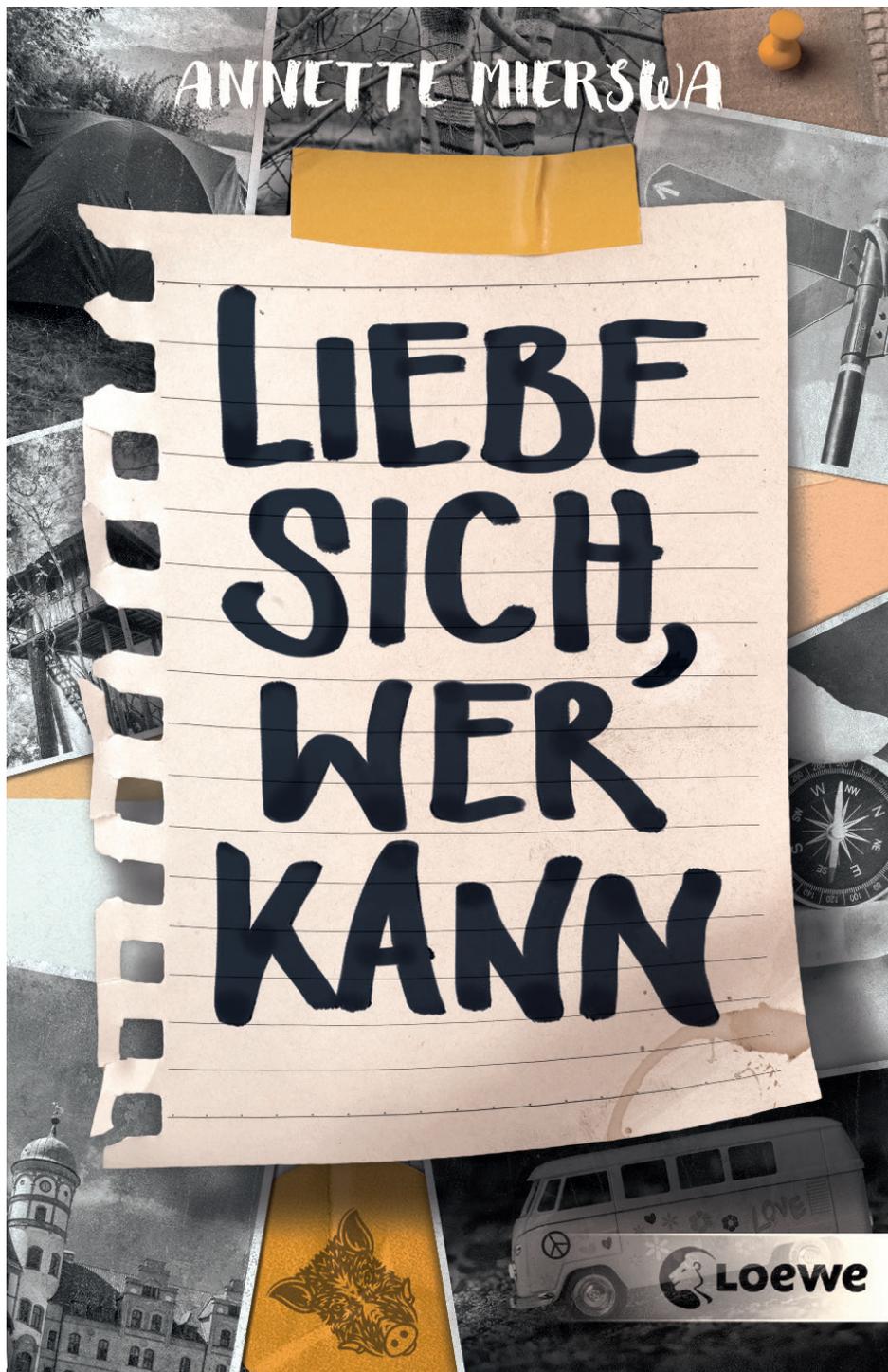


Renate Maria Zerbe
Unterrichtsmaterialien zu
Liebe sich, wer kann
(7. – 10. Schuljahr)



ISBN 978-3-7432-1212-1

© Loewe Verlag GmbH, Bindlach 2021. Alle Rechte vorbehalten.
www.loewe-schule.de

Diese Lehrer*innenhandreichung ist für die Verwendung im Unterricht im Zusammenhang mit dem zugehörigen Loewe-Titel bestimmt. Eine darüber hinausgehende Verwendung der Inhalte bedarf der schriftlichen Genehmigung durch den Verlag.

Der Loewe Verlag übernimmt für die fremden Inhalte der genannten Websites keine Haftung. Für die Inhalte dieser Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich.



Liebe sich, wer kann

Hintergründe und Zusammenhänge von Renate Maria Zerbe

Inhaltsverzeichnis

Zum Inhalt des Buches	3
Didaktische und methodische Überlegungen	3
Thema: Depression	4
Lernziele und Kompetenzen	4
Arbeitsblatt 1: Ein Lesetagebuch führen	5
Arbeitsblatt 2: Charakterisierung der Hauptfiguren	8
Arbeitsblatt 3: Gemeinsame Reise	9
Arbeitsblatt 4: Viele Begegnungen auf dem Weg	11
Arbeitsblatt 5: Entwicklung von Jakob und Charlotte	12
Arbeitsblatt 6: Panikattacken	14
Arbeitsblatt 7: Strategien zur Bewältigung	15
Arbeitsblatt 8: Normal sein	16
Arbeitsblatt 9: Flucht vor	17
Arbeitsblatt 10: Depression	18
Arbeitsblatt 11: Sich zu Hause fühlen	19
Arbeitsblatt 12: Freunde	20
Arbeitsblatt 13: Rezension	21
Weiterführende Informationen	22
Lesungen und Veranstaltungen mit der Autorin	23
Lösungsvorschläge	24

Zum Inhalt

Im Roman *Liebe sich, wer kann* von Annette Mierswa geht es um die beiden Jugendlichen Jakob Göthe und Charlotte Hoffmann, die auf einer gemeinsamen Wanderung in den Sommerferien lernen, mit ihren Problemen umzugehen bzw. sich ihnen zu stellen.

Jakob, ein ängstlicher Jugendlicher, besucht die 11. Klasse. Er besitzt kein Selbstbewusstsein und macht sich über die kleinste Bemerkung seines Umfeldes viele Gedanken, die ihn nahezu auffressen. Am wohlsten fühlt er sich, wenn er als „Groom“ in seine fiktive Computerwelt abtauchen kann. Denn dort hat er all die Attribute, Charaktereigenschaften und das Aussehen, welches seinen Wunschvorstellungen entspricht und von dem er überzeugt ist, dass seine Umwelt genau dies schätzt.

Jakob und Charlotte besuchen in Hamburg dasselbe Gymnasium. Charlotte, Tochter aus reichem Hause, geht in die 10. Klasse, ist Schulsprecherin und allseits beliebt. Sie möchte den Außenseiter Jakob mit auf ihre Wanderung zum Château nehmen. Jakob ist einerseits erfreut, aber auch verwirrt, warum ausgerechnet er, die Witzfigur, Charlotte begleiten soll. So traut er sich zuerst auch nicht mit Lotti, so ihr Spitzname, am Telefon zu sprechen. Selbst seine Brüder ziehen ihn wegen seines absonderlichen Verhaltens auf. Sein Vater, ein arbeitsloser Bodyguard, will auch nichts von ihm wissen, einzig und allein seine Mutter hält zu ihm. Schließlich macht er sich mit Lotti auf die Wanderung, deren Ziel nur sie kennt. Es ist eine psychiatrische Jugendklinik am Schweriner See, denn auch Charlotte hat Probleme.

