

Gesunde Online-Beziehungen

Die Schülerinnen und Schüler untersuchen die Merkmale gesunder Beziehungen und ermitteln, welchen Einfluss Online-Verhalten sowohl auf gesunde als auch auf ungesunde Beziehungen hat. Zudem betrachten sie Möglichkeiten und Herausforderungen an der Schnittstelle zwischen sozialen Medien und Beziehungen in ihrer eigenen Altersgruppe und lernen, sich für ein freundliches Miteinander einzusetzen.

Begriffe zu Beziehungen

Teil 1

Gruppenarbeit

Bitte Sie die Schülerinnen und Schüler, einen Kreis zu bilden.

Anweisungen an die Schüler

Heute sprechen wir darüber, wie sich das, was wir online tun, auf unsere Beziehungen auswirkt. Außerdem lernen wir, wie wir uns für andere einsetzen und erkennen können, wenn unsere Freunde bei ihren Problemen Hilfe benötigen.

Fragen an die Schüler

Wer hat die Begriffe „Bystander“ oder „Upstander“ schon einmal gehört? Was bedeuten diese Begriffe?

Gruppenarbeit

Sammeln Sie zwei bis drei Antworten.

Anweisungen an die Schüler

Wie ihr gesagt habt, ist ein „Bystander“ jemand, der einen Vorgang beobachtet. In der heutigen Übung sehen wir uns Handlungen an, die zu ungesunden oder lieblosen Beziehungen führen. Ein „Upstander“ ist jemand, der etwas Positives tut, indem er zum Beispiel ein Opfer unterstützt, den Vorgängen Einhalt gebietet oder je nach Situation auf andere Art und Weise aktiv in das Geschehen eingreift.

Teil 2

Anweisungen an die Schüler

Sprechen wir nun einmal über Beziehungen: Zunächst sollten wir uns bewusst machen, dass „Beziehungen“ ein sehr weit gefasster Begriff ist. Hier soll es um Beziehungen im Sinne von Verbindungen unter Gleichaltrigen oder Gleichgestellten gehen. Ihr seid beispielsweise mit euren Gleichaltrigen als Freunde, Mitschüler oder Mitglieder des gleichen Vereins verbunden. Wenn wir über gesunde Beziehungen sprechen möchten, stehen wir vor einer schwierigen Frage: „Was genau macht eine gesunde Beziehung aus?“ Jeder hat unterschiedliche Vorstellungen zu diesem Thema, und es gibt viele Antworten auf diese Frage.

Um sicherzustellen, dass wir alle dasselbe meinen, lasst uns Begriffe finden, die gesunde Beziehungen beschreiben – unter Freunden, Mitschülern oder anderen

Menschen. Wir wissen, dass in Beziehungen nicht immer alles rund läuft. Betrachten wir daher nun einmal genauer, welche angemessenen Verhaltensweisen für verschiedene Arten von Beziehungen typisch sind.

Dazu werden wir ein kurzes Spiel spielen. Jeder im Kreis nennt ein Wort, das gesunde Beziehungen beschreibt. Ich fange an. Ich denke, Beziehungen können _____ (solidarisch, fürsorgend, freundschaftlich usw.) sein.

Gruppenarbeit

Notieren Sie die Vorschläge der Schülerinnen und Schüler auf der Tafel.

Anweisungen an die Schüler

Super! Danke für eure Vorschläge! Sehen wir uns diese Begriffe nun etwas genauer an.

Fragen an die Schüler

Stimmt ihr diesen Begriffen zu?

Möchtet ihr etwas hinzufügen?

Kann jemand basierend auf diesen Begriffen eine kurze Definition einer gesunden Beziehung formulieren?

Leiten Sie die Gruppe bei der Entwicklung einer Definition für eine gesunde Beziehung an.

Rundgang

Teil 1

Gruppenarbeit

Teilen Sie die Schülerinnen und Schüler in Zweiergruppen (Tandems) ein.

Anweisungen an die Schüler

Wir haben nun bereits einige wichtige Aspekte zum Thema „gesunde Beziehungen“ gesammelt. Nun wollen wir uns mit unseren eigenen Erfahrungen mit Beziehungen im Internet beschäftigen.

