



Grundkurs Alltags- und Lebensökonomie

Ich bin meine Zukunft!

Die Gestaltung der Lebenslage

Unterrichtseinheit

Teilmodul 11

Alltags- und Lebensrisiken kennen, erkennen und bewerten

Prof. Dr. M.-B. Piorkowsky

K. Baumann | H. Dennig | E.-C. Volkmann

Professur für Haushalts- und Konsumökonomik

Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn



Teilmodul 11: Was kann passieren?

Dauer:

Basis: 4-6 Unterrichtsstunden

Plus: 2-3 Unterrichtsstunden

Inhalte:

Im elften Teilmodul geht es um Alltags- und Lebensrisiken. Im Einzelnen werden folgende Problembereiche angesprochen: Stress, Suchterkrankung, Krankheit, Unfall, Tod, Erwerbsarbeitslosigkeit, Übergang in den Ruhestand, Verschuldung, Überschuldung, Armut, Trennung und Scheidung.

Lernziele:

1. Die SuS lernen verschiedene Alltags- und Lebensrisiken kennen, die sie während ihres Lebens betreffen können.
2. Die SuS beschäftigen sich mit möglichen Ursachen und Umständen von kritischen Lebensereignissen.
3. Die SuS setzen sich mit potenziellen Lebensrisiken auseinander und kennen verschiedene Mechanismen zur Risikoreduzierung.
4. Die SuS setzen sich mit dem Themenbereich Sucht auseinander.
5. Die SuS setzen sich mit den Bereichen Krankheit, Unfall und Tod auseinander.
6. Die SuS setzen sich mit dem Bereich Erwerbsarbeitslosigkeit und dem Übergang in den Ruhestand auseinander.
7. Die SuS setzen sich mit dem Thema Verschuldung, Überschuldung und Armut auseinander.
8. Die SuS setzen sich mit dem Thema Verschuldung, Überschuldung und Armut auseinander.
9. Die SuS setzen sich mit dem Themenbereich Sucht auseinander.
(Vertiefung von Lernziel 4)



Lehrerhandreichung Teilmodul 11

Was kann passieren?

Der Wandel in modernen Wirtschaftsgesellschaften geht mit einer rasanten Zunahme der Eigenverantwortung einher. Nie zuvor waren die Gestaltungsmöglichkeiten für die eigene Lebenslage so groß wie heute. Dies bietet den Einzelnen neue Chancen, aber birgt auch bisher nicht wahrgenommene Risiken und führt gegenwärtig zu individuellen und gesellschaftlichen Schieflagen. Das Leben jedes Einzelnen kann durch verschiedenste Risiken und Probleme beeinflusst und verändert werden. Im Einzelnen werden in diesem Teilmodul folgende Problembereiche angesprochen: Stress, Suchterkrankung, Krankheit, Unfall, Tod, Erwerbsarbeitslosigkeit, Übergang in den Ruhestand, Überschuldung, Verschuldung, Armut, Trennung und Scheidung.

Stress

Entstehung und Bewältigung von negativem Stress sind in einem Handlungszusammenhang von Anforderungen, Belastungen und Ressourcen zu sehen. Anforderungen aktivieren Fähigkeiten, die zur Aufgabenerfüllung notwendig sind. Belastungen beeinträchtigen die Handlungsregulation, z.B. Normen- und Wertekonflikte, die der Aufgabenerfüllung entgegenstehen, oder mentale und physische Barrieren, die deren Ausführung erschweren oder unmöglich erscheinen lassen, z.B. fehlende Kompetenzen oder eine bereits zu hohe Arbeitsbelastung.

Negativer Stress entsteht durch die sich wechselseitig beeinflussenden Bedingungen von Person (emotionale, motivationale und kognitive Handlungsvoraussetzungen) und Situation (Anforderungen und Möglichkeiten, diese Anforderungen umzusetzen).

Belastungen bzw. Stressoren entstehen daher im personalen Bereich (z.B. fehlende Kompetenzen, eine Aufgabe zu lösen) und/oder situativ (z.B. Lärm, unklare Anforderungen, mangelhafte Arbeitsorganisation, fehlende Arbeitsmittel).

Stressbewältigung

Bei der Stressbewältigung geht es darum, Stressreaktionen abzubauen bzw. zukünftige Stressreaktionen zu vermeiden. Man kann hilfreiche und schädliche Strategien unterscheiden. Zu den schädlichen gehören z.B. Alkohol, Nikotin, Beruhigungstabletten, Schmerzmittel, Schlafmittel. Diese Strategien setzen nicht an den Ursachen, sondern nur an den Folgen an. Es besteht die Gefahr, eine Abhängigkeit zu entwickeln. Positive Strategien



hingegen sind beispielsweise ein ausgleichendes Hobby, Meditation, Sport oder Entspannungsmethoden (Yoga, Autogenes Training etc.).