Getrieben von den täglichen Verpflichtungen und Terminen sowie dem Leistungsdruck der Gesellschaft und ihrer Eltern bewältigt sie ihren Alltag nur mithilfe von Antidepressiva. Um aber von den Medikamenten loszukommen und nicht zu enden wie ihre Freundin Frida, die sich das Leben genommen hat, möchte sie eine Therapie machen.

Unterwegs begegnen die beiden unterschiedlichen Personen und merken mit der Zeit, dass auch diese Probleme haben und dennoch versuchen, etwas aus ihrem Leben zu machen. Jeder auf seine Art und Weise. Nach und nach können Jakob und Charlotte ihre Probleme verbalisieren und sie lernen auch immer besser damit umzugehen. So kann z. B. Jakob mit auftretenden Panikattacken besser zurechtkommen und betrachtet fremde Personen nicht gleich als potentielle Bedrohung. Er gewinnt an innerer Stärke und kommt zu der Einsicht, dass er einzigartig ist und genauso normal wie die anderen Menschen auf diesem Planeten. Er ist sogar so weit, dass er Charlotte unterstützen und ihr Halt geben kann. Bisweilen kann Jakob ihr mit hilfreichen Rat zur Seite

stehen, was er sich zuvor niemals getraut hätte. Der Weg hat beiden geholfen, mehr zu sich selbst zu finden, das eigene Leben anzugehen und es mit seinen Höhen und Tiefen zu genießen. Sie haben ihre Lebensfreude zurückgewonnen.

Zuletzt geht sogar Jakobs heimlicher Traum in Erfüllung. Schon längere Zeit ist er in Charlotte verliebt, doch er kann es vor ihr gut verbergen. Bis zu der Situation, als Lotti ihm sagt, sie hätte gern einen Bruder, so wie Jakob. Da erkennt Charlotte, was Jakob wirklich für sie fühlt. Wenig später zeigt sich, dass sie sich ebenso zu Jakob hingezogen fühlt, und so kommt es zum ersten Kuss. Nachdem sie an ihrem Ziel angelangt sind, beschließen beide in Kontakt zu bleiben und sich wiederzusehen. Während Lotti eine Therapie absolviert, möchte Jakob weiterwandern, um endlich das Meer zu sehen.

Didaktisch-methodische Überlegungen

Der Roman *Liebe sich, wer kann* von Annette Mierswa umfasst 239 Seiten, welche in 16 Kapitel untergliedert sind. Erzählt wird aus Sicht des Protagonisten Jakob. In der linear strukturierten Handlung tauchen neben der weiteren Protagonistin Charlotte zusätzliche Charaktere auf: die Eltern, Jakobs Brüder und Personen, denen sie auf ihrer Wanderung begegnen. Alle Personen weisen unterschiedliche Charaktere auf, die einen kleinen Querschnitt der Gesellschaft bieten.

Die Sprache des Buches ist gut verständlich und passt sich dem Wortschatz der jugendlichen Leser an. Der Roman bietet aufgrund der zahlreichen Figuren viele Identifikationsmöglichkeiten und ist für Mädchen und Jungen ab 12 Jahren gleichermaßen geeignet.

Die Hauptthemen des Buches sind Auswirkungen von Stress und dem Leistungsdruck der Gesellschaft: Angststörungen, Panikattacken, Selbstwahrnehmung, Umgang mit Medikamenten, Depression, aber auch Freundschaft und Verliebtsein.

Viele der Themen entsprechen der Lebenswirklichkeit von Jugendlichen, auch wenn nicht alle gleichermaßen Probleme mit der Leistungsgesellschaft haben, sondern aufgrund eines unterstützenden und liebevollen Elternhauses gut damit umgehen können.

Der Einstieg in die Lektüre sollte gemeinsam erfolgen. So könnte z. B. der Titel *Liebe sich, wer kann* isoliert betrachtet werden, um eigene Assoziationen zu verbalisieren. Denkbar ist auch, die Schüler*innen zunächst nur mit dem Wort „Liebe“ zu konfrontieren und mit der kooperativen Placemat-Methode zu arbeiten. Jeder schreibt seine eigenen Gedanken in sein Schreibfeld. Danach einigt sich die 4er-Gruppe auf drei gemeinsame Punkte.

Vor der Bearbeitung des Buches mithilfe der Arbeitsblätter sollte das Buch bis zu einem festgelegten Zeitpunkt von allen Schülern*innen gelesen werden. Leseschwächere Schüler*innen könnten in einer täglichen Fragerunde Unklarheiten in einer Kleingruppe besprechen. Von Vorteil ist es außerdem, wenn sich die Schüler*innen zu jedem Kapitel Notizen machen (Entwicklungen, Wendepunkte, Begegnungen), um sich die spätere Bearbeitung und Besprechung des Buches zu erleichtern.

Um Gefühle von Jakob und Charlotte in den unterschiedlichsten Situationen noch deutlicher zu machen, kann auch auf den Bau von Standbildern zurückgegriffen werden. Diese entstehen in Gruppenarbeit und werden anschließend besprochen.

Thema des Buches: Depression

Ein Hauptthema des Buches ist die Depression, eine Volkskrankheit mit all ihren Facetten. Diese Krankheit sollte man ernst nehmen, da sie immer mehr Einzug in unsere Leistungsgesellschaft findet. Depression kann jeden treffen. Auch Menschen, bei denen man es gar nicht vermuten würde. Auch das wird im Roman deutlich. Mehr als 5,3 Millionen der Erwachsenen in Deutschland leiden unter einer depressiven Störung. Depression kann sich dann schnell zu einer schweren Erkrankung entwickeln, obwohl die Behandlungsmethoden heute sehr gut funktionieren. Ein häufiger Begleiter von Depression ist Angst. In der Kombination mit Depression kann das zu einer tiefen Krankheitsspirale führen.

Stress, Belastungen durch Schule und Beruf, Zukunftsängste (alle Teilthemen sind im Roman thematisiert), sind in unterschiedlichster Form und Ausprägung allen Schüler*innen ein Begriff. Volle Terminpläne, Bewältigung der Schule, gut dastehen vor Freunden und Klassenkameraden und die Frage nach der Berufswahl sind nur einige Themen, die für Jugendliche von Bedeutung sind. Stets wird versucht, allen Ansprüchen, die an uns gestellt werden, gerecht zu werden. So entwickeln Menschen eigene Strategien, um mit den Problemen fertig zu werden. Dazu zählt auch der Konsum von Alkohol, Drogen, Aufputzmitteln oder Tabak.

Der Roman bietet die Möglichkeit mit Jugendlichen ins Gespräch zu kommen und sich mit ihren Lebenswelten auf dem Weg zum Erwachsenwerden zu beschäftigen, in denen sie Entscheidungen treffen und sich handelnd bewähren müssen.

Insgesamt beinhaltet der Roman viele Szenen, um die Krankheit Depression näher zu thematisieren. So kann recherchiert werden, was die ersten Anzeichen

der Krankheit sind und welche Symptome sie aufweist. Ein wichtiger Bestandteil während der Bearbeitung ist außerdem, Hilfs- und Behandlungsangebote aufzuzeigen bzw. im gemeinsamen Austausch zu besprechen. Nicht für jeden sind alle Angebote geeignet. Wichtig ist in jedem Falle, dass die Jugendlichen wissen, an wen oder welche Institution sie sich wenden können bzw. wie sie anderen Jugendlichen helfen können. Hierzu sind auf der letzten Seite des Buches bereits einige Anlaufstellen aufgelistet. Auch als Lehrer*in sollte man den Jugendlichen ein offenes Ohr anbieten.

Lernziele und Kompetenzen

Mittels der Thematik soll zunächst die Lesemotivation sowie die Lesefähigkeit gefördert werden. Jugendlichen fällt es zunehmend schwer, komplexe Texte zu verstehen, insofern kann diese Thematik einen Anreiz bieten, motiviert das Buch zu lesen.

