

WÜNSCHE UND ZIELE

mat

CO
OO

Verbraucher:innenbildung 8./9. Schulstufe



Einleitung

Kurzer Einstieg in den Themenbereich, der die Anliegen, Kompetenzen, Quellen und weiterführende Links übersichtlich darstellt.

Hintergründe für Lehrkräfte

Fachinformationen zum Themenbereich, die einen aktuellen Wissensstand zum Thema kurz zusammenfassen.

Informationen für Lehrkräfte und Schüler:innen

Zielerreichung

Methodenpool

Einführung

Methode „Satzanfänge – Ziele“

Satzanfänge zum Thema Zukunftsvisionen und persönliche Ziele werden individuell ergänzt.

Erarbeitung

Methode „Wunschlebenslauf“

Kreativ werden Wünsche und Zielvorstellungen auf dem Arbeitsblatt festgehalten und konkretisiert.

Methode „Ziellauf – los geht's!“

In Partnerarbeit werden der Unterschied von Wünschen und Zielen überlegt sowie konkrete Schritte zur Erreichung eines persönlichen Zieles formuliert.

Methode „Zukunftsvision“

Alternative zu Methode „Wunschlebenslauf“

Symbolisch wird anhand einer Zugreise auf dem Arbeitsblatt die Reise in die persönliche Zukunft nachgestellt. Die Schüler:innen bearbeiten individuell die einzelnen Fragestellungen und Stationen.

Ergebnissicherung

Methode „Die unsichtbare Fessel“

Die „Geschichte eines Elefanten“ gibt einen Impuls für weitere Überlegungen und Beantwortung von Fragestellungen zum Thema persönliche Ziele.

Methode „Alltagsdilemma Konsum“

In Einzel- und Kleingruppenarbeit wird über persönliche Zukunftsvorstellungen nachgedacht und anhand der Geschichte von Flora und Netti auch philosophiert, ob Geld und Konsum wirklich glücklich machen.

Dauer	Komplexität	Seite
		4
		6
		18
		8
10' bis 20'	Einfach	8
50' bis 80'	Mittel	11
30' bis 40'	Mittel	14
30' bis 40'	Komplex	19
10' bis 20'	Einfach	24
45' bis 60'	Mittel	26

Unterrichtsvorschlag

Bietet eine Unterrichtsplanung für zwei bis drei Unterrichtseinheiten.

Impressum

Dauer	Komplexität	Seite
		32
		34

Vorwort	Wir alle haben Wünsche und Träume. Viele haben mit Geld zu tun und eine Realisierung ohne Geld ist kaum möglich. Daher ist es wichtig, Wünsche in Ziele umzuwandeln, denn sonst bleiben sie oft unerfüllt. Je genauer Jugendliche ihre Ziele definieren können, desto leichter wird es ihnen fallen, entsprechende Handlungen zu planen und diese entsprechend umzusetzen.
Fächerbezug	Bildungs- und Berufsorientierung, Deutsch, Religion, Kunst und Gestaltung
Schulstufe	Empfohlen für 8./9. Schulstufe
Kompetenzen siehe Grundsatzertlass Wirtschafts- und Verbraucher/innenbildung BMBF, Juni 2015	- Die Schüler:innen verfügen (...) über Grund- und Schlüsselkompetenzen zur Orientierung im und zur Teilhabe am Wirtschaftsleben (...). - Die Schüler:innen sind zur Reflexion ihrer persönlichen Bedürfnisse, ökonomischen Möglichkeiten und Werthaltungen in der Lage.
Anliegen	- Entwicklung eigener Visionen für die Zukunft („Ich in 3 und in 10 Jahren!“) „Lust auf Zukunft“ – Erkennen von Eigenverantwortung - Lebensplanung – Bedeutung von Geld und Finanzdienstleistungen für die Realisierung von (Konsum-)Wünschen - Wunsch – Zielfindung (persönliche Ziele) – bewusstes Reflektieren und Formulieren der eigenen Wünsche und Bedürfnisse - Zielentwicklung - Formulieren von konkreten Handlungen (Fernziel, Teilziele, konkrete Aktionen) - Erkennen der Eigenverantwortung bei der Erreichung von Zielen - Sensibilisierung und Verdeutlichen von Hindernissen, von Unterstützungen etc. - Erkennen der Eigenverantwortung bei der Erreichung von Zielen - Verbindlichkeit durch einen Partner/Coach
Informationen in Einfacher Sprache	Wünsche und Ziele Dieser und weitere Texte in Einfacher Sprache finden sich unter www.konsumentenfragen.at/einfachesprache

