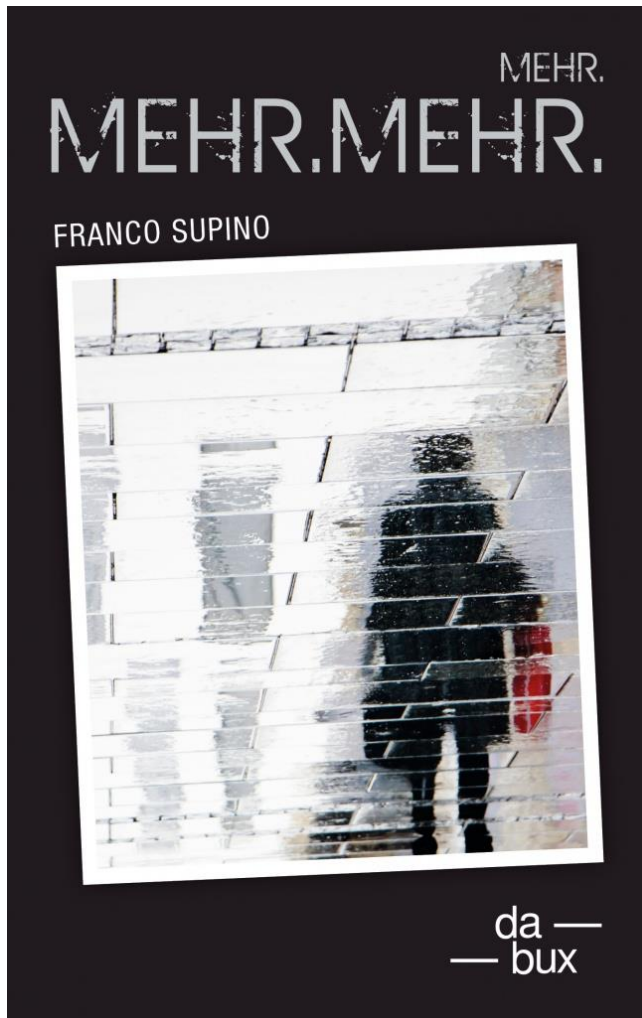


Franco Supino:

«Mehr.Mehr.Mehr.»



Jugendbuch

Unterrichtsmaterial

Weitere Informationen zum Buch: <https://www.dabux.ch/buecher/edition-6-vier-neue-jungenbuecher-2021/mehr-mehr-mehr/>

da bux Verlag, 52 Seiten, ISBN 978-3-906876-26-9

da —
— bux

Für nicht-kommerziellen Gebrauch gestattet. www.dabux.ch



Liebe Lehrpersonen,

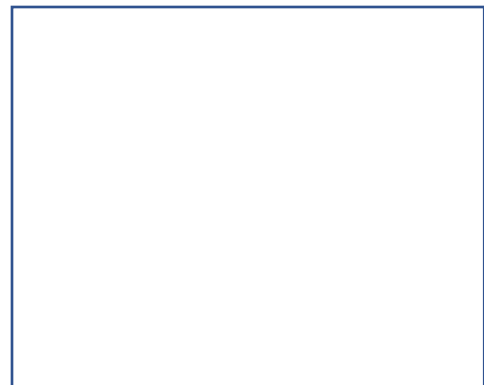
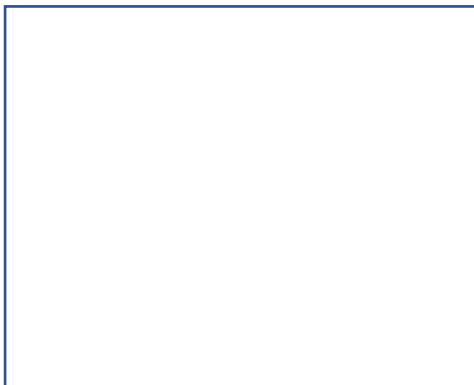
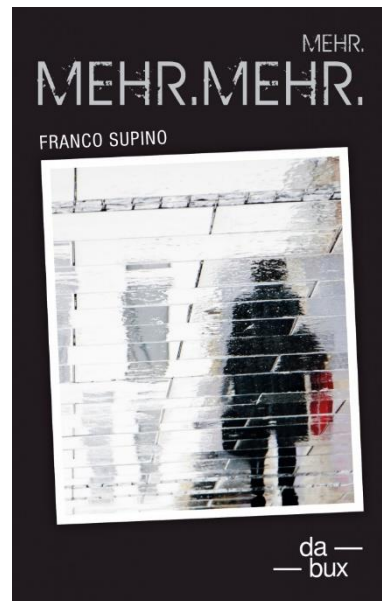
die folgenden Arbeitsblätter unterstützen Ihre Schüler*innen bei der Lektüre und helfen, sich mit den verschiedenen Aspekten der Geschichte auseinanderzusetzen und diese zu vertiefen.