Gruppenarbeit

Schreiben Sie eine der unten stehenden Fragen auf ein Plakat und verteilen Sie weitere Plakate im Raum.

Mögliche Fragen für die Plakate:

1. Mit wem interagiert ihr mithilfe von Technologie?
2. Welche Plattformen, Dienste oder Webseiten verwendet ihr, um mit anderen zu interagieren?
3. Inwiefern bieten euch das Internet und mobile Technologien (wie Tablets oder Mobiltelefone) die Möglichkeit, gesunde Beziehungen aufzubauen und zu pflegen?
4. Wie bleibt ihr über Mobilgeräte und Computer mit anderen Menschen in Kontakt?
5. Welche Herausforderungen stellen das Internet und mobile Technologien an den Aufbau und die Pflege gesunder Beziehungen?
6. Welche Arten von Beziehungsschwierigkeiten habt ihr aufgrund von Dingen erlebt, die online gepostet wurden?

Anweisungen an die Schüler

Jedes Tandem erhält Klebezettel und einen Stift. Auf den im Raum verteilten Plakaten stehen verschiedene Fragen. Nachdem ich euch die Materialien gegeben habe, könnt ihr euch die Plakate ansehen. Schreibt eure Antworten auf die Klebezettel und klebt diese auf die Plakate. Wenn ihr mehr als eine Antwort geben

möchtet, schreibt jede Antwort auf einen eigenen Klebezettel und klebt sie auf die Plakate. Ihr habt dafür acht Minuten Zeit. Viel Spaß!

Gruppenarbeit

Sammeln Sie die Plakate am Ende der Gruppenarbeitsphase ein und versammeln Sie die Gruppe.

Fragen an die Schüler

Welche Antworten auf die Fragen wurden mehrfach gegeben?

Gibt es Aspekte, die nicht genannt wurden?

Können Sie bestimmte Trends erkennen?

Inwiefern haben sich die Beziehungen zu Ihren Freunden durch Technologien verändert?

Haben Technologien die Dinge vereinfacht oder erschwert? Warum wollten Sie die Informationen nicht preisgeben?

Diskussion über ein Szenario

Diskussion

Anweisungen an die Schüler

Nun werden wir über ein Szenario sprechen, das mit Technologie und Beziehungen zusammenhängt: das „Overtexting“.

Weiß jemand, was „Overtexting“ ist?

Gruppenarbeit

Sammeln Sie zwei bis drei Antworten.

Anweisungen an die Schüler

Overtexting meint die Situation, wenn jemand einer anderen Person so viele Textnachrichten schickt, dass diese davon überfordert ist.

Fragen an die Schüler

War jemand von euch schon einmal in einer solchen Situation?

Wenn ihr der Empfänger dieser vielen Nachrichten wärt, was würdet ihr tun?
Warum?

Wenn einer eurer Freunde auf euch zukäme und berichten würde, dass er/sie sich in dieser Situation befindet, was würdet ihr ihm/ihr raten? Würdet ihr selbst aktiv werden? Was könntet ihr tun?

1. Follow-up: Wenn man selbst aktiv wird, um einem Freund zu helfen, nennt man das „sich für andere einsetzen“.

Fragen an die Schüler

Was könnte jemanden daran hindern, sich für einen Freund einzusetzen?

Nehmen wir einmal an, dass einer eurer Freunde die Person bittet, nicht mehr so viele Nachrichten zu schicken. Was würde geschehen, wenn die Person ständig bei eurem Freund vor der Tür stünde und ihn sehen möchte? Das Problem scheint sich verschlimmern zu haben. Das nennt man „Eskalation“. Welchen Rat würdet ihr eurem Freund geben, wenn das Problem eskaliert?

Könnt ihr euch immer noch auf die gleiche Art und Weise für euren Freund einsetzen

wie zuvor, wenn das Problem eskaliert? Welche Maßnahmen könntet ihr ergreifen, um euch für den Freund einzusetzen?