Hintergründe für Lehrkräfte	• Wünsche und Ziele
Informationen für Lehrkräfte und Schüler:innen	• Zielerreichung
Anschlussthemen	Sparen, Berufliche Laufbahn, Haushaltskosten, Schulden, Alles Moped?
Quellen & Links	Informationen zu Zielformulierung und SMART: https://de.wikipedia.org/wiki/SMART_(Projektmanagement) Meier Magistretti, C. & Arnold, C. (2013): Wirkt Schuldenprävention? Empirische Grundlagen für die Praxis mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen. www.hslu.ch/de-ch/hochschule-luzern/ueber-uns/aktuelles/2013/12/09/was-schuetzt-jugendliche-vor-verschuldung Gersmann, Hanna (2015): „Warum wir 90 Prozent unserer Einkäufe gar nicht brauchen“. www.derwesten.de/panorama/warum-wir-90-prozent-unserer-einkaeufe-gar-nicht-brauchen-id10615099.html Serafini, Sarah (2019): Geld allein macht nicht glücklich – aber was dann, Herr Glücksforscher? Interview mit Matthias Binswanger www.tagblatt.ch/leben/geld-allein-macht-nicht-gluecklich-aber-was-dann-herr-gluecksforscher-ld.1352352 Der Standard (2021): Studie: Geld macht glücklich – aber gibt es einen Grenzwert? www.derstandard.at/story/2000123447905/studie-geld-macht-gluecklich-aber-gibt-es-einen-grenzwert ARD (2018): Geld. Macht. Glück. www.ardmediathek.de/video/rabiat-by-y-kollektiv/geld-macht-glueck/ard/Y3JpZDovL3JhZGlvYnJlbWVuLmRlL2RkOTBkYzk5LT-M0NDItNGlyNi05YTFjLTc5MGE4ZDg1ZWU3Zi9lcGlzb2RlL3Vyb-jphcmQ6c2hvdzplMWM3NTc0YjYwZDVjODAA0

Beschäftigung mit den eigenen Zielen

Um die Kompetenz von Jugendlichen im Umgang mit Geld und Konsum zu fördern, ist es neben der Vermittlung finanztechnischer Belange von großer Bedeutung, sie in ihrer psychosozialen Entwicklung zu unterstützen.

Die Beschäftigung und das Auseinandersetzen mit dem eigenen ICH stellt einen wesentlichen Beitrag zur Verbraucher:innenbildung dar. Man könnte es auch so formulieren: Persönliche Wünsche und Ziele sind Bestandteile jedes einzelnen der folgenden vier Konsumfelder, auf die in der Verbraucher:innenbildung Wert gelegt wird:

- **Finanzkompetenz und Verbraucherrecht**
- **Ernährung und Gesundheit**
- **Medien**
- **Nachhaltiger Konsum**

Somit kommt neben der „financial literacy“ (daran versteht man das Allgemeinwissen in Bezug auf den Umgang mit Geld) auch den persönlichkeitsbildenden, individuellen und reflektiven Komponenten ein hoher Stellenwert zu.

Es ist wichtig, Jugendliche anzuregen, sich bewusst mit ihren Bedürfnissen, Wünschen und Zielen zu beschäftigen.

Durch die Förderung von persönlichkeitsstärkenden Kompetenzen wie z.B. Kommunikationsfähigkeit, Selbstwahrnehmung, Selbstvertrauen, Selbstkontrolle, kritischem Denken oder auch Werten und Normen werden Jugendliche in ihrem Selbstbewusstsein und ihrer Eigenverantwortung gefestigt.