Bezogen auf das Fach Deutsch können die Schüler*innen außerdem u. a.

- in literarischen Texten Figuren untersuchen und Figurenbeziehungen textbezogen erläutern
- eine persönliche Stellungnahme zu den Ereignissen und zum Verhalten von literarischen Figuren textgebunden formulieren
- eigene Texte zu literarischen Texten verfassen
- ihr eigenes Urteil über einen Text begründen und in kommunikativen Zusammenhängen erläutern
- Informationen und Daten aus Printmedien und digitalen Medien gezielt auswerten
- Texte medial umformen

Bei der Bearbeitung des Buches soll den Schüler*innen deutlich werden, dass psychische Erkrankungen viele Facetten haben und auch Personen treffen, von denen man es eher nicht erwartet. Es ist somit auch ein Fingerzeig, hinter die Fassade von Menschen zu blicken und zu hinterfragen, ob es ihnen innerlich auch wirklich gut geht. Die Schüler*innen sind aufgefordert, ihren eigenen Alltag in den Blick zu nehmen und zu überprüfen, was dieser mit einem macht. So kann „gesunder und produktiver Stress“ ganz schnell umschlagen in ein negatives Extrem, von dem man sich nicht so schnell befreien kann. Dann bedarf es Hilfe von außen, welche man sich suchen und welche man annehmen sollte.

Ein Lesetagebuch führen

Nimm ein DIN-A4-Heft. In dieses Lesetagebuch kannst du alles eintragen (z. B. Fragen oder besondere Textstellen, Wendepunkte), was dir bei der Bearbeitung des Buches einfällt bzw. auffällt. Notiere auch immer die Seitenzahl dazu, damit du dich schneller mit anderen Personen austauschen kannst.

1. Aufgabe: Welche Personen tauchen in der Erzählung auf? Schreibe die Namen auf und setze sie in einem Pfeildiagramm miteinander in Beziehung.

2. Aufgabe: Welche der Personen ist dir sympathisch (unabhängig davon, ob es die Hauptfiguren oder Nebenfiguren sind) und warum?

3. Aufgabe: Welche der Personen gefällt dir überhaupt nicht und warum?

Ein Lesetagebuch führen

4. Aufgabe: Du kannst auch alle Personen auf einem Sympathiebarometer eintragen (sehr sympathisch, sympathisch, gleichgültig, unsympathisch, sehr unsympathisch).

Sehr sympathisch

gleichgültig

sehr unsympathisch

5. Aufgabe: Hättest du dir in der Geschichte einen anderen Verlauf gewünscht? An welcher Stelle/welchen Stellen trifft dies zu?

6. Aufgabe: Welche Textstelle/Textpassage, Aussage oder Zitat findest du wichtig? Begründe auch deine Meinung.

7. Aufgabe: Wie verläuft die Geschichte? Zeichne eine Verlaufskurve mit Höhen, Tiefen, Begegnungen und Wendepunkten in Bezug auf Jakob bzw. Charlotte.

Ein Lesetagebuch führen

8. Aufgabe: Fertige zu jedem Kapitel eine kurze inhaltliche Zusammenfassung an. Notiere auch, welche Gedanken dir dabei durch den Kopf gehen.

9. Aufgabe: Was erfährst du über das Thema „Depression“?

10. Aufgabe: Welche Gefühle zeigt Jakob im Verlauf der Erzählung?

11. Aufgabe: Welche Gefühle zeigt Charlotte im Verlauf der Erzählung?

Arbeitsblatt 2:

Charakterisierung der Hauptfiguren

Im Roman tauchen die beiden Hauptpersonen Jakob und Charlotte auf.

Aufgabe: Bildet gleich große Gruppen und entscheidet euch für eine*n der Protagonist*innen. Macht euch Notizen zu folgenden Punkten. Notiert auch die entsprechenden Seitenzahlen zu euren Notizen.

Wie sieht die Person aus? _____

Was mag die Person? _____

Wann wird die Person unsicher/abweisend? _____

Stärken der Person: _____

Schwächen der Person: _____

Spitzname: _____

Welche Menschen sind der Person wichtig? _____

Lebensmotto der Person: _____

Persönliches Umfeld (Eltern, Freunde): _____

Gemeinsame Reise

1. Aufgabe: Bearbeitet folgende Fragen nach der Methode „Think-Pair-Share“ und wertet eure Ergebnisse aus. Überlegt euch im ersten Schritt eine eigene Meinung und begründet diese. Tauscht euch mit eurem Partner/eurer Partnerin darüber aus und präsentiert danach eure Haltung einer Gruppe oder der ganzen Klasse.

Charlotte und Jakob machen sich auf eine gemeinsame Reise. Warum sucht sich Charlotte ausgerechnet Jakob als Begleiter aus? Warum geht Jakob trotz seiner Ängste mit?

2. Aufgabe: Im Gegensatz zu Jakob weiß Charlotte genau, wohin ihre Reise geht. Ihr ist die Wanderung äußerst wichtig. Unterwegs zeigt sich, dass nicht nur Jakob Probleme hat, sondern auch Charlotte.

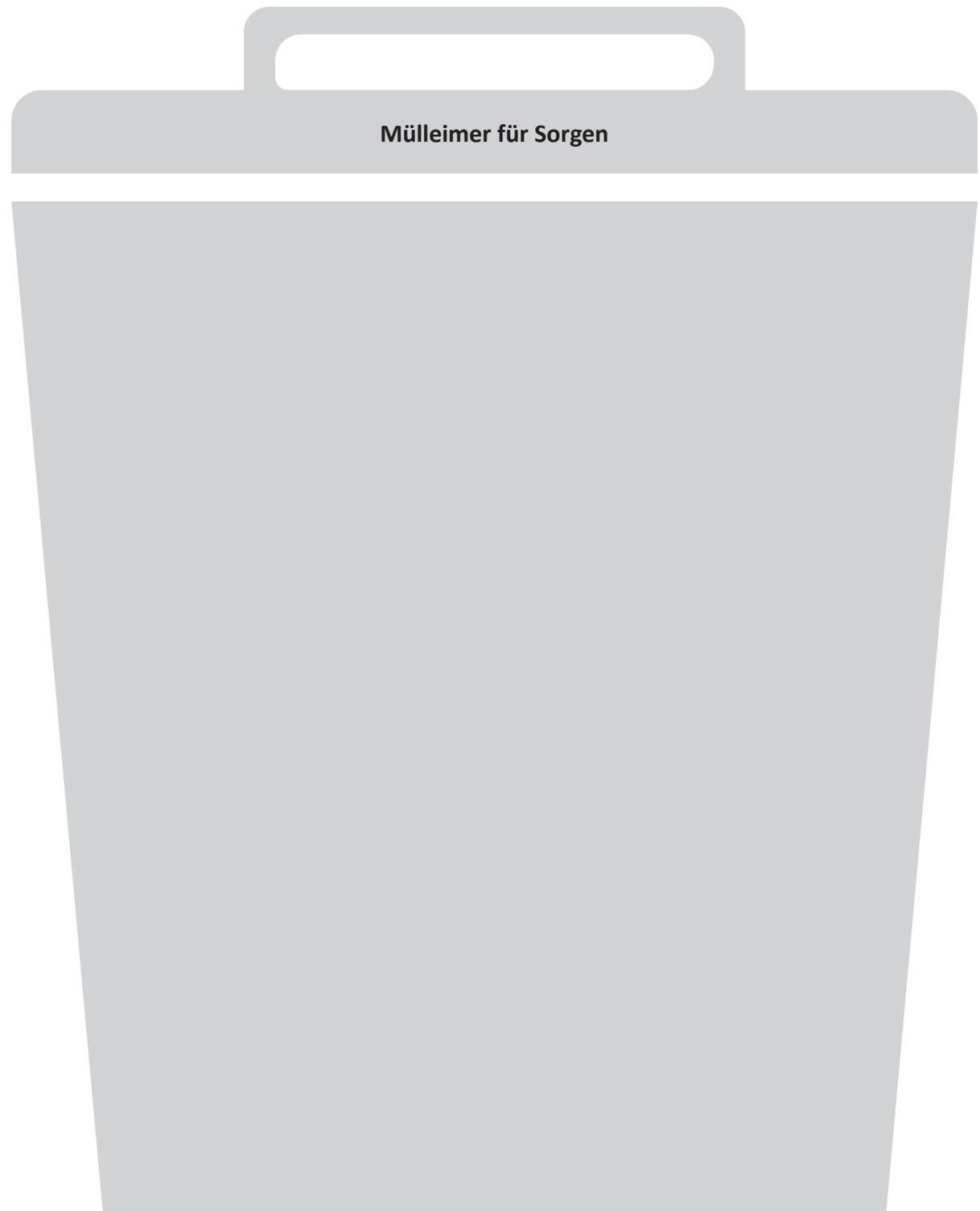
Welche Probleme tragen Jakob und Charlotte mit sich herum? (Wie sieht ihr Selbstbildnis aus? Was denken andere über sie? Wie sehen sie sich gegenseitig?)

