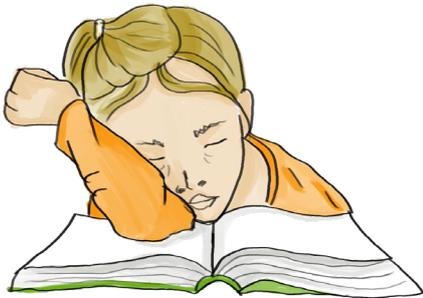


## Was macht glücklich und zufrieden?

### 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.

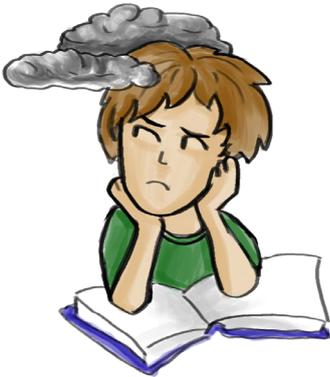


Lina ist 9 Jahre alt und lebt mit ihrer Mutter und ihrem kleinen Bruder in einer kleinen Wohnung. Oft hört sie ihre Mutter nachts weinen, weil das Geld nicht reicht. Lina macht sich darüber Sorgen und kann deshalb schlecht schlafen. Am nächsten Morgen ist sie müde und kann sich im Unterricht kaum konzentrieren. 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 Kopfwied 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:

---



---



---



---



---



---



---



---