Dadurch fällt es ihnen leichter, Konsum und Werbeversprechen zu durchschauen und zu widerstehen. Außerdem lassen sich Jugendliche mit einem guten Selbstwert nicht so leicht von

einzelnen Personen oder Gruppen beeinflussen. Wer von seinen Stärken überzeugt ist und seine Bedürfnisse und Ziele kennt, bedarf nicht der ständigen Anerkennung durch andere.

„Individualpsychologische Faktoren wie Selbstvertrauen, die Fähigkeit, Belohnungen aufzuschieben, und Selbstkontrolle sind wichtige Schutzfaktoren“
(Meier Magistretti & Arnold 2013, S. 8ff)

Die Studie „Wirkt Schuldenprävention?“ belegt, dass psychologische Faktoren (wie oben bereits skizziert) neben dem reinen Finanzwissen einen großen Einfluss auf Finanzverhalten und somit auch auf mögliche Verschuldung haben.

Anmerkungen

„Nur wer sein Ziel kennt, findet den Weg.“

Laotse (6. oder 4.–3. Jh. v. Chr.), eigentlich Laozi, nur legendenhaft fassbarer chinesischer Philosoph

Wir alle haben Wünsche und Träume. Sie sind ein Teil von uns und regen unsere Fantasie an. Doch solange wir sie nicht in Ziele umwandeln, bleiben sie unerfüllt.

Ziele sind Zukunftsvorstellungen, für die wir konkrete Handlungen setzen müssen, um sie zu realisieren. Sie müssen kontinuierlich verfolgt werden, damit Wünsche zur Realität werden.

Ziele werden häufig unterteilt in:

- **Konkrete Handlungen** benötigen nur eine kurze Planungsdauer und sind rasch umsetzbar.
- **Etappenziele** sind zeitlich und inhaltlich genau umrissen und umfassen einen Zeitraum von ca. 2 bis 6 Monaten. Es sollten keine zu hoch gesteckten Ziele sein, damit sie motivierend wirken und realisierbar sind. Nur so sind Teilerfolge möglich.
- Langfristige Ziele müssen in sinnvolle **Teilziele** gegliedert sein. Wichtig dabei ist, Zwischenschritte klar festzulegen. Sie umfassen jeweils ca. 1 bis 3 Jahre.
- **Lebensziele** oder Fernziele werden auch als persönliches Leitbild bezeichnet und umfassen einen Zeitraum von 10 Jahren und mehr. Ein großes Lebensziel inspiriert uns, verlangt Konsequenz und die Entfaltung unserer Fähigkeiten.

Je genauer Jugendliche ihre Ziele kennen, desto leichter wird es ihnen fallen, entsprechende Handlungen zu planen und umzusetzen. Dabei ist darauf zu achten, dass sie ihre Ziele positiv und eindeutig formulieren (siehe Informationsblatt „Zielerreichung“).

Zur Zielformulierung wurden unterschiedliche Systematiken aufgestellt wie z.B. die SMART oder die AROMA-Formel.

Durch das Aufschreiben der Ziele wird aus den Gedanken eine konkrete Absicht und die Ziele gewinnen an Kraft und Bedeutung.

Zielpyramide



vgl. Braungardt, Luisa (2007). Den richtigen Umgang mit Geld lernen. Ein Arbeitsbuch für Schule und Jugendarbeit. Mülheim an der Ruhr: Verlag an der Ruhr.

Quellen und weitere Informationen

Fürs Leben lernen: Verbraucherbildung ist Zukunft.

www.verbraucherbildung.de/meldung/furs-leben-lernen-verbraucherbildung-ist-zukunft

Anmerkungen

Schulstufe

- Empfohlen für 8./9. Schulstufe

Fächerbezug

- Bildungs- und Berufsorientierung, Deutsch, Religion

Unterrichtsphase

- Einführung

Komplexitätsgrad

- Einfach

Anliegen

- Lebendige Einstiegsübung zur Reflexion persönlicher Ziele und Erwartungen
- Sie eignet sich aber auch als Abschlussübung

Kenntnisse und Fertigkeiten

- Spontan ein Ziel (mit Hilfe von Satzanfängen) fertig formulieren können

Dauer

- 10 bis 20 Min.