Jakobs Probleme

Charlottes Probleme

Gemeinsame Reise

3. Aufgabe: Gibt es etwas, was dich selbst belastet? Trage es in den Mülleimer für Sorgen ein!



Arbeitsblatt 4:

Viele Begegnungen auf dem Weg

Auf der Wanderung begegnen den beiden die unterschiedlichsten Personen.

Aufgabe: Suche dir eine Person aus und schreibe einen Tagebucheintrag aus ihrer Perspektive. Versetze dich in die Lage dieser Person und schreibe in Ich-Form offen über ihre Gefühle und Gedanken während der Begegnung mit Jakob und Charlotte.

Ava und Leon (Reiter) S. 48 ff.

Kruso (Freund der Reiter) S. 54 ff.

Autoraser Gottfried S. 70 ff.

Sigurt, Daria, Nina (Aktivist*innen, Stricker) S. 79 ff.

Gunda und ihr Sohn (Waldfrau) S. 107 ff.

Betrunkene Männergruppe S. 128 ff.

Ben (krebskrank) S. 142 ff.

Studierter mit Hunden S. 191 ff.

Keil S. 206 ff.

Hippies (Lou und Joan) S. 216 ff.

Lasse (digitaler Nomade) S. 233 ff.

Entwicklung von Jakob und Charlotte

1. Aufgabe: Was haben die unterschiedlichen Begegnungen bewirkt?

2. Aufgabe: Vergleiche Anfang und Ende der Reise. Wie haben sich die innere Gefühlswelt, die Einstellungen der Figuren zu sich selbst und ihre Ängste entwickelt? Vergleiche es in einer Tabelle. Fertigt für jede Person eine Tabelle nach diesem Beispiel an.

	Anfang der Reise	Ende der Reise
Innere Gefühlswelt, Einstellung zu sich selbst		
Ängste		
Verhalten gegen- über anderen Personen		
Beziehung zu Eltern		

Entwicklung von Jakob und Charlotte

Der Weg ist das Ziel.

3. Aufgabe: a) Mit dem Ziel starten und feststellen, darum geht es nicht (S. 115).

Was möchte Jakob (S. 116/201)? Was möchte Charlotte (S. 176 ff.)?

b) Am Zielort Château angekommen, hat Jakob sein Ziel erreicht.

Was ist sein Ziel (S. 236/237)? Was ist Charlottes Ziel gewesen?

Arbeitsblatt 6:

Panikattacken

Im Laufe der Erzählung kommt es bei Jakob öfter zu Panikattacken.

1. Aufgabe: Beschreibe, wie die Panikattacken aussehen!

2. Aufgabe: Wann gerät Jakob in Panik? Wie sehen diese Situationen aus?

3. Aufgabe: Wie fühlt sich Jakob in solchen Situationen?

4. Aufgabe: Verarbeite Jakobs Gefühle in einem Gefühlsgedicht. Stellt euch eure Gedichte gegenseitig vor.

Überschrift: 1 Wort

Wie ist es? 2 Wörter

Was macht es mit mir? Was passiert? 3 Wörter

Was fühle ich? 4 Wörter

Was wünsche ich / erhoffe ich? 5 Wörter

Arbeitsblatt 7:

Strategien zur Panikbewältigung

Mithilfe der Psychologin Frau Bender hat Jakob Strategien entwickelt, um seine Panik unter Kontrolle zu bekommen.

1. Aufgabe: Fülle die unterschiedlichen Rezepte aus! Vergleiche mit einem Partner/einer Partnerin!

Tipps von Frau Bender:

- _____
- _____
- _____

Neben einer Notfallpille besitzt er eine Notfallbox. Was befindet sich in dieser Box?

- _____
- _____
- _____

Von Charlotte erhält er eine neue Notfallbox mit Sprüchen. Ergänze auch weitere Sprüche, die helfen und Mut machen.

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

2. Aufgabe: Was hilft dir persönlich, wenn du vor Dingen, Personen oder Situationen Angst hast?

Arbeitsblatt 8:

Normal sein

„Brauchte sie Kontakt zu einem normalen Menschen?“ (S. 124)

„Ich bin schrecklich ... Völlig gestört.“ (S. 158)

„Ich bin regelmäßig bei Frau Bender, der Schulpsychologin ... weil ich so gestört bin.“ (S.158)

Jakob und Charlotte sagen über sich selbst, sie seien gestört und folglich nicht normal.

1. Aufgabe: Überlege zunächst für dich allein. Was bedeutet es für dich, normal zu sein?

2. Aufgabe: Diskutiert eure Meinungen zu der Fragestellung mithilfe der Kugellager-Methode.

3. Aufgabe: Fertigt anschließend eine gemeinsame Wortwolke zum Begriff „Normal sein“ an. (Tipp: www.wortwolken.com)

Gegen Ende des Romans kommen die beiden zur Erkenntnis, dass sie einzigartig und normal sind. „Ein Leben ohne Probleme wäre viel zu perfekt.“ (S. 212)

Jakob: „Ich bin nicht verrückt, sondern normal wie all die anderen.“ (S. 228)

4. Aufgabe: Notiert bei jedem Schüler/jeder Schülerin aus der Klasse, was ihr an dieser Person schätzt. Dazu hat jede*r ein Blatt auf seinem Platz liegen und die Schüler*innen bewegen sich durch die Klasse, bis man auf jedem Blatt eine Notiz hinterlassen hat.

5. Aufgabe: Du kannst auch zu deinem Namen ein Akrostichon schreiben und notieren, was dich ganz persönlich ausmacht und somit einzigartig ist. Schreibe dazu die Buchstaben deines Namens untereinander und ergänze ein Wort oder einen Satz, das/der mit dem jeweiligen Buchstaben beginnt.

Arbeitsblatt 9:

Flucht vor ...

Charlotte und Jakob befinden sich auf der Flucht vor Keil. Aber innerlich ist auch jeder von ihnen auf der Flucht vor dem realen Leben mit all seinen Höhen und Tiefen.

1. Aufgabe: Jakob taucht ab in die fiktive Welt des Computerspiels „Shift oft Power“. Beschreibe die Rolle, die er dort einnimmt.

2. Aufgabe: Charlotte hat Angst, einen falschen Weg im Leben einzuschlagen, der unwiderruflich ist. Welchen Weg wählt sie, um ihr reales Leben zu bewältigen?

3. Aufgabe: Charlotte gleitet auch teilweise in eine fiktive Welt. Was bzw. wen hat sich Charlotte auf ihr Handy geladen? Besprecht, warum sie dies gemacht hat.