Sucht

Sucht, heute eher Abhängigkeitssyndrom oder einfach Abhängigkeit genannt, bezeichnet die Abhängigkeit von bestimmten Substanzen, Dingen oder Zuständen. Zur Diagnose einer Abhängigkeit müssen nach der ICD-10 (International Classification of Disease) mindestens drei der folgenden Kriterien während des letzten Jahres zusammen erfüllt gewesen sein:

1. Zwanghaftes Verlangen nach dem Suchtmittel
2. Übermaß, „Nicht-mehr-aufhören-können“
3. Körperliche Entzugssymptome
4. Benötigen immer größerer Mengen, damit Wirkung eintritt
5. Großer Zeitaufwand für Beschaffung, Konsumieren und dem „Sich-davon-erholen“
6. Fortdauernder Gebrauch der Substanz(en) wider besseres Wissen und trotz eintretender schädlicher Folgen.

Krankheit, Unfall, Tod

Die Übergänge zwischen Krankheit und Gesundheit sind fließend und die Feststellung des jeweiligen oftmals subjektiv. Die wohl bekannteste Definition von Gesundheit wurde durch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) beschrieben: „Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein das Fehlen von Krankheit und Gebrechen.“ Krankheit hingegen kann als eine Störung des körperlichen und/oder seelischen Wohlbefindens gesehen werden.

Verschiedenste Faktoren können Krankheiten auslösen, z.B. körperliche Gebrechen durch Unfälle, schlimmstenfalls tritt der Tod ein. Der Verlust eines nahestehenden Menschen, ob durch Krankheit, Unfall, Altersschwäche etc. stürzt die Angehörigen oftmals in Krisen der Trauer und Verzweiflung.

Erwerbsarbeitslosigkeit, Übergang in den Ruhestand

Der Verlust des Arbeitsplatzes ist mit vielen Problemen verbunden. Nicht nur das Fehlen des monatlichen Erwerbseinkommens und damit die Minimierung des zum Leben zur Verfügung stehenden Geldes, sondern auch die psychischen Belastungen sind hier zu erwähnen. Das Gefühl, nicht mehr gebraucht zu werden und seinen Lebensinhalt verloren zu haben, führt viele Arbeitslose in Krisen.



Auch der Wechsel vom Arbeitsleben in den Ruhestand ist für viele Menschen problembeladen. Neue Aufgaben müssen gefunden, der Tagesablauf angepasst und meistens mit weniger Geld ausgekommen werden.

Verschuldung, Überschuldung, Armut

Wenn das monatliche Einkommen über einen längeren Zeitraum nicht ausreicht, die Lebenshaltungskosten sowie Raten und Rechnungen zu bezahlen, spricht man von Überschuldung. Häufig sind es unvorhergesehene Veränderungen und Lebensereignisse, die dies verursachen, wie Arbeitslosigkeit, Trennung, Scheidung, Tod eines Angehörigen, eine gescheiterte Existenzgründung, Krankheit, Unfall etc.

Armut bezeichnet einen Mangel an materiellen und zum Leben notwendigen Gütern und Dienstleistungen. In Deutschland spricht man von Armut, wenn das Pro-Kopf-Einkommen unter dem des Durchschnittes liegt, diese wird als „relative Armut“ bezeichnet. Daneben gibt es die „absolute Armut“, diese bedeutet, dass einer Person weniger als 2 US-Dollar am Tag zum Leben zur Verfügung stehen.

Trennung/Scheidung

Gegenwärtig wird etwa jede dritte Ehe geschieden. Dies ist meistens für alle Betroffenen mit erheblichen ökonomischen, sozialen und emotionalen Belastungen verbunden. Trennung und Scheidung sind Armutsrisikofaktoren. Besonders für Kinder ist die Trennung und/oder Scheidung der Eltern ein einschneidendes Erlebnis. Die Kinder verlieren oftmals ein Elternteil aus ihrem Alltag, häufig ist eine Trennung mit einem Umzug verbunden (Verlust der vertrauten Umgebung und der Freunde etc.) und Lebensgewohnheiten müssen geändert oder ganz aufgegeben werden (Gestaltung des Tagesablaufes, von Freizeit und Ferien). Eltern müssen lernen, dass ihre Beziehung nun zu Ende ist, die Familie aber in anderer Form weiter bestehen bleibt.