Unterrichtsmittel

- Material *Satzanfänge – Ziele* [1–2]

Informationen in Einfacher Sprache

- Bei Bedarf ist ein Text zum Thema **Wünsche und Ziele** in Einfacher Sprache auf der Website des Sozialministeriums verfügbar: www.konsumentenfragen.at/einfache-sprache

Vorbereitung

- Material *Satzanfänge – Ziele* [1–2] einmal kopieren und an den markierten Stellen in Streifen schneiden.

Ablauf

- Jede:r Schüler:in erhält einen Satzanfang.
- Nachdem festgelegt wurde, wer beginnt, liest eine Person ihren Satzanfang vor und übergibt ihn einer Kollegin oder einem Kollegen. Diese:r muss ihn so rasch wie möglich vervollständigen.
- Die Antworten werden nicht kommentiert.
- Anschließend liest jene:r Jugendliche einen Satzanfang vor, die:der gerade geantwortet hat.

Anmerkungen



Ziele sind wichtig, weil ...	Wenn ich arbeite, werde ich ...
Wer kein Ziel hat ...	Erfolg bedeutet für mich ...
In 3 Jahren möchte ich ...	In 10 Jahren werde ich ...
Mit 18 Jahren werde ich ...	Für die Erreichung eines wichtigen Zieles würde ich ...
Meine Fähigkeiten sind ...	Besonders toll finde ich Menschen, die ...
Wenn ich genug Geld habe, dann ...	Ich erreiche ein Ziel, indem ...
Glück bedeutet für mich ...	Mit einer guten Berufsausbildung ...



Wenn ich die Möglichkeit hätte ...	Am meisten interessiere ich mich ...
Verantwortung für mich zu übernehmen bedeutet ...	Besonders wichtig in meinem Leben ...
Ich träume davon ...	Mit 25 Jahren möchte ich ...
Für die Erreichung eines wichtigen Zieles würde ich ...	Meine 3 wichtigsten Stärken sind ...
Im Moment ist mein wichtigstes Ziel ...	Als Kind wollte ich immer ...
Um ein Ziel zu erreichen ...	Wenn ich einmal Geld habe ...
Ich freue mich ...	Mein größter Wunsch ist ...

Schulstufe

- Empfohlen für 8./9. Schulstufe

Fächerbezug

- Bildungs- und Berufsorientierung, Deutsch, Religion, Kunst und Gestaltung

Unterrichtsphase

- Erarbeitung

Komplexitätsgrad

- Mittel

Anliegen

- Lust auf Zukunft – Entwicklung eigener Visionen
- Erkennen der Eigenverantwortung bei der Umsetzung von Zielen
- Bedeutung von Geld und Finanzdienstleistungen für die persönliche Lebensplanung und die Realisierung von Konsumwünschen

Kenntnisse und Fertigkeiten

- Die persönlichen Zukunftsvorstellungen und Wünsche in Form einer Collage darstellen können
- Die persönlichen Zukunftsvorstellungen und Wünsche nach einigen Kriterien beurteilen und einordnen können (z.B. nach Priorität, finanzieller Möglichkeit, eigenem Engagement etc.)

Dauer

- 1. Unterrichtseinheit: 40 bis 60 Min.
- 2. Unterrichtseinheit: 10 bis 20 Min.

Unterrichtsmittel

- Arbeitsblatt *Wunschlebenslauf* [1]
- Unterschiedliche Zeitschriften und Werbespots (mit Häusern, Babys, Reisen, Familien, Autos, Möbeln, Berufssituationen ...)

- Kleber, Kreppband, Scheren, farbige Stifte

Informationen in Einfacher Sprache

- Bei Bedarf ist ein Text zum Thema **Wünsche und Ziele** in Einfacher Sprache auf der Website des Sozialministeriums verfügbar: www.konsumentenfragen.at/einfache-sprache

Vorbereitung

- Das Arbeitsblatt *Wunschlebenslauf* [1] auf A3 vergrößern und entsprechend der Schüleranzahl kopieren.