Anweisungen an die Schüler

„Overtexting“ ist nur ein Beispiel für eine Situation, in der Technologie einer gesunden Beziehung im Wege steht.

Fragen an die Schüler

Kennt ihr andere Beispiele?

Welche Lösungen gibt es für diese Beispiele?

Was hat uns das bisher Gesagte über die Rolle von Technologie in Beziehungen verraten?

Gruppenarbeit

Diskutieren Sie mit den Schülerinnen und Schülern über die positiven und negativen Einflüsse von Technologien auf Beziehungen.

Aktivität „Skala“

Teil 1

Anweisungen an die Schüler

Nun werden wir uns bestimmte Verhaltensweisen in gesunden und ungesunden Beziehungen ansehen und sie auf einer Skala von „angemessenes Verhalten“ bis „unangemessenes Verhalten“ positionieren.

Jeder von euch bekommt einen Klebezettel. Auf jedem Zettel ist eine Handlung notiert, die im Rahmen von Beziehungen geschieht, wie „Dem Partner rund um die Uhr Textnachrichten schicken“ oder „Social-Media-Passwörter austauschen“. Sobald ihr euren Klebezettel habt, geht ihr nach vorne. Die eine Seite des Raums steht für angemessenes Verhalten in einer Beziehung, die andere Seite für unangemessenes Verhalten.

Während ihr nach vorne geht, überlegt euch, für wie angemessen oder unangemessen ihr die Handlung auf eurem Zettel haltet, und positioniert euch entsprechend im Raum auf einer Linie. Wenn ihr beispielsweise der Meinung seid, dass „Dem Partner rund um die Uhr Textnachrichten schicken“ weniger angemessen ist als „Alle Posts von Freunden mit ‚Gefällt mir‘ markieren und teilen“, stellt euch näher auf die Seite des Raums, die für unangemessenes Verhalten steht.

Gruppenarbeit

Mögliche Themen für die Klebezettel:

1. Dem Partner rund um die Uhr Textnachrichten schicken
2. Social-Media-Passwörter austauschen
3. Die Textnachrichten von Freunden ohne deren Erlaubnis lesen
4. Online mit Fremden oder Menschen, die man nicht gut kennt, sprechen
5. Gemeine Kommentare zu Social-Media-Posts einer anderen Person schreiben
6. Einer nahestehenden Person (evtl. täglich) „Gute Nacht“ oder „Guten Morgen“ per SMS schicken
7. Auf einer Social-Media-Plattform öffentlich über einen Streit mit einem Freund sprechen
8. Alle Posts von Freunden mit „Gefällt mir“ markieren und teilen

9. Inhalte über das Social-Media-Konto eines Freundes posten (in dessen Namen)
10. Freunde in Fotos von einer Party markieren
11. Klatsch über einen Mitschüler in sozialen Medien verbreiten

Bitte Sie die Schülerinnen und Schüler, nach vorne zu kommen und sich zu positionieren. Fragen Sie sie nach den Gründen für ihre jeweilige Position im Raum und ermutigen Sie sie, ihre Position gegebenenfalls zu ändern.

Wenn die Schülerinnen und Schüler ihre Position auf der Skala gefunden haben, bitten Sie sie, ihren Klebezettel an der Wand zu platzieren und einen Schritt zurückzutreten, sodass sie die gesamte Skala betrachten können.

Gruppenarbeit

Wenn sie möchten, können die Schülerinnen und Schüler die ersten beiden unten stehenden Fragen im Rahmen einer Diskussion beantworten oder die Antworten auf Klebezetteln notieren und diese an der Wand platzieren.

Fragen an die Schüler

Fallen euch noch weitere unangemessene Verhaltensweisen ein?

Fallen euch noch weitere angemessene Verhaltensweisen ein?

Gibt es nur eine richtige Reihenfolge für diese Skala? Warum bzw. warum nicht?
Seid ihr euch darin alle einig?

Fragen an die Schüler

Wir haben diese Verhaltensweisen auf einer Skala von angemessen bis unangemessen eingeordnet. Gibt es auch Situationen, in denen ein angemessenes Verhalten unangemessen werden kann? Oder umgekehrt? Wann ist das der Fall?