Grundkurs Alltags- und Lebensökonomie | TM 11 | Was kann passieren?



Unterrichtssequenz ¹	Inhalt ¹	Methode ¹	Material ¹	Zeit (Min.)
Einstieg	Der Spruch "Jeder ist seines Glückes Schmied" wird an die Tafel geschrieben. Fragen: Stimmt ihr dieser Aussage zu? Inwieweit ist man selbst verantwortlich? Welche äußeren Umstände können das eigene "Glück" beeinflussen? Welche Risiken gibt es? (Antwortvorschläge: Krankheit, Sucht, Unfall, Tod, Arbeitslosigkeit, Übergang in den Ruhestand, Verschuldung, Überschuldung, Armut, Trennung, Scheidung etc.).	LSG	./.	20
Gruppenarbeit Alltags- und Lebensrisiken	Die einzelnen Lebensrisiken werden kurz besprochen. Die SuS können von persönlichen Erfahrungen berichten. Anschließend werden die SuS in Gruppen eingeteilt. Jede Gruppe soll sich mit einem Alltags- und Lebensrisiko intensiv auseinandersetzen. Die zentralen Punkte, die diesbezüglich in der GA betrachtet werden sollen sind jeweils: die Statistik (Wer ist betroffen? Wie viele Menschen in Deutschland sind betroffen? Wie geraten Menschen in solche Situationen? (auslösende Faktoren) Wie kann sich das "Alltags- und Lebensrisiko" auf den/die Betroffenen und das Umfeld auswirken?). Jede Gruppe erhält einen der 6 Arbeitsaufträge (siehe AB). Die SuS können hierbei selbst entscheiden, ob die Präsentation der Ergebnisse in Form einer Collage oder mithilfe eines PC-Präsentationsprogrammes etc. erfolgen soll. Der Zeitpunkt für die Präsentation wird gemeinsam festgelegt. Die SuS fertigen zu ihrem jeweiligen Thema ein Handout an, da es für den weiteren Unterrichtsverlauf wichtig ist, dass alle SuS über die selben Informationen verfügen.	LSG, GA	AB "Gruppenarbeit Alltags- und Lebensrisiken", alle zur Präsentation und Bearbeitung des Themas notwendigen Materialien, je nach Herangehensweise der SuS	135
Präsentation der Gruppenarbeitsergebnisse	Die SuS präsentieren die Ergebnisse ihrer Gruppenarbeit.	Plenum, GA, LSG	Handout aller Präsentationen	45

Plus-Einheiten

¹ AB = Arbeitsblatt; SuS = Schülerinnen und Schüler; LSG = Lehrer-Schüler-Gespräch; EA = Einzelarbeit; GA = Gruppenarbeit



Unterrichtssequenz ¹	Inhalt ¹	Methode ¹	Material ¹	Zeit (Min.)
Verschuldung, Überschuldung, Armut	Zum Abschluss der Präsentationen kann eine Folge "Raus aus den Schulden" gezeigt werden. Alternativ können sich die SuS mit dem Lesestück befassen. Verschiedene Folgen der Serie liegen als Lesestücke vor. Die SuS lesen die Schicksale der Betroffenen und analysieren diese auf das jeweilige Fehlverhalten und überlegen sich Lösungsvorschläge für die einzelnen Situationen. Im Anschluss erhalten die SuS Lösungsansätze und die Lehren, die aus den einzelnen Fällen gezogen werden können. Dazu kann der Fragebogen bearbeitet werden. Zur Übersicht erhalten die SuS abschließend das Infoblatt, welches im Plenum besprochen wird.	LSG, EA	Lesestücke "Raus aus den Schulden" 4 Fälle; Fragebogen "Umgang mit Geld"; Infoblatt "Raus aus den Schulden", DVD, Fernsehgerät, DVD-Gerät	60
Frauen-Sucht/ Männer-Sucht	Gibt es spezifische Süchte, zu denen eher Frauen neigen? Gibt es typisch männliche Süchte? Die SuS setzen sich mit dieser Fragestellung zunächst in einem Brainstorming auseinander. Zur Vertiefung des Themas erhalten sie das Lesestück.	LSG, EA	Lesestück "Von Alkohol bis Spielsucht"	45

Plus-Einheiten

¹ AB = Arbeitsblatt; SuS = Schülerinnen und Schüler; LSG = Lehrer-Schüler-Gespräch; EA = Einzelarbeit; GA = Gruppenarbeit

Teilmodul 11

Mein Taschengeld...