Ablauf**1. Unterrichtseinheit (40 bis 60 Min.):**

- Die Schüler:innen erhalten das Arbeitsblatt *Wunschlebenslauf*, das in die Bereiche Ausbildung/Beruf, Partnerschaft/Familie, Wohnen, Mobilität, Hobbys/Freizeit/Luxus gegliedert ist.
- Ihre Aufgabe ist, für jeden Lebensbereich Bilder auszuschneiden, die stellvertretend für ihre Wünsche und Träume stehen. Dabei wird unterschieden in jene Wünsche, die schon eher nahe sind (in 3 Jahren) und den Schüler:innen einfallen, und in Wünsche der weiteren Zukunft (in 10 Jahren, 2. Spalte).
- Eine mögliche Anleitung kann etwa so beginnen: „Welches Bild kommt euch in den Kopf, wenn ihr an euren Beruf denkt? Woran denkt ihr dann? Wo soll es hingehen? Sucht ein Bild, das diesen Wunsch für euch darstellt.“
- Um im Zeitrahmen zu bleiben, sollen die Jugendlichen angehalten werden, nicht nach „DEM perfekten Bild“ zu suchen. Das Bild soll für sie den Wunsch bestmöglich widerspiegeln.

- Die Bilder werden anschließend auf den Lebenslauf geklebt. Wird für einen Bereich kein entsprechendes Bild gefunden, kann es auch gezeichnet werden. Mindestens 50 % des Lebenslaufes sollen jedoch mit Bildern beklebt sein, da Bilder wesentlich besser im Unterbewusstsein verankert bleiben.

- ⇒ Welche Wünsche setzen Geld voraus und welche sind auch mit wenig oder keinem Geld umsetzbar?
- ⇒ Was können die Jugendlichen dazu beitragen, dass ihre Wünsche in Erfüllung gehen?
- ⇒ Welcher Wunsch ist in den nächsten 3 Jahren der wichtigste?

Modifiziert nach:

Stange, W. & Gnielczyk, P. (2000). Schuldenprävention. Eine Zukunftswerkstatt. Berlin: Verbraucherzentrale Bundesverband e. V. (Hg.).

Anmerkungen



Bild: SCHULDNERHILFE ÖÖ

- Wenn alle fertig sind, sammelt die Lehrkraft die Lebensläufe ein und hängt sie auf. Weitergearbeitet wird in der nächsten Unterrichtseinheit.

2. Unterrichtseinheit (10 bis 20 Min.):

- Es wird eine kleine Vernissage veranstaltet. Die Schüler:innen gehen im Raum umher und unterhalten sich unter Anleitung der Lehrkraft über folgende Fragen:
 - ⇒ Gibt es Gemeinsamkeiten in den verschiedenen Lebensläufen?

	In 3 Jahren = 20 ____, bin ich ____ Jahre alt.	In 10 Jahren = 20 ____, bin ich ____ Jahre alt.
Ausbildung, Beruf  Bild: Tim Reckmann/pixelio.de		
Partnerschaft, Familie  Bild: pikabay.com		
Wohnen  Bild: Thorben Wengert/pixelio.de		
Mobilität (Zug, Bus, Moped, Auto)  Bild: Thomas Max Müller/pixelio.de		
Hobbys, Luxus, Freizeit  Bild: Oliver Weber/pixelio.de		

Schulstufe

- Empfohlen für 8./9. Schulstufe

Fächerbezug

- Bildungs- und Berufsorientierung, Deutsch, Religion

Unterrichtsphase

- Erarbeitung

Komplexitätsgrad

- Mittel

Anliegen

- Zielentwicklung
- Formulieren der eigenen Wünsche und Ziele
- Kennenlernen von Strategien der Zielumsetzung
- Erkennen der Eigenverantwortung bei der Erreichung von Zielen

Kenntnisse und Fertigkeiten

- Den Unterschied von Wunsch und Ziel ausdrücken können
- In Partnerarbeit ein Ziel und die entsprechenden Teilziele sowie die dafür notwendigen konkreten Aktionen benennen und reihen können

Dauer

- 30 bis 40 Min.