4. Aufgabe: Welche Vorstellungen/Wünsche/Träume haben Jakob und Charlotte?

5. Aufgabe: Erkläre Jakobs Aussage: „Ein Baum hat viele Äste. Kein Ast ist der falsche. Sie gehören alle zum Baum.“ (S. 92)

6. Aufgabe: Gestalte deinen Lebensbaum. Welche Wünsche und Interessen hast du? Was macht dich glücklich? Was sind deine Ziele und Träume? Was sind deine Wurzeln? Woraus ziehst du Kraft? Was sind deine Stärken?

Arbeitsblatt 10:

Depression

Charlotte nimmt Antidepressiva, um ihr tägliches Leben zu bewältigen und sich zu stabilisieren (S. 226).

1. Aufgabe: Was bewirken diese Medikamente?

2. Aufgabe: Recherchiert in Dreier- oder Viergruppen, welche Hilfs- bzw. Behandlungsangebote es gibt, um Menschen mit einer Depression zu helfen. Stellt eure Erarbeitungen zum Beispiel in einem Padlet zusammen.

3. Aufgabe: Die stationäre Therapie möchte Charlotte unter anderem machen, um nicht so zu enden wie ihre Freundin Frida. Welchen Weg geht Nina, eine der Aktivistinnen-Strickerinnen? (S. 227)

Stimmungsschwankungen, Burn-out, Panikattacken, ständige Bauchschmerzen, keine Konzentration sind nur einige Symptome einer Depression.

4. Aufgabe: Recherchiere im Internet/Lexikon/in Sachbüchern, was man unter einer Depression versteht. Was sind die Symptome? Was sind Auslöser/Ursachen? Wie kann man eine Depression bekämpfen?

Arbeitet in einer Gruppe zusammen und erstellt dazu

- eine Power-Point Präsentation
- ein Infoplatat
- ein Video (vielleicht mit einem fiktiven Interview oder mit einem Arzt/einer Ärztin oder einem Psychologen/einer Psychologin)

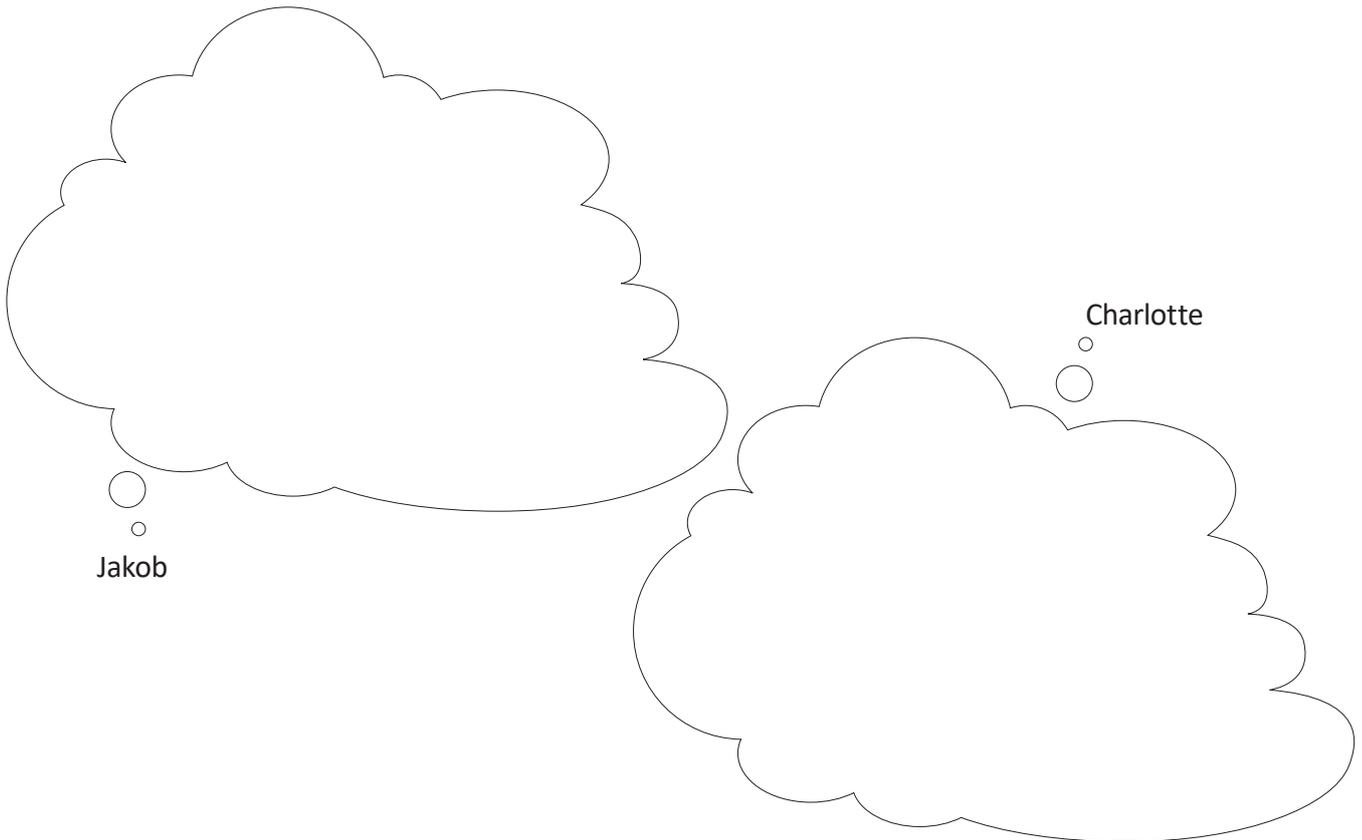
Hilfreich kann auch folgender Link sein: <https://fideo.de>

Arbeitsblatt 11:

Sich zu Hause fühlen

Für Jakob und Charlotte ist der Begriff „Zuhause“ eher negativ besetzt.

1. Aufgabe: Erkläre, warum dies so ist. Notiere auch, was den beiden zuerst durch den Kopf geht, als sie die Aufforderung hören, dass sie sich wie zu Hause fühlen sollen. (S. 109 f.)
Welche Erwartungen haben ihre Eltern an sie? Wie geht es bei den beiden zu Hause zu?



2. Aufgabe: Wie definierst du für dich selbst, „sich wie zu Hause fühlen“?
Vergleicht eure Vorstellungen miteinander!

Arbeitsblatt 12:

Freunde

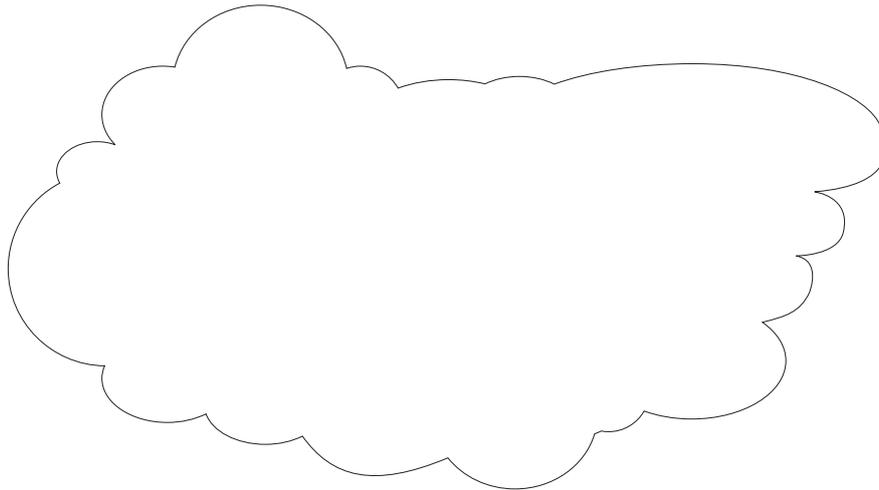
„Freunde heißt doch nicht Freunde.“ (S. 164)

Nicht jede Person, mit der man virtuell befreundet ist, ist tatsächlich ein Freund. Kann man mit jemandem befreundet sein, den man im realen Leben noch nie getroffen hat?