Das ist auch so ein beliebtes Thema in unserer Familie. Ich bin natürlich der Ansicht, dass ich zu wenig bekomme. Meine Schwester ist allerdings ebenfalls dieser Ansicht, obwohl sie viel mehr bekommt als ich. Und mein Vater ist der Meinung, dass er zu wenig verdient, obwohl er immerhin so viel Geld hat, dass er uns davon ja noch das Taschengeld bezahlen kann.

Geld kann man scheinbar nie genug haben.

Letzte Woche ist unsere Waschmaschine kaputt gegangen. Wir mussten natürlich schnell eine neue kaufen. Dazu mussten meine Eltern etwas von ihren Ersparnissen opfern, wie sie erzählt haben. Zum Glück musste ich nichts von meinen Ersparnissen beisteuern! Puh!



Dabei gehen Diskussionen über Geld aber immer relativ glimpflich aus, weil wir uns am Ende doch einig werden und gerecht miteinander umgehen.

Eine nicht so schöne Diskussion habe ich letztes im Fernsehen gesehen. Da hat sich ein Pärchen richtig über Geld gestritten, weil es sich getrennt hat. Zusätzlich waren sie sich dann auch noch nicht einig darüber, bei wem die Kinder bleiben sollen, und sie haben sich gegenseitig den „schwarzen Peter“ zugeschoben und behauptet ohne die Nachlässigkeit und fehlende Vorsorge des jeweils anderen wäre das alles nie passiert.

Was passiert eigentlich alles an ungeplanten und schlimmen Dingen im Leben?

Worauf sollte man sich einstellen?

Kann man wirklich für alles eine Vorsorge treffen und dadurch eventuelle Probleme verringern oder vermeiden?

Lasst uns doch einmal gemeinsam überlegen, welche Probleme im Alltag wir bereits mitbekommen haben oder kennen und welche Folgen solche Probleme haben.



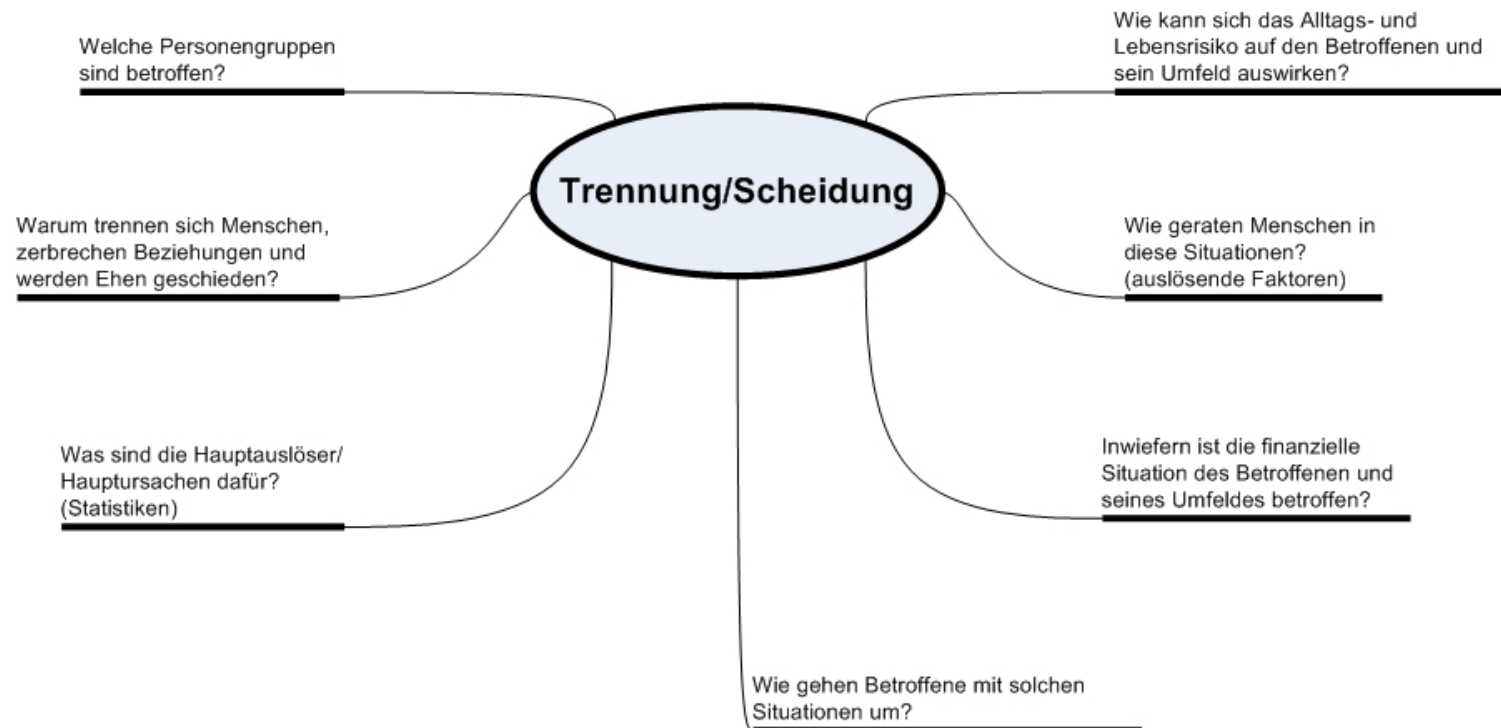
Gruppenarbeit Alltags- und Lebensrisiken: Trennung/Scheidung

