Aktualität dargestellt sind. Dies gilt insbesondere für alle Verbindungen („Links“) zu anderen Websites, auf die direkt oder indirekt verwiesen wird.