1. Aufgabe: Was macht für dich eine gute Freundschaft aus?

Wie sollte ein echter Freund/eine echte Freundin sein?

2. Aufgabe: Notiere zuerst für dich allein alle Gedanken, die dir bei dem Satz durch den Kopf gehen. Sprecht anschließend in der Klasse darüber und tauscht eure Meinungen dazu aus.



3. Aufgabe: Gestalte deine persönliche Wortwolke zum Thema „Freundschaft“.

(Tipp: www.wortwolke.com)

Stellt eure Wortwolken aus. Alternativ kannst du deine Gedanken auch in einem Gedicht verarbeiten (Elfchen, Rondell, Avenidas, Siebener, Akrostichon ...).

4. Aufgabe: Charlotte meint: „Wir sind Freunde, Jakob.“ (S. 196)

Was meinst du dazu? Begründe deine Meinung und unterstreiche sie mit entsprechenden Textstellen aus dem Buch, die das belegen.

Arbeitsblatt 13:

Rezension

Eine Rezension ist eine Buchbewertung. Schreibe eine Rezension über den Roman.

Denke daran:

- Nenne den Autor, Titel und die Seitenzahl des Buches.
- Fasse den Inhalt der Geschichte kurz zusammen, verrate aber nicht zu viel.
- Gib eine Altersempfehlung, für wen das Buch geeignet ist.
- Beschreibe die Sprache des Romans.
- Nenne Gründe, die dafür sprechen, das Buch zu lesen bzw. nicht zu lesen.

Du kannst aber auch einen Brief an Annette Mierswa (über den Loewe Verlag) schreiben und ihr zu ihrem Roman ein Feedback geben.

Wie hat dir der Roman gefallen? Welche Stellen oder Figuren haben dich beeindruckt? Hat dich etwas gestört oder hat dir etwas gefehlt?

Weiterführende Informationen finden Sie hier:

- Fideo Factsheet Schule für Lehrer*innen: <https://bit.ly/Fact-Sheet-Fideo>
- Depressionen im Kindes- und Jugendalter: <https://bit.ly/Depression-Kinder-Jugend>

Für Eltern und Lehrer*innen:

- Burnout Kids – Wie das Prinzip Leistung unsere Kinder überfordert von Michael Schulte-Markwort, ISBN 978-3-4267-8815-8
- Huub Buijssen:
Depression – Helfen und sich nicht verlieren. Ein Ratgeber für Freunde und Familie, ISBN 978-3-4078-6616-5
- Klaus Bernhardt:
Panikattacken und andere Angststörungen loswerden. Wie die Hirnforschung hilft, Angst und Panik für immer zu besiegen, ISBN 978-3-4242-0177-2

Lesungen und Veranstaltungen mit der Autorin

Liebe Pädagog*innen,

Annette Mierswa war lange Zeit für Film, Theater und Zeitung tätig, bevor sie in Hamburg als freie Autorin zu arbeiten begann. Ihre Kinder- und Jugendbücher wurden bereits in mehrere Sprachen übersetzt und mit diversen Preisen ausgezeichnet. Die Autorin steht sehr gern für Lesungen zur Verfügung. In diesen verleiht sie den realistischen Charakteren ihrer Geschichten gekonnt eine eigene Stimme und stellt mit wichtigen Themen wie psychische Gesundheit, Umweltschutz und Social Media einen direkten Bezug zu den Jugendlichen her. Anschließend bleibt genügend Raum für Diskussionen und persönliche Gespräche.

Selbst kreativ werden können Schüler*innen bei einem zusätzlich gebuchten Schreibworkshop.

Bei Interesse und Fragen zu Terminen, Abläufen und Konditionen erreichen Sie uns unter lesungen@loewe-verlag.de

Mehr zur Autorin unter: www.annettemierswa.de

Lösungsvorschläge

Arbeitsblatt 1

Die Aufgaben auf dem Arbeitsblatt 1 sind optional, d. h. die Schüler*innen können überlegen, welche der Aufgaben sie bearbeiten wollen. Dies sind nur Vorschläge. Außerdem können sie entscheiden, ob sie die Aufgaben allein oder mit einem Partner/einer Partnerin bzw. einer Dreiergruppe bearbeiten wollen.

1. Aufgabe

Die Schüler*innen sollten folgende Namen mittels eines Pfeildiagramms in Beziehung zueinander setzen: Jakob, seine Mutter, seine Brüder Max und Milan, sein Vater, Charlotte, ihre Mutter, die Psychologin Frau Bender, Keil. Zudem können sie kurze Stichpunkte dazu notieren, in welchem Verhältnis sie zueinander stehen (z. B. Mutter von/ Freund von).

7. Aufgabe

Mögliche Verlaufskurven mit Höhen, Tiefen, Begegnungen und Wendepunkten in Bezug auf Jakob bzw. Charlotte. Die Schüler*innen sollten zwei Achsen zeichnen. An der einen Achse (Querachse) stehen verschiedene Ereignisse, die während der Erzählung vorkommen.

Einladung zur Reise, Baden am Boberger See (Nackte), Begegnung mit Ava und Leon, Kruso, Raser Gottfried, Aktivisten auf Bäumen, Waldfrau Gunda, betrunkene Männergruppe, Ben (krebserkrank), Hundesitter, am See: Lotti sieht in Jakob einen Bruder, Café Auszeit, Keil, Hippies im Love Bus, Lasse, kurz vorm Château am Schweriner See

An der anderen Achse (Hochachse) stehen mögliche Gefühlszustände wie z.B. unglücklich/zweifelnd/ängstlich, ausgeglichen, zufrieden/glücklich. Denkbar sind auch andere Begrifflichkeiten.

Bei dieser Aufgabe sollten die Schüler*innen im Team arbeiten und evtl. auch miteinander vergleichen.

Die Kurven der beiden Protagonisten sollten zwei Farben aufweisen, um sie besser miteinander vergleichen zu können. Zudem könnten sie noch ausführlicher bzw. kleinschrittiger sein, demzufolge sollten die Schüler*innen ein großes Blatt wählen.

9. Aufgabe Die Aktivistin Nina erzählt auf der Seite 83 etwas zum Thema Depression, ebenso wie Charlotte auf den Seiten 226ff.

10. Aufgabe Anfangs ist Jakob sehr unsicher. Er verfällt des Öfteren in Panikattacken, wenn er sich in für ihn unliebsamen Situationen befindet. Er fühlt sich einerseits geschmeichelt, Charlottes Reisebegleiter zu sein, hat andererseits aber auch Angst davor, dieser Aufgabe nicht gerecht zu werden. Mit der Zeit wird er zunehmend selbstsicherer, da er feststellt, dass nicht nur er Probleme hat, sondern auch Charlotte. Er gibt ihr Halt, zeigt ihr aber auch ihre Grenzen auf, wenn ihn ihre plötzlichen Stimmungsschwankungen nerven.