Arbeitsauftrag:

Alltags- und Lebensrisiken kennt jeder von uns. Wichtig ist, dass sie frühzeitig erkannt werden, wenn sie dir begegnen und sofort oder im Vorfeld Maßnahmen ergriffen werden, die die Risiken mindern oder vermeiden können. Setz dich in diesem Zusammenhang mit folgenden Fragestellungen auseinander:

Präsentation durch:

- Collagen (Fotos, Bilder, Texte, Zeichnungen)
- PC-Präsentationsprogramm
- Entsprechendes Anschauungsmaterial
- etc.





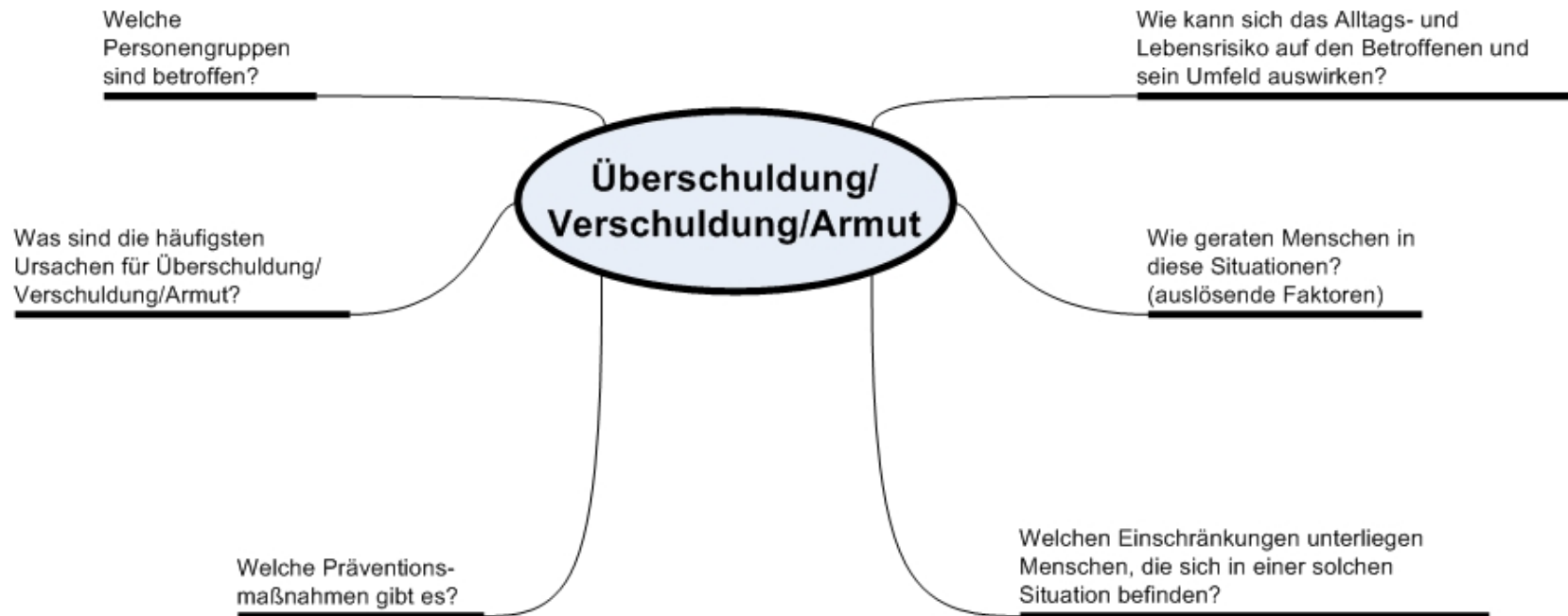
Gruppenarbeit Alltags- und Lebensrisiken: Überschuldung/Verschuldung/Armut