Sie können die folgenden Arbeitsblätter nach Belieben einsetzen: Die Schüler*innen können jedes Arbeitsblatt bearbeiten, Sie können aber auch nur vereinzelte Arbeitsblätter verwenden.

«Mehr.Mehr.Mehr.» thematisiert Scham, Schönheitsideale und die Perspektive einer Person, die an Bulimie leidet. Es kann sich lohnen, das Thema nach der Lektüre zu vertiefen und evtl. Präventionsmaterialien von Fachstellen im Bereich Essstörung / Bulimie einzusetzen. Hinweise und Links finden Sie z.B. bei www.pepinfo.ch oder https://zh.feel-ok.ch/de_CH/schule/themen/ich_und_mein_gewicht/ich_mein_gewicht.cfm

Das Cover

1. Das Bild auf der Titelseite ist unscharf. Was siehst du? Überlege dir mehrere Varianten.



2. Warum ist die Person auf der Titelseite nicht deutlicher zu sehen? Was könnten die Gründe sein?

Bevor du S. 3 liest:

Tagebuch

Das Buch ist wie ein Tagebuch geschrieben. Es beginnt am 1. Dezember.

1. Warum schreiben manche Menschen Tagebuch? Was «bringt» ihnen das?

-

-

-

-

-

-

-

2. Schreib einen eigenen Tagebucheintrag über einen der letzten Tage: Was hast du erlebt? Was möchtest du festhalten? Was ist dir durch den Kopf gegangen?

-

-

-

-

-

-

-

3. Nimm dir für die kommenden Wochen vor, ab und zu Tagebuch zu schreiben.

Nachdem du S. 3 gelesen hast:

Steckbrief

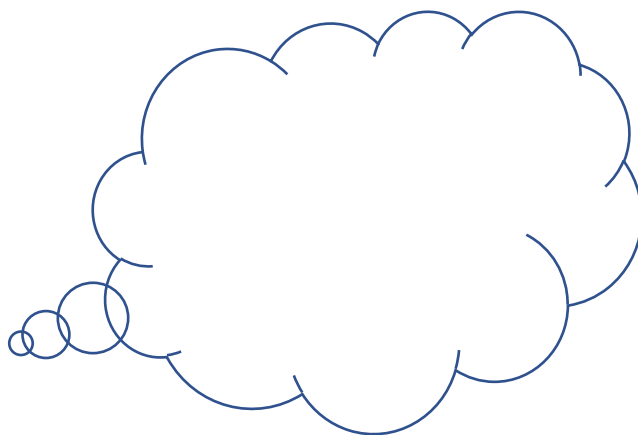
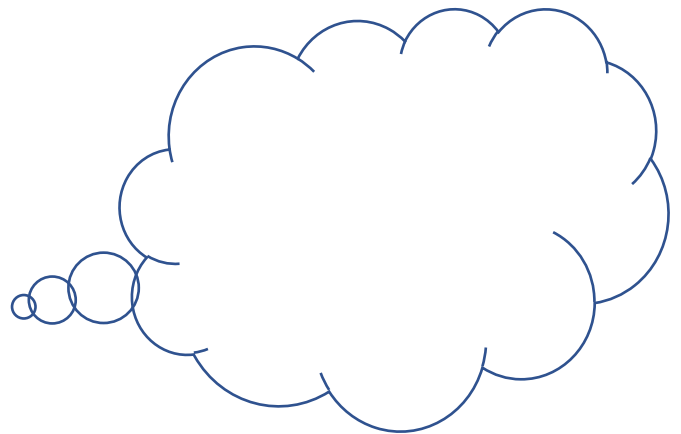
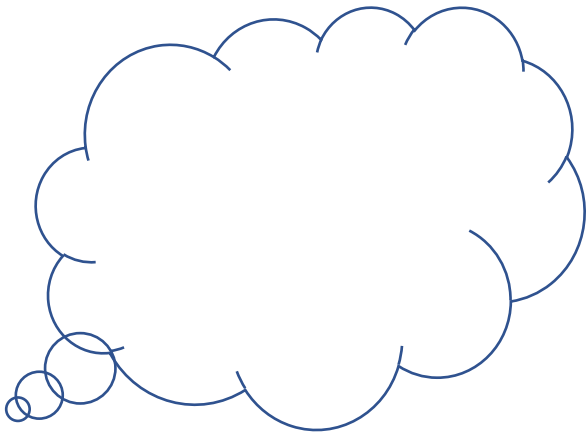
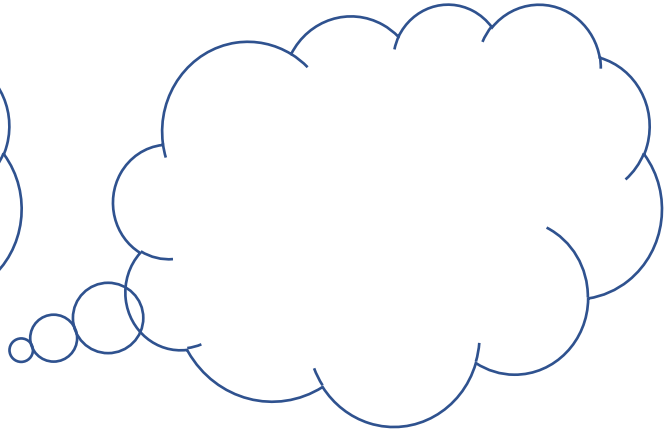
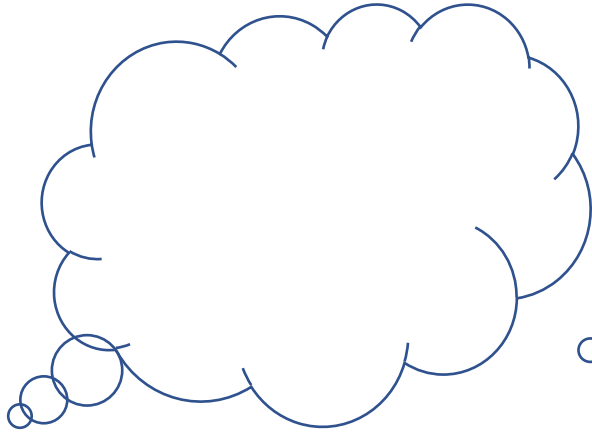
Die Person stellt sich am Anfang nicht vor. Mit jeder Seite erfahren wir mehr über sie. Halte alle Informationen, die du beim Lesen erhältst, im Steckbrief fest.

| | |
|--|--|
| So sieht die Person aus: | |
| So sieht ihr Alltag aus: | |
| So ist ihre Familie: | |
| Das verrät sie über ihre Vergangenheit: | |
| Davor hat die Person Angst: | |
| Das stört / ärgert die Person: | |
| Damit tut sich die Person schwer / hat sie Mühe: | |

Nachdem du S. 7 gelesen hast:

Gedanken

Was geht der Person wohl alles durch den Kopf, als sie beim Zahnarzt ist? Schreib in die Gedankenblasen.