Lösungsvorschläge

11. Aufgabe Charlotte will unbedingt zu ihrem Therapieort gelangen und sucht sich Jakob als Begleiter aus, weil Frau Bender ihr verraten hat, dass auch er therapeutische Hilfe bekommt, da er Angst vor Kontakt hat (vor allem bei hübschen Mädchen) und Lotti daher von ihm nichts zu befürchten haben müsste. Er ist sozusagen das „kleinere Übel“. Eigentlich möchte sie niemand mitnehmen. Aber das erlauben ihre Eltern nicht. Sie wollen, dass Lotti beschützt wird. Die anderen Jungen, die infrage kämen, würden wahrscheinlich zudringlich werden. Aber Jakob sicher nicht. Er ist „harmlos“. Er ist also die Alibibegleitung, damit sie überhaupt auf Wanderung gehen darf. Manchmal wirkt sie resolut und gibt den Weg vor, dann wiederum ist sie ängstlich, leicht aufbrausend und zieht sich dann schnell zurück. Sie weiß sich schnell für unbekannte und neue Dinge zu begeistern und ist recht spontan. Zuerst wirkt sie wie getrieben, doch zunehmend, im Laufe der Erzählung, wird sie ruhiger und sie gelangt zu der Einsicht, dass sie ihr Leben schon meistern wird.

Arbeitsblatt 2

1. Aufgabe Jakob: längere Haare, die er mit einem Gummi zusammenfasst / *Spitzname:* Yeti, aufgrund der vielen Beinhaare / *Vorlieben:* Computerspiele, fühlt sich wohl, wenn er allein ist / *Schwächen:* unsicher in für ihn schwierigen Situationen, die bis zu Panikattacken reichen, fährt ungern S-Bahn / *Stärken:* kann anderen zuhören und ist empathisch, rücksichts- und liebevoll, offen zu lernen und sich weiterzuentwickeln / wird unsicher bei der Konfrontation mit unbekannten Menschen / *Wichtige Menschen:* seine Mutter, die ihn akzeptiert, wie er ist / *persönliches Umfeld:* arbeitsloser Vater, der ihn für ein Weichei hält; seine Brüder Max und Milan, die ihn ständig ärgern; sein Freund Justus / *Lebensmotto:* „Lost, but alive“. Dies ändert er gegen Ende um in „Alive, but lost“.

Charlotte: honigbraune längere Haare mit einer violetten Strähne / *Spitzname:* Lotti / *Vorlieben:* die Welt des Zirkus / *Schwächen:* will es immer allen recht machen; setzt sich fürchterlich unter Druck, weil sie denkt, unbedingt ein Einser-Abitur schaffen zu müssen; will immer perfekt sein / *Stärken:* kann Jakob unterstützen und ihm zeigen, wie wertvoll er für sie ist, ist liebevoll, willensstark, wenn sie etwas erreichen möchte, empathisch, wissbegierig, offen für Neues, mutig / wird abweisend, wenn ihr alles zu viel wird / *Wichtige Menschen:* ihre Mutter, mit der sie öfters telefoniert / *persönliches Umfeld:* reiches Elternhaus mit besorgter Mutter, fiktiver Freund Toni

Arbeitsblatt 3

1. Aufgabe Charlotte meint, Jakob sei der perfekte Reisebegleiter für sie, weil er sie wirklich nur auf ihrem Weg begleiten wird. Nicht so wie all die aufdringlichen Jungs in ihrem Umfeld. Zudem ist es auch ein Tipp ihrer Schulpsychologin Frau Bender gewesen. Jakob geht trotz seiner Ängste mit, da er sich einerseits geehrt fühlt, von Charlotte auserwählt worden zu

Lösungsvorschläge

sein, und andererseits möchte er sich auch seinen Ängsten auf dieser Reise stellen. Er geht außerdem mit, weil er für Charlotte schwärmt und ihr so nahe sein kann, was, nach ihrem kurzen Intermezzo in der Klasse, sein größter Wunsch war bzw. ist.

2. Aufgabe Charlotte möchte ihren eigenen Ansprüchen, ein perfektes Leben mit einem tollen Beruf zu erlangen, gerecht werden. Um dies zu erreichen, glaubt sie einen Notendurchschnitt im vorderen Einserbereich erlangen zu müssen. Zudem weiß sie auch gar nicht, was sie überhaupt will. Sie ist vollkommen überfordert und getrieben vom durchgetakteten Schulalltag. Zudem belastet sie der Tod ihrer Freundin Frida, die an Depressionen litt, wie sie selbst. Sie nimmt die Medikamente, um nicht in Antriebslosigkeit und Selbstzerstörung zu enden. Natürlich helfen sie ihr auch, weiter schulische Leistungen zu bringen. Aber der Antrieb ist zuerst einmal, nicht so zu enden wie Frida und weiter „funktionieren“ zu können. Charlotte weiß um Jakobs Probleme und ist für ihn da, außerdem findet sie ihn unterhaltsam und witzig.

Jakob sieht sich als ungewollter Sohn eines arbeitslosen Bodyguards, ausgestattet mit einer unsäglichen Statur und viel zu behaarten Beinen. Er sieht sich als Angsthase, der keiner Situation gewachsen ist und zu nichts zu gebrauchen ist. Dies bekommt er auch von seinem Vater und seinen Brüdern zu spüren. Lotti hingegen sieht er als glänzendes Wesen, das auf der Sonnenseite des Lebens steht. Außerdem fühlt er sich schuldig an der Vergewaltigung einer Freundin namens Julia, da er sie bei einer Feier allein ließ.

Lösungsvorschläge

Arbeitsblatt 5

	Anfang der Reise	Ende der Reise
Innere Gefühlswelt, Einstellung zu sich selbst	<p>Jakob sieht sich als Angsthase mit zahlreichen Panikattacken, eine Person, die nicht zu gebrauchen ist, er fühlt sich fehl am Platze und möchte sich am liebsten verkriechen und fühlt sich zu Hause, wenn er allein ist, am sichersten.</p> <p>Charlotte möchte ihre Depressionen mithilfe einer Therapie bekämpfen, um keine Medikamente mehr nehmen zu müssen. Ihre Ängste kann sie anfangs gut verbergen, aufgrund ihrer resoluten Art.</p>	<p>Jakob hat an Selbstsicherheit gewonnen, er möchte das Leben genießen und daran teilhaben, zudem ist er froh, in Lotti eine Freundin gefunden zu haben. Er hat Lebensfreude gefunden.</p> <p>Charlotte ist jetzt gefestigter und wird ihren Weg durch die Therapie weiter gehen, sie weiß, dass Jakob auf sie wartet und ihr ein Unterstützer sein wird.</p>
Ängste	<p>Jakob hat Angst vor fremden Personen und unbekanntem Situationen. Er hat auch Angst vor Ablehnung, vor allem von Personen, die ihm sehr wichtig sind, wie Lotti. Charlotte hat Angst, auf ihrem Lebensweg den falschen Weg einzuschlagen. Sie hat Angst schlechte Noten zu bekommen, wenn sie sich nicht anstrengt und damit ihre Zukunft zu versauen.</p>	<p>Jakob kann mit fremden Personen und Situationen zunehmend besser umgehen. Ist nicht unruhig, spürt Frieden in sich. Sie wird einen Weg einschlagen mit der Zuversicht, dass alle Wege zu einem Ziel führen und keine Sackgasse sind.</p>
Verhalten gegenüber anderen Personen	<p>Jakob ist introvertiert und schämt sich teilweise, oft weiß er nichts zu sagen, er wird rot. Er ist abwartend und zurückhaltend. Charlotte geht auf andere Menschen zu und sagt ihre Meinung, oft auch, ohne vorher nachzudenken.</p>	<p>Er wird sicherer und traut sich zu, andere anzusprechen und eine normale Unterhaltung zu führen.</p> <p>Sie denkt darüber nach, wie sich andere fühlen bei ihren Äußerungen. Nach und nach öffnet sie sich gegenüber Jakob und erzählt von ihren Problemen.</p>
Beziehung zu Eltern	<p>Jakob hat ein angespanntes Verhältnis zu seinem Vater und seinen Brüdern, nur seine Mutter hält zu ihm.</p> <p>Charlotte bekommt alles von ihren Eltern, über ihre Mutter erfährt man, dass sie sich um Lotti sorgt.</p>	<p>Sein Vater ist erbost über sein Handeln als Aktivist auf dem Baum der Stricker, das Verhältnis hat sich nicht wesentlich verbessert. Jakob hat sich aber nicht mehr so über die Beurteilungen seines Vaters definiert. Er ist unabhängiger, „erwachsener“ geworden.</p> <p>Sie hat ihren Eltern bewiesen, dass sie die Reise mithilfe eines Begleiters allein bewältigen konnte. Die Mutter steht weiter an ihrer Seite.</p>

Lösungsvorschläge

Arbeitsblatt 6

1. Aufgabe Jakob fühlt sich zunächst unwohl, bekommt rasendes Herzklopfen und ringt nach Luft. Er denkt, er würde sterben.