Arbeitsauftrag:

Alltags- und Lebensrisiken kennt jeder von uns. Wichtig ist, dass sie frühzeitig erkannt werden, wenn sie dir begegnen und sofort oder im Vorfeld Maßnahmen ergriffen werden, die die Risiken mindern oder vermeiden können. Setz dich in diesem Zusammenhang mit folgenden Fragestellungen auseinander:

Präsentation durch:

- Collagen (Fotos, Bilder, Texte, Zeichnungen)
- PC-Präsentationsprogramm
- Entsprechendes Anschauungsmaterial
- etc.





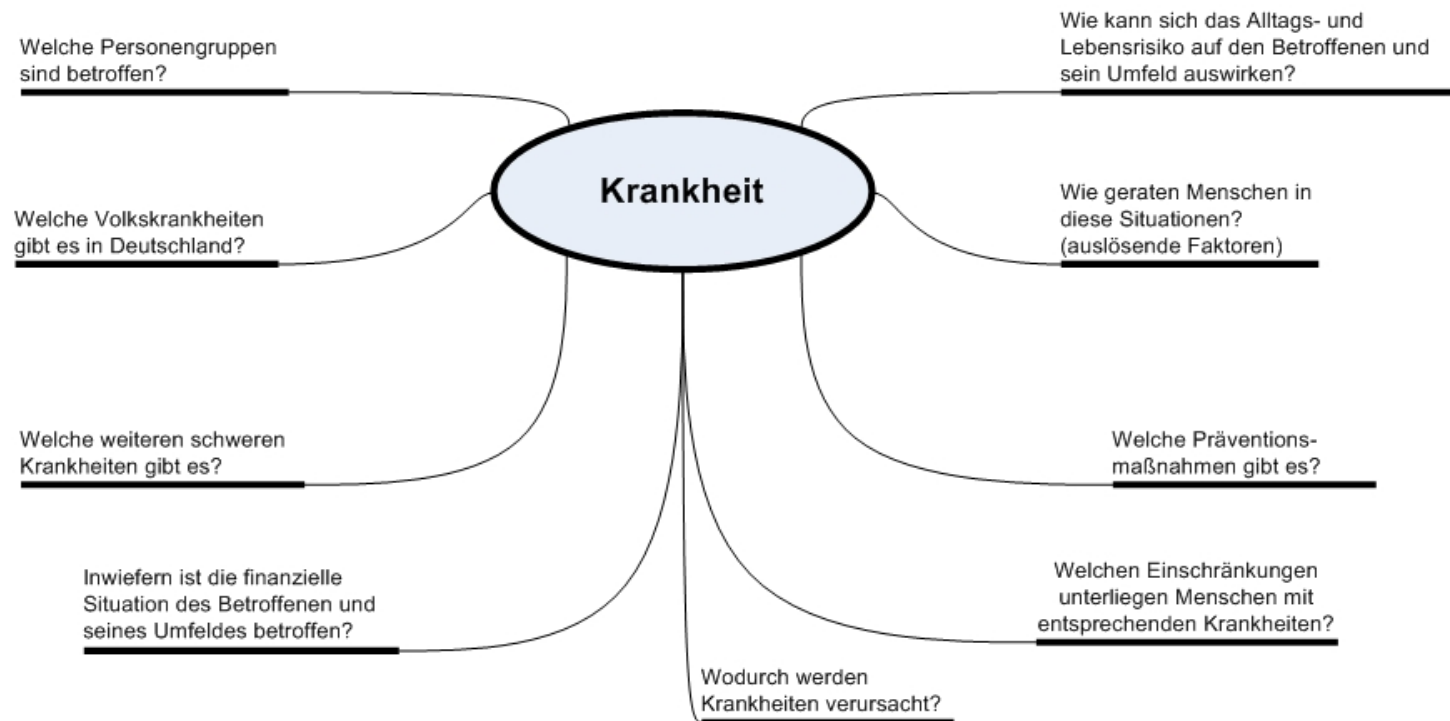
Gruppenarbeit Alltags- und Lebensrisiken: Krankheit

Arbeitsauftrag:

Alltags- und Lebensrisiken kennt jeder von uns. Wichtig ist, dass sie frühzeitig erkannt werden, wenn sie dir begegnen und sofort oder im Vorfeld Maßnahmen ergriffen werden, die die Risiken mindern oder vermeiden können. Setz dich in diesem Zusammenhang mit folgenden Fragestellungen auseinander:

Präsentation durch:

- Collagen (Fotos, Bilder, Texte, Zeichnungen)
- PC-Präsentationsprogramm
- Entsprechendes Anschauungsmaterial
- etc.