Unterrichtsmittel

- Material *Ziellauf – los geht's!* (Beispiel Mopedführerschein) – *Auflösung* [1]
- Arbeitsblatt *Ziellauf – los geht's!* [1]
- Informationen *Zielerreichung* [1]
- A6-Kärtchen entsprechend der Schüleranzahl

Informationen in Einfacher Sprache

- Bei Bedarf ist ein Text zum Thema **Wünsche und Ziele** in Einfacher Sprache auf der Website des Sozialministeriums verfügbar: **www.konsumentenfragen.at/einfache-sprache**

Vorbereitung

- Das Arbeitsblatt *Ziellauf – los geht's!* [1] und die Informationen *Zielerreichung* [1] entsprechend der Schüleranzahl kopieren. Dabei evtl. den Ziellauf auf A3 vergrößern, da das Arbeiten dadurch leichter möglich ist.

Ablauf

- Die Schüler:innen bilden Paare und erhalten je 2 Kärtchen.
- Ihre Aufgabe ist es, den Unterschied zwischen Wünschen und Zielen zu erarbeiten und ihre Ideen jeweils auf einem Kärtchen zu notieren.
- Anschließend liest jedes Paar sein Ergebnis laut vor.
- Als nächsten Schritt erhalten die Schüler:innen die Informationen zur *Zielerreichung*. Die Lehrkraft lässt die einzelnen Punkte von verschiedenen Schüler:innen vorlesen und erörtert mit ihnen kurz den Inhalt.
- Damit die Jugendlichen die Aufgaben im Arbeitsblatt *Ziellauf – los geht's!* selbstständig erarbeiten können, geht die Lehrkraft exemplarisch anhand des Mopedführerscheinbeispiels (vgl. *Ziellauf – los geht's!* [Beispiel Mopedführerschein] – *Auflösung*) die einzelnen Punkte des Ziellaufs mit den Schüler:innen durch.
- Die Jugendlichen füllen anschließend in Einzelarbeit das Arbeitsblatt *Ziellauf – los geht's!* aus. Falls sie für ihren Ziellauf mehr Zwischenschritte benötigen, können sie diese selbstständig einfügen.

- Zum Abschluss dieser Übung bilden sie wieder Paare und stellen sich gegenseitig ihren persönlichen Ziellauf vor. Dabei sollen sie vorrangig darauf achten, wie eindeutig die einzelnen Schritte formuliert sind und wie realistisch die Zielerreichung ist.

Anmerkungen

Ziellauf – los geht's!

(Beispiel Mopedführerschein) – Auflösung

CO
OO

Material

1/1

Aufgabe

Um ein Ziel zu erreichen, musst du von deinem jetzigen Standort auf das Ziel zugehen. Entscheide dich für ein Ziel, das du spätestens in 1 bis 4 Jahren erreichen möchtest. Wenn du dazu noch mehr Zwischenschritte benötigst, füge sie selbstständig ein. Schreibe zuerst in das unterste Kästchen dein Ziel und beginne dann mit der obersten Hürde. **Los geht's!**



Was ist mein erster Schritt? – Zeitpunkt:

September 2025, Informationen einholen: Wann und wo ist der Kurs? Findet der Kurs in der Schule statt? Kosten erfragen! Angebote vergleichen!



Welche meiner Fähigkeiten/Eigenschaften helfen mir?

Durchhaltevermögen, Bereitschaft zu sparen, Selbstständigkeit ...



Brauche ich Unterstützung?

Die Unterschrift meiner Eltern, kleine Finanzhilfe (€ 50,00) der Großeltern



Etappenziel 1 – Zeitpunkt:

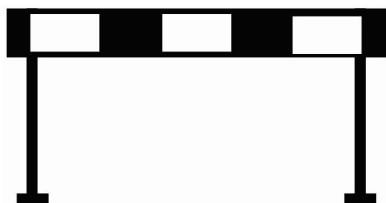
Jänner 2026, Kursanmeldung, Ausbildungskosten gesichert durch Sparen und Finanzhilfe der Großeltern



Was könnte mir schwerfallen bei der Umsetzung?