Wenn X ein unangemessenes Verhalten ist [wählen Sie ein bestimmtes Verhalten aus, das die Schülerinnen und Schüler auf der „unangemessenen“ Seite positioniert haben], was würdet ihr dagegen tun?

Wie würdet ihr mit jemandem sprechen, mit dessen Verhalten ihr nicht einverstanden seid?

Aufgabenstellung

Teil 1

Anweisungen an die Schüler

Wir haben heute viel über Technologien und Beziehungen gesprochen. Ihr habt euch nun etwas mehr mit diesem Thema beschäftigt. Wie könntet ihr das Gelernte an andere weitergeben? Welche Art von Aktivitäten könntet ihr entwickeln, um Gleichaltrige dazu zu ermutigen, gegen unangemessenes Verhalten in Beziehungen einzuschreiten?

Aufgabestellung

Teilen Sie die Schülerinnen und Schüler in Dreier- oder Vierergruppen ein.

Anweisungen an die Schüler

Ihr bekommt zwei Vorschläge, aber wenn ihr eigene Ideen habt, verfolgt diese gerne weiter! Ihr habt 30 Minuten Zeit.

1. Vorschlag 1: Entwickelt ein Konzept für eine mögliche Veranstaltung zu der Rolle von Technologien in Beziehungen für Mitglieder eurer Schule oder Gemeinde. Diese Veranstaltung kann beispielsweise die Vorführung einer Dokumentation, eine Diskussion, eine Kampagne wie die „Spread the Love Week“ oder eine Präsentation sein. Nennt Beispiele für den Einsatz von sozialen Medien wie Facebook oder Twitter, um auf die Veranstaltung aufmerksam zu machen. Ihr könnt neben der Onlinepräsentation auch weitere Bildmaterialien erstellen (z. B. Zeichnungen oder Memes).
2. Vorschlag 2: Denkt euch eine Geschichte über eine Beziehung (z. B. zwischen Geschwistern oder Mitschülerinnen und Mitschülern) und den Einfluss sozialer Medien auf diese Beziehung aus. Ihr könnt eine kurze Szene spielen, Bildmaterialien erstellen (z. B. einen Comic) oder einen fiktiven Facebook-News Feed oder eine Twitter-Unterhaltung entwickeln. Seid kreativ!

Teil 2

Aufgabestellung

Bitte Sie die Gruppen nach 30 Minuten, ihre Ergebnisse zu präsentieren. Diskutieren Sie mit ihnen über die folgenden Fragen.

Fragen an die Schüler

Welche Themen spricht ihr an? Was möchtet ihr anderen mithilfe eurer Idee vermitteln?

Wie wirkt sich diese Idee auf eure Mitschüler, eure Community oder eure Freunde aus?

Wie sieht die Zielgruppe aus?

Wie möchtet ihr die Zielgruppe auf eure Idee aufmerksam machen?

Welche Reaktionen erwartet ihr aus eurer Zielgruppe?

Abschlussüberlegungen

Überlegungen

Anweisungen an die Schüler

Wir hoffen, dass ihr über gesunde Beziehungen nun etwas mehr nachgedacht habt, insbesondere im Hinblick auf den Einsatz von Technologien. Unser Ziel war es auch, Wege aufzuzeigen, wie ihr eure Freunde ermutigen könnt, für andere oder für sich selbst einzustehen, wenn sie mit etwas nicht einverstanden sind oder etwas bemerken, das andere verletzt.

Fragen an die Schüler

Was habt ihr gelernt?

Welche Aktivität mochtet ihr am liebsten? Warum wolltet ihr die Informationen nicht preisgeben?

Welche Aktivität hat euch am wenigsten gefallen? Warum wolltet ihr die Informationen nicht preisgeben?

Wie könnt ihr das Gelernte auf euer Leben anwenden?

Wie würdet ihr beschreiben, was ihr für eure Freunde getan habt?

Was war für euch neu oder überraschend?

Habt ihr weitere Fragen zu gesunden oder ungesunden Beziehungen?