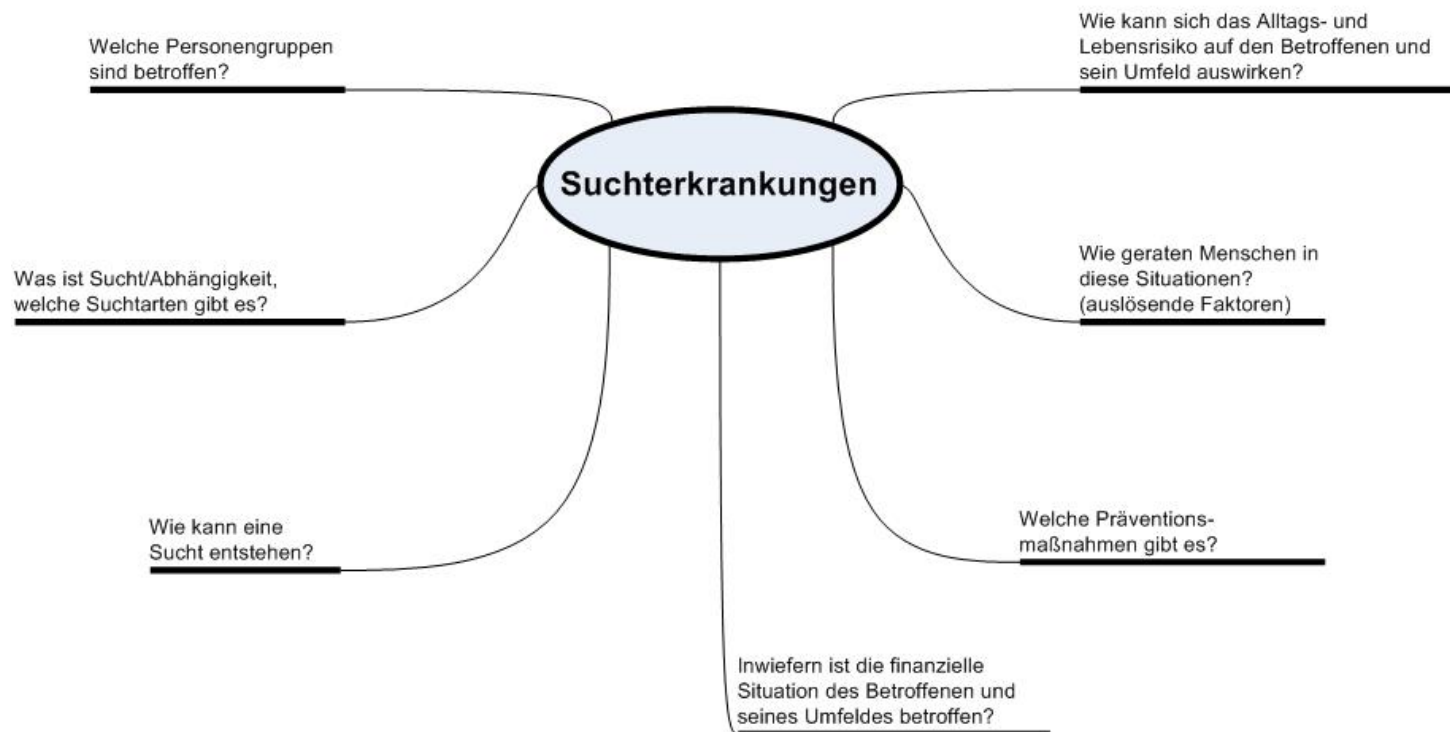
Gruppenarbeit Alltags- und Lebensrisiken: Suchterkrankungen

Arbeitsauftrag:

Alltags- und Lebensrisiken kennt jeder von uns. Wichtig ist, dass sie frühzeitig erkannt werden, wenn sie dir begegnen und sofort oder im Vorfeld Maßnahmen ergriffen werden, die die Risiken mindern oder vermeiden können. Setz dich in diesem Zusammenhang mit folgenden Fragestellungen auseinander:

Präsentation durch:

- Collagen (Fotos, Bilder, Texte, Zeichnungen)
 - PC-Präsentationsprogramm
 - Entsprechendes Anschauungsmaterial
 - etc.
-