2. Aufgabe In für ihn unangenehmen und fremden Situationen, die er nicht einschätzen kann, gerät Jakob in Panik. Stets macht er sich Gedanken, was die anderen Menschen über ihn denken.

3. Aufgabe Jakob ist überfordert, er ist hilflos, ohnmächtig etwas dagegen tun zu können, unruhig und unfähig klar zu denken.

Arbeitsblatt 7

1. Aufgabe Tipps von Frau Bender:

- Auf die Sinne konzentrieren (S. 53)
- Die Drehrichtung ändern (S. 96)
- Bewusst die Gedanken umkehren

In der Box befinden sich kleine Zettel mit Notfallsprüchen.

- Es kann dir nichts passieren.
- Alles ist gut.
- Du wirst nicht sterben.

Von Charlotte erhält er eine neue Notfallbox mit Sprüchen.

- Mir kann nichts passieren. Ich habe ja Lotti.
- Zehn Mal laut Lotti sagen.
- An Salotti und Gööthe denken.
- An Wildschweinragout denken.

Lösungsvorschläge

Arbeitsblatt 8

2. Aufgabe Kugellager: Die Schüler*innen sitzen oder stehen sich in einem Innen- und Außenkreis paarweise gegenüber und halten sich wechselseitig Vorträge, führen Interviews etc. Die Hälfte der Klasse ist mündlich aktiv. Nach ca. drei Minuten rückt der Innen- oder Außenkreis drei Personen weiter und es findet erneut ein Austausch statt.

3. Aufgabe Wortwolken: Unter dem angegebenen Link (www.wordwolke.com) können die Schüler*innen ihre Wörter eingeben. Zudem wählen sie eine passende äußere Form aus, die Schriftgröße der einzelnen Wörter, je nachdem wie sie es gewichten, und auch die Schriftfarbe. Zuletzt kann die Wortwolke ausgedruckt werden.

Arbeitsblatt 9

1. Aufgabe Jakob ist in der fiktiven Welt Groom. Das ist ein Supporter, welcher andere Champions unterstützt. Er ist riesig, stark, lieb und muskulös.

2. Aufgabe Charlotte nimmt Medikamente, um den streng durchgetakteten Schulalltag überhaupt bewältigen bzw. ihr selbst gestecktes Lernpensum schaffen zu können.

3. Aufgabe Sie hat sich über eine App einen Chatbot namens Toni auf ihr Handy geladen, da ihr die realen Menschen mit ihren Ansprüchen zunehmend Stress bereitet haben.

4. Aufgabe Jakob möchte evtl. als Therapeut anderen Menschen helfen, hätte gern ein Haus am See und eine nette Frau, eben ein perfektes Leben. Charlotte sieht sich in einem Zirkus.

5. Aufgabe Man kann keinen falschen Weg im Leben einschlagen, es ist nur wichtig, dass man gemäß seinen Interessen einen Weg wählt. Sollte dieser sich dann nicht richtig anfühlen, kann man diesen wieder verlassen und einen anderen wählen, aber alle Wege oder Äste gehören zu einem selbst. Man ist einzigartig und sollte seine Ideen umsetzen, ganz egal was andere davon halten.

6. Aufgabe Die Schüler*innen zeichnen einen eigenen Baum mit einzelnen Ästen auf ein Extra-Blatt. An die einzelnen Äste schreiben die Schüler*innen all ihre Ideen, Hoffnungen, Wünsche und Träume ihres Lebens. Hier können auch erste Handlungsschritte vermerkt werden, welche für die Schüler*innen direkt umsetzbar sind, nicht erst in ferner Zukunft. An die Wurzeln können die Schüler*innen Begabungen, Stärken und Kompetenzen schreiben sowie etwas, woraus sie Kraft ziehen (wie ein Baum seine Nährstoffe). Dies können Personen, Handlungen, Orte oder ähnliches sein.

Lösungsvorschläge

Arbeitsblatt 10

1. Aufgabe Ohne Medikamente kommt Charlotte nicht aus dem Bett und geht oftmals nicht zur Schule. Außerdem fühlt sie für sich nur Selbstverachtung, ansonsten ist sie sehr lethargisch und hat nahezu keinen Willen, etwas zu tun. Ihr fehlt gleichsam die Energie. Die Medikamente hingegen verändern ihre Stimmung, so dass sie ihren Alltag wieder einigermaßen bewältigen kann.

3. Aufgabe Nina ist aus ihrem normalen Alltag ausgestiegen. Bei den Strickern engagiert sie sich für die Umwelt, sie lebt dort in einem Baumhaus. Der Fokus auf eine Aufgabe, für die sie brennt und jeden einzelnen Tag (im Gegensatz zu der Sorge um ihre gesamte Zukunft und die des Planeten) hilft ihr, sich besser zu fühlen. Den Kontakt zu ihren Eltern, der sich seitdem verbessert hat, hält sie per Skype.

Arbeitsblatt 12

Elfchen bestehen aus insgesamt 11 Wörtern. Bauanleitung:

1. Zeile: 1 Wort
2. Zeile: 2 Wörter
3. Zeile: 3 Wörter
4. Zeile: 4 Wörter
5. Zeile: 1 Wort

Ein *Rondell* besteht aus acht Sätzen.

Bauanleitung:

- 1./4. und 7. Zeile sind gleich
2. und 8. Zeile sind gleich

In den Zeilen 3, 5 und 6 stehen weitere *Gedanken*

Avenidas bestehen aus insgesamt vier Wörtern, die sich in einer bestimmten Abfolge wiederholen.

Beispiel:

Blumen

Blumen und Bäume

Bäume

Bäume und Vögel

Blumen

Blumen und Vögel

Blumen und Bäume und Vögel

Garten

Lösungsvorschläge

Siebener

Bauanleitung:

Wähle ein Wort und schreibe es in die 1., 4. und 6. Zeile.

Schreibe in die 2. Zeile, was du dazu sagen möchtest.

Schreibe in die 3. Zeile ein Erlebnis damit auf.

Schreibe in die 5. Zeile ein passendes Gefühl dazu auf.

Schreibe in die 7. Zeile einen Wunsch dazu auf.

Bei einem *Akrostichon* bilden die Anfangsbuchstaben eines Begriffes untereinandergeschrieben den Beginn von neuen Wörtern oder Sätzen zu diesem Begriff.

Beispiel:

Immens schöne Strände und Landschaften

Tolle alte Bauwerke und Städte

Auch der Papst wohnt dort.

La dolce Vita!

International bekannte Personen wie Michelangelo, da Vinci ...

Essen wie Pizza und Pasta

Neapel, Rom, Venedig sind Sehnsuchtsorte

Arbeitsblatt 13

Insofern Klassen oder einzelne Schüler*innen Interesse daran haben, mit der Autorin in E-Mail-Kontakt zu treten oder ihr einen Brief zu schreiben, können Sie diese an folgende Adressen weiterleiten:

Mails an:

paedagogen@loewe-verlag.de

Briefe an:

Loewe Verlag GmbH

Presseabteilung/Pädagog*innenmarketing

Bühlstraße 4

95463 Bindlach