Welche meiner Fähigkeiten will ich verbessern?

Regelmäßiges Lernen, weniger Fortgehen und Fernsehen in dieser Zeit



Etappenziel 2 – was gibt mir Kraft bei der Zielerreichung?

Gute Vorbereitung, Vertrauen, dass ich die Prüfung bestehe



ZIEL

Formuliere dein Ziel eindeutig und positiv!

Ich bin im April 2026 stolze:r Besitzer:in des Mopedführerscheins!

WÜNSCHE UND ZIELE 8./9. Schulstufe

Bild: SCHULDNERHILFE OÖ

Aufgabe

Um ein Ziel zu erreichen, musst du von deinem jetzigen Standort auf das Ziel zugehen. Entscheide dich für ein Ziel, das du spätestens in 1 bis 4 Jahren erreichen möchtest. Wenn du dazu noch mehr Zwischenschritte benötigst, füge sie selbstständig ein. Schreibe zuerst in das unterste Kästchen dein Ziel und beginne dann mit der obersten Hürde. **Los geht's!**



Was ist mein erster Schritt? – Zeitpunkt:



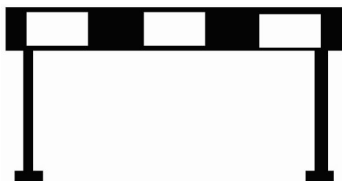
Welche meiner Fähigkeiten/Eigenschaften helfen mir?



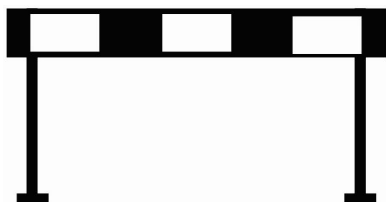
Brauche ich Unterstützung?



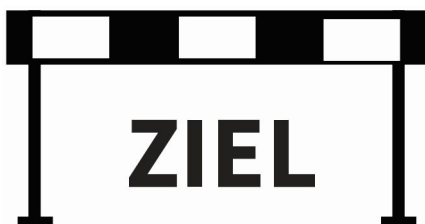
Etappenziel 1 – Zeitpunkt:



Was könnte mir schwerfallen bei der Umsetzung?
Welche meiner Fähigkeiten will ich verbessern?



Etappenziel 2 – was gibt mir Kraft bei der Zielerreichung?



Formuliere dein Ziel eindeutig und positiv!

Wir alle haben Wünsche und Träume. Sie sind ein Teil von uns und regen unsere Fantasie an. Doch solange wir sie nicht in Ziele umwandeln, bleiben sie unerfüllt. Folgende Punkte können dir bei der Erreichung deiner Ziele helfen:

WÜNSCHE/VISIONEN

Erkenne deine Wünsche und wandle sie in Ziele um. An deinen Zielen musst du regelmäßig arbeiten, damit deine Wünsche wahr werden.

ERREICHBAR

Ziele sollen nicht zu groß, aber auch nicht zu klein sein. Unterteile große und langfristige Ziele in sinnvolle Teilziele. Sortiere die Teilziele nach Wichtigkeit.

ÜBERPRÜFBAR

Formuliere deine Ziele so, dass du erkennst, ob und wann du sie erreicht hast. Sie sollen eindeutig und klar beschrieben sein.

AUFSCHREIBEN

Schreibe deine Ziele auf. Dadurch wird aus deinen Gedanken ein echtes Tun und dein Ziel gewinnt an Kraft und Bedeutung.

Z I E L E

MOTIVIEREND

Frage dich, was sich dadurch Gutes in deinem Leben verändert. Große Ziele erfordern Durchhaltevermögen.

EIGENVERANTWORTUNG

Lass dich nicht zu sehr von der Meinung anderer Personen beeinflussen. Konzentriere dich auf das, was du wirklich willst.