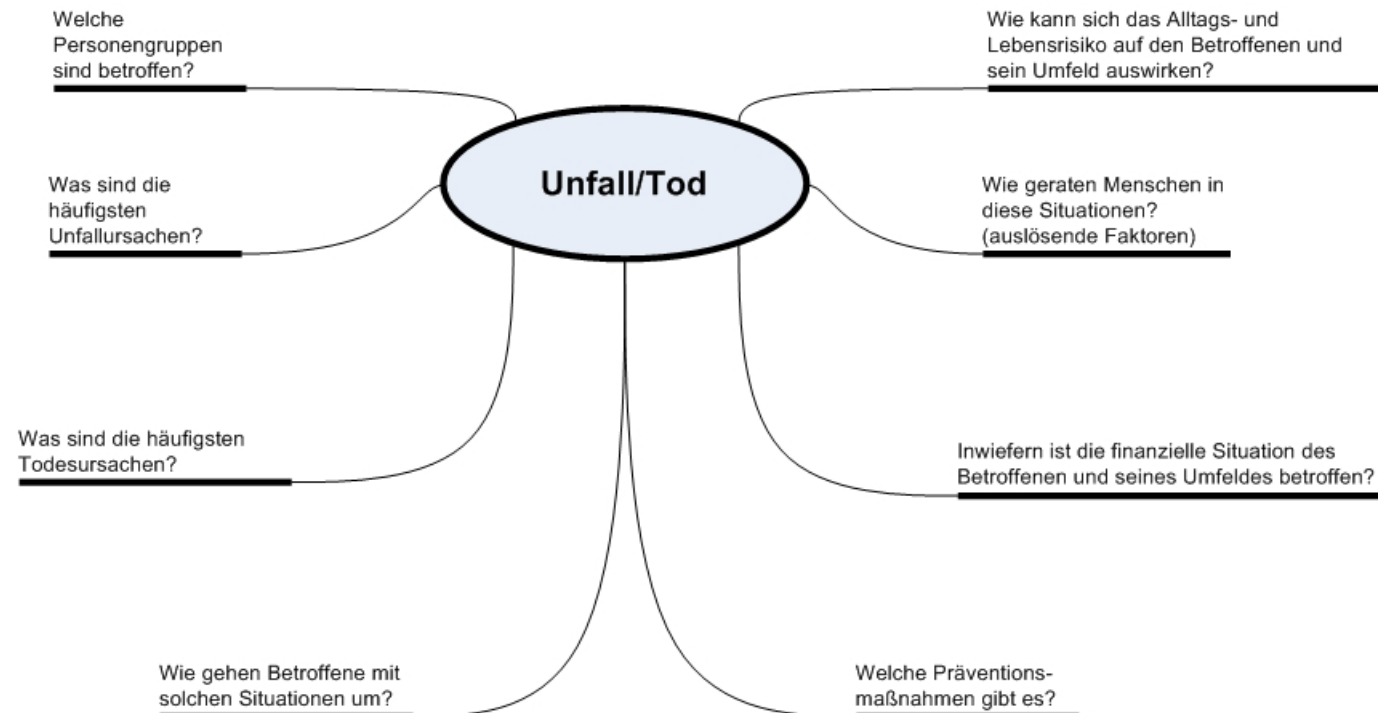
Gruppenarbeit Alltags- und Lebensrisiken: Unfall/Tod

Arbeitsauftrag:

Alltags- und Lebensrisiken kennt jeder von uns. Wichtig ist, dass sie frühzeitig erkannt werden, wenn sie dir begegnen und sofort oder im Vorfeld Maßnahmen ergriffen werden, die die Risiken mindern oder vermeiden können. Setz dich in diesem Zusammenhang mit folgenden Fragestellungen auseinander:

Präsentation durch:

- Collagen (Fotos, Bilder, Texte, Zeichnungen)
- PC-Präsentationsprogramm
- Entsprechendes Anschauungsmaterial
- etc.





Gruppenarbeit Alltags- und Lebensrisiken: Arbeitslosigkeit/Übergang in den Ruhestand

Arbeitsauftrag:

Alltags- und Lebensrisiken kennt jeder von uns. Wichtig ist, dass sie frühzeitig erkannt werden, wenn sie dir begegnen und sofort oder im Vorfeld Maßnahmen ergriffen werden, die die Risiken mindern oder vermeiden können. Setz dich in diesem Zusammenhang mit folgenden Fragestellungen auseinander:

Präsentation durch:

- Collagen (Fotos, Bilder, Texte, Zeichnungen)
- PC- Präsentationsprogramm
- Entsprechendes Anschauungsmaterial
- etc.