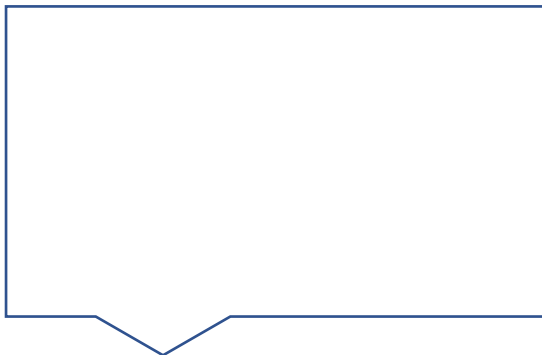
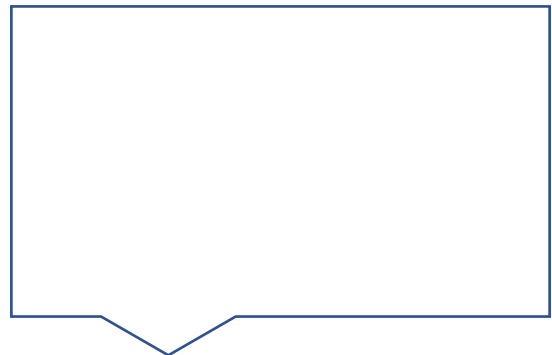
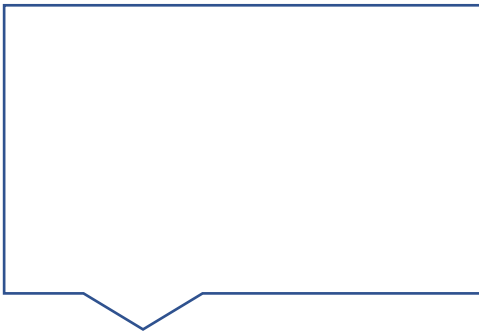
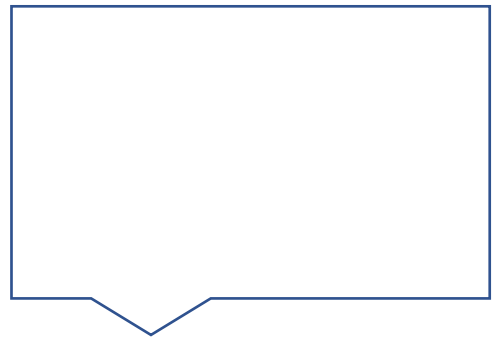


Nachdem du den Eintrag vom 5. Dezember gelesen hast:

Geheimnisse

Die Person hat Angst, dass andere von ihrem Geheimnis erfahren.

1. Was könntest du sagen, wenn du das Gefühl hast, dass jemanden etwas bedrückt oder diese Person Angst hat, etwas zu erzählen?



2. Was kann man tun, wenn einem ein Geheimnis belastet? Diskutiert zu zweit oder in Kleingruppen.

Nachdem du den Eintrag vom 5. Dezember gelesen hast:

Wenn es rauskommt?

Was würde wohl passieren, wenn das Geheimnis der Person in der Geschichte rauskommt?

1. Bildet Paare. Entscheidet euch für eine Karte und erfindet ein Rollenspiel: Wie würden diese Personen reagieren? Was würden sie sagen? Was würden sie machen? Spielt verschiedene Varianten durch.

Achtung: Für jede Karte muss sich mindestens ein Paar entscheiden!

| | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| Eltern der Person | Die Person |
| Die Geschwister der Person | Der Hausarzt der Person |
| Die Lehrer*innen der Person | Die Freund*innen der Person |

Nachdem du den Eintrag vom 11. Dezember gelesen hast:

Das Tier

Wie stellst du dir das «Tier», das die Person immer wieder erwähnt, vor?

1. Schreibe passende Adjektive dafür auf:

Adjektive:

2. Mache eine Zeichnung von diesem «Tier».

Nachdem du den Eintrag vom 10. Dezember gelesen hast:

Essen

1. Was bedeutet Essen für die Person in der Geschichte? Und was bedeutet es für dich? Kreuze alle passenden Adjektive an.

Person in der Geschichte:

Für mich:

| | | |
|---|---------------|---|
| 0 | lustvoll | 0 |
| 0 | anstrengend | 0 |
| 0 | unnötig | 0 |
| 0 | entspannend | 0 |
| 0 | sättigend | 0 |
| 0 | mühevoll | 0 |
| 0 | unheimlich | 0 |
| 0 | zwanghaft | 0 |
| 0 | überlegt | 0 |
| 0 | spontan | 0 |
| 0 | kompliziert | 0 |
| 0 | nebensächlich | 0 |

2. Die Person hat ein schwieriges Verhältnis zum Essen. Wie wird das im Alltag für sie zur Herausforderung? Schreib in die Kästchen.

Schule

Zuhause

Unterwegs (z.B. am Bahnhof oder in der Fussgängerzone)

Instagram

Nachdem du den Eintrag vom 14. Dezember gelesen hast:

Therapie

Die Person erzählt, was sie in ihrer Therapie erlebt hat. Dabei kommen einige Fachwörter vor. Kannst du mit jedem Begriff etwas anfangen? Verbinde jedes Wort mit der richtigen Erklärung.

