



Don't Panic!

Lernziele

Die SchülerInnen

- werden sich der verschiedenen **Erscheinungsformen von Angst** bewusst.
- lernen die **Vorgänge** kennen, die Angst **in unserem Körper** bewirkt.
- werden sich dessen bewusst, dass Angst **krank machen** kann.
- werden dazu angeleitet, **Strategien** zu entwickeln, um mit Angst und deren Folgen fertig zu werden.
- setzen sich mit der **ethymologischen Herkunft** des Wortes „Angst“ auseinander.
- setzen sich mit unterschiedlichen **Gefühlen und deren Ausdrucksmöglichkeiten** auseinander.

Materialien

Die Unterrichtsmaterialien wurden schwerpunktmäßig für den Einsatz von der **6. bis zur 8. Schulstufe** erstellt.

Um PädagogInnen die Abstimmung ihres Unterrichts sowohl auf den Wissensstand ihrer SchülerInnen als auch auf aktuelle Ereignisse bzw. Medienberichte zu ermöglichen,

- liefert das Materialienpaket Anregungen für verschiedene Einstiegs- und Abschlussvarianten der Unterrichtseinheit sowie unterstützende Materialien.
- wurden die Arbeitsmaterialien methodisch vielfältig aufbereitet. Sie können sowohl im Frontalunterricht als auch im Rahmen von Gruppenarbeiten oder bei offenem Lernen eingesetzt werden.

Die auf den Materialien angeführten Weblinks wurden zuletzt am 24. Mai 2013 überprüft.



Einstieg

Aufbau der Unterrichtseinheit	Materialien
<p>Je nach Gruppe kann aus folgenden Einstiegsvarianten gewählt bzw. können diese kombiniert werden:</p> <p>Variante 1 – Analyse von Literaturstellen Anhand eines Fragenkatalogs analysieren die SchülerInnen einzeln oder in Gruppenarbeit verschiedene Literaturstellen, in denen Angst thematisiert bzw. beschrieben wird.</p> <p>Variante 2 – Rollenspiel basierend auf Gefühlen Die SchülerInnen stellen – im Klassenverband oder in Gruppen – unterschiedliche Gefühle körpersprachlich dar. Die anderen müssen erraten, um welches Gefühl es sich handelt. Die Gefühlskarten können beliebig ergänzt bzw. auch mehrfach an die SchülerInnen vergeben werden. Das Arbeitsblatt unterstützt bei der Beobachtung und Analyse der Gefühlsdarstellungen. Anschließend wird gemeinsam diskutiert,</p> <ul style="list-style-type: none"> ● welche Gefühle einfach darzustellen waren, welche schwierig. ● welche Gefühle verwechselt wurden. ● welche Signale verwendet wurden, um Angst darzustellen. <p>Variante 3 – Analyse der Wortherkunft Nach einem kurzen Brainstorming zur Frage „Von welchem Wort könnte der Begriff „Angst“ abgeleitet sein?“ wird das Arbeitsblatt einzeln oder im Klassenverband bearbeitet.</p> <p>Anschließendes Brainstorming Anschließend an den Einstieg erfolgt ein Brainstorming zu folgenden Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Welche Ängste kennen die SchülerInnen? ● In welchen Situationen tritt welche Angst auf? ● Wie kann sich Angst äußern, welche körperlichen Reaktionen bringt Angst mit sich? <p>Das Arbeitsblatt 4 kann zur Darstellung der Ergebnisse genutzt werden. Nach einem Brainstorming zu den ersten beiden Fragen wird jede Angst auf einem A4-Zettel notiert. Die A4-Zettel wandern anschließend von SchülerIn zu SchülerIn, die, falls sie diese Angstform bereits erlebt haben, einen kleinen Strich am Zettel machen und die Symptome ergänzen, die sie damals gehabt haben. Das Ergebnis wird anschließend anonym ausgewertet.</p> <p>Diskussion eines Zeitungsartikels Anhand der Analyse eines Zeitungsartikels aus dem Spiegel wird die Verbindung zum Thema „Mobilfunk“ hergestellt. Diskutieren Sie mit Ihren SchülerInnen,</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ob sie bereits mit Warnungen zum Thema „Handy & Gesundheitsgefährdung“ in Berührung gekommen sind, und falls ja, welche dies 	<p>Nachgelesen Arbeitsblatt 1, Seite 8-16</p> <p>Viel Gefühl! Gefühlskarten, Seite 17 Arbeitsblatt 2, Seite 18</p> <p>Angst Arbeitsblatt 3, Seite 19-20</p> <p>Ängste Arbeitsblatt 4, Seite 21</p> <p>Angst vor Handy-Strahlen: Köhlen Kopf bewahren Arbeitsblatt 5, Seite 22-24</p>



<p>gewesen sind und ob sie Konsequenzen für ihr Handynutzungsverhalten gezogen haben.</p> <ul style="list-style-type: none"> • ob sie Menschen kennen, die Angst vor möglichen Gesundheitsfolgen durch Mobilfunk haben? • wo sie persönlich die Grenze zwischen angebrachter Vorsicht und Angst schürender Panikmache festlegen würden. 	
---	--

Arbeitsblatt 3: Angst

Da die romanischen Sprachen nur Sprachzweige des Indogermanischen sind (und alle aus dem Lateinischen entstanden sind), beruhen die Begriffe „Angst“ und „Enge“ meist auf dem *angh~*-Wortstamm. Vor allem bei den großen romanischen Sprachen ist das der Fall:

Spanisch:	Angst	→	la angustia, la ansiedad
	Enge	→	angostura
Italienisch:	Angst	→	ansia, angoscia, l'angustia, il timore, la paura
	Enge	→	l'angustia
Portugiesisch:	Angst	→	ánsia, agonia
	Enge	→	a angústia
Französisch:	Angst	→	angoisse, la peur
	Enge	→	étroitesse

Auch das Slawische ist ein Sprachzweig des Indogermanischen, weist allerdings keinen gemeinsamen Wortstamm auf.

Polnisch:	Angst	→	bojaźń, lęk, niepokój
	Enge	→	ciasnota, cieśń, wąść

Turksprachen, die nicht zum Indogermanischen gehören, haben ebenfalls keinen gemeinsamen Wortstamm:

Türkisch:	Angst	→	endişe, kaygı, korku
	Enge	→	dar yer

Im Finnischen, das zu den uralischen Sprachen und nicht zur indogermanischen Sprachfamilie gehört, sind die Begriffe der Enge und der Angst an den gleichen Wortstamm gebunden:

- ahdas → eng
- ahdistaa → beengen, bedrängen
- ahdistus → Angst

Englischvokabel mit „angst“:

- angst-ridden → angstbeherrscht
- teenage angst → Gefühle der Angst und Furcht bei Jugendlichen
- anxiety → Angst; entwickelte sich aus dem lateinischen ‚angere‘