DER ERSTE SCHRITT

Lege die ersten Schritte fest. Erst durch wirkliche Handlungen nähert du dich deinem Ziel.

ZIELFORMULIERUNG

Formuliere dein Ziel immer positiv und in der Gegenwart. Und übrigens, hier stimmt das Sprichwort: „Übung macht den:die Meister:in!“

Schulstufe

- Empfohlen für 8./9. Schulstufe

Fächerbezug

- Bildungs- und Berufsorientierung, Deutsch, Religion, Kunst und Gestaltung

Unterrichtsphase

- Erarbeitung

Komplexitätsgrad

- Komplex

Anliegen

- Zielentwicklung
- Formulieren von konkreten Handlungen (Fernziel, Teilziele, konkrete Aktionen)
Erkennen der Eigenverantwortung bei der Erreichung von Zielen
- Sensibilisierung und Verdeutlichung von Hindernissen, von Unterstützungen etc.
- Erkennen der Eigenverantwortung bei der Erreichung von Zielen
- Verbindlichkeit durch einen Partner/Coach

Kenntnisse und Fertigkeiten

- Die persönlichen Zukunftsvorstellungen in Form einer Reise benennen und entwerfen können.
- Konkrete Entscheidungen und Handlungen daraus ableiten können

Dauer

- 30 bis 40 Min.

Unterrichtsmittel

- Arbeitsblatt *Zukunftsvision* [1]
- Material *Zukunftsvision* [1]
- evtl. Papier 160g/m²

Informationen in Einfacher Sprache

- Bei Bedarf ist ein Text zum Thema **Wünsche und Ziele** in Einfacher Sprache auf der Website des Sozialministeriums verfügbar: **www.konsumentenfragen.at/einfache-sprache**

Vorbereitung

- Das Arbeitsblatt *Zukunftsvision* [1] auf A3 in Schüleranzahl kopieren
- Einen Überblick über das Arbeitsblatt verschaffen (vgl. Hinweis und Auflösung *Zukunftsvision* [1])
- Das Material *Zukunftsvision* [1] kopieren und schneiden (evtl. auf Papier 160g/m² ausdrucken). Jede:r Schüler:in soll eine Reise-Checkliste erhalten.

Ablauf

- Die Schüler:innen erhalten das Arbeitsblatt *Zukunftsvision*.
- Nach Anleitung der Lehrkraft füllen die Schüler:innen die einzelnen Punkte am Arbeitsblatt aus (vgl. Hinweis).
- Nachdem die Reise und der Reiseablauf durchdacht wurden, folgt die Weiterarbeit am Kärtchen Reise-Checkliste (Material *Zukunftsvision*). Ergänzend zum Arbeitsblatt überlegt sich jede:r Schüler:in Punkte für die persönliche Reise-Checkliste. Darauf werden ca. 4–5 konkrete Tätigkeiten formuliert, die für die Reise (d.h. das konkrete Ziel) notwendig sind. Solche Tätigkeiten sind sehr individuell und abhängig vom formulierten Ziel: z.B. einen gewissen Betrag sparen, eine positive Note im Fach xy, Bewerbungen schreiben, Lehrstelle, eine gewisse Stundenanzahl Training und vieles mehr. Auch der gesteckte Zeitrahmen wird darauf vermerkt.
- Am Kärtchen Reise-Checkliste werden nun diese Tätigkeiten von den Schüler:innen formuliert.

- Damit den Gedanken eine stärkere Gewichtung und Verbindlichkeit zukommt, wird ein außenstehender Partner/Coach mit eingebunden. Dies kann eine Person außerhalb der Schule sein, zu der man ein gutes Gesprächs- und Vertrauensverhältnis hat (z.B. Eltern, Großeltern, Onkel, Tante, Nachbar:in, Freunde ...). Dieser Coach erhält die Checkliste sowie die darauf vermerkten Daten, bis wann die Tätigkeit erfüllt werden sollte.
- Die Reise-Checkliste wird gefaltet und einmal geklammert. Außen werden der Name sowie das Datum vermerkt, bis wann die erste Tätigkeit erledigt sein sollte