Klinik

Die Patient*innen kommen zur Behandlung vorbei, verbringen die Nacht aber zuhause – ähnlich wie ein Termin bei einem Hausarzt.

Selbsthilfegruppe

Mehrere Patient*innen werden gemeinsam behandelt. Die Gruppe wird von einer Expert*in oder einem Experten geleitet. Diese Person stellt den Patient*innen Fragen.

ambulant

Menschen, die das gleiche Problem oder die gleiche Krankheit haben, treffen sich und sprechen über ihre Probleme. Sie geben sich gegenseitig Tipps.

Gruppengespräch

Ein anderes Wort für «Spital». Damit wird meistens eine Abteilung eines Spitals genannt, z.B. Klinik für Chirurgie oder Psychiatrie.

Nachdem du den Eintrag vom 16. Dezember gelesen hast:

Playlist

Wir erfahren sehr viel über die Gedanken und Gefühle der Person. Doch es gibt auch viele Dinge, die sie nicht erzählt. Zum Beispiel erfahren wir nicht, welche Musik sie hört.

1. Erfinde eine Playlist für die Person: Welche Songs hört sie sich wohl regelmässig an? Welche Songs passen zu ihren Gefühlen / ihrer Stimmung?



Song Nr. 1: _____ Band: _____

Song Nr. 2: _____ Band: _____

Song Nr. 3: _____ Band: _____

Song Nr. 4: _____ Band: _____

Song Nr. 5: _____ Band: _____

Song Nr. 6: _____ Band: _____

Song Nr. 7: _____ Band: _____

Song Nr. 8: _____ Band: _____

Bild: pixabay.com

Nachdem du den Eintrag vom 22. Dezember gelesen hast:

Schön sein



Nicht nur die Person in «Mehr.Mehr.Mehr.» leidet unter dem Druck der Schönheitsideale: Viele haben heute das Gefühl, perfekt aussehen zu müssen – total schlank, durchtrainiert ...

Immer mehr Menschen wollen gegen diesen Schönheitswahn ein Zeichen setzen und engagieren sich für «Body positivity».

1. Was ist mit dem Begriff «Body positivity» gemeint? Such online nach diesem Begriff und notiere die wichtigsten Erkenntnisse:

«Body positivity» heisst / bedeutet

2. Mit was für Werbeplakaten könnte man Menschen wie die Person in «Mehr.Mehr.Mehr.» motivieren, sich selber mehr zu akzeptieren? Mach eine Skizze von so einem Plakat auf ein DIN A3-Blatt. Ihr könnt die Plakate anschliessend in eurem Schulzimmer oder im Schulhaus aufhängen.

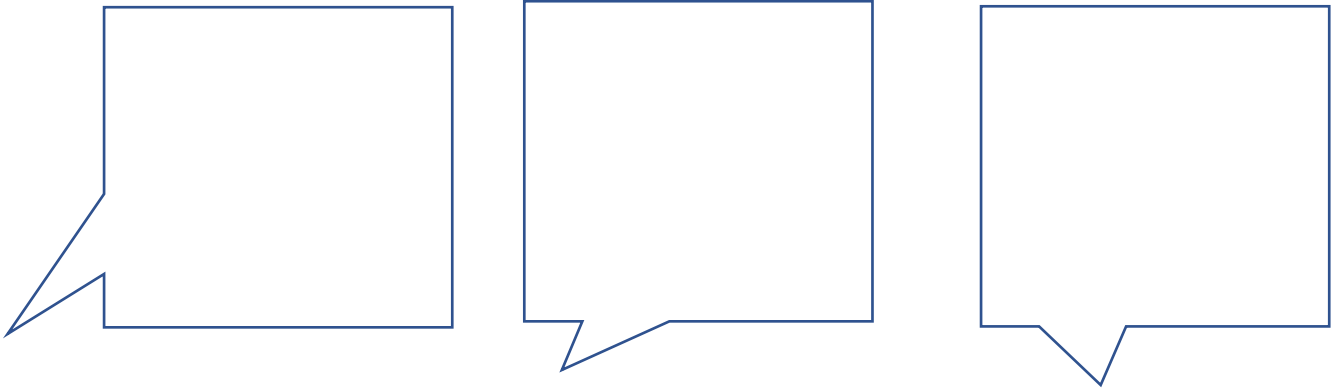
Bild: pixabay.com

Nachdem du den Eintrag vom 24. Dezember gelesen hast:

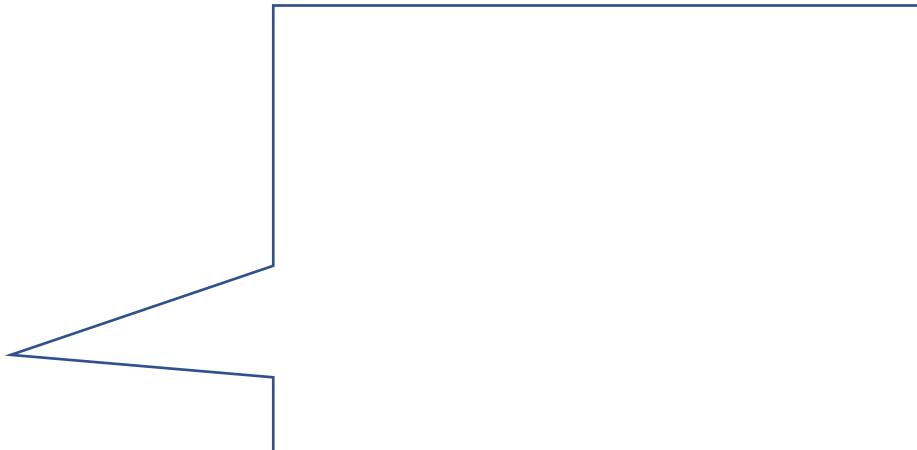
Vorsätze

1. Warum fassen viele Menschen zu Beginn eines neuen Jahres Vorsätze?

2. Welche Erfahrungen haben du und deine Kolleg*innen schon mit Vorsätzen gemacht? Befragt einander und schreibt die Statements auf.

Three empty speech bubble shapes arranged horizontally, intended for writing answers to question 2. Each bubble has a tail pointing towards the left.

3. Welche Tipps würdet ihr der Person in der Geschichte geben, damit sie mit ihrem Vorsatz erfolgreich ist?

A large empty speech bubble shape, intended for writing answers to question 3. It has a tail pointing towards the left.

Nachdem du den Eintrag vom 24. Dezember gelesen hast:

Eine Antwort

Du hast ein «geheimes» Tagebuch gelesen. Eigentlich sollte es gar niemand lesen.

1. Warum ist das Tagebuch trotzdem öffentlich geworden? Überlegt euch zu zweit Erklärungen.

2. Du hast einen persönlichen Einblick in das Leben dieser Person bekommen. Schreib ihr eine Antwort. Lass dich von den Ideen unten inspirieren.

Ideen:

- Danken
- Wünsche
- Fragen
- Tipps geben
- Mut machen

Nachdem du den Eintrag vom 24. Dezember gelesen hast:

Gedanken

Im Tagebuch bekommen wir Einblicke in die Gedanken einer Person, die Tagebuch schreibt. Schneidet die Gedanken aus und legt sie verdeckt auf den Tisch. Macht Kleingruppen: Alle ziehen 1-2 Gedanken. Lest sie der Reihe nach vor und kommentiert sie:

- a) Was meint die Person mit diesem Gedanken?
- b) Was ist deine Meinung zu diesem Satz?
- c) Ändere den Satz so ab, dass er auch für dich stimmt.

Nur ich kann mir helfen.

Ich bin ein Mensch, der nie Probleme hat, glauben die anderen.

Ich will gut sein, am liebsten perfekt, in allem, was ich mache.

Jeder ist eine Qual.

Mein Gewicht stimmt. Das Wichtigste in meinem Leben.

Ich tue alles, damit ich keine Aufmerksamkeit errege.

Ich bin der verlogenste Mensch, den man sich vorstellen kann.

Nachdem du den Eintrag vom 24. Dezember gelesen hast:

Das Ende

1. Hat die Geschichte ein Happy End – ja oder nein? Entscheide dich und begründe deine Antwort.

| 0 Die Geschichte hat ein Happy End, weil ... | 0 Die Geschichte hat kein Happy End, weil ... |
|--|---|
| | |

2. Bildet Paare mit einer Person, die sich für die andere Antwort entschieden hat. Diskutiert miteinander und notiert die Argumente der anderen Person in der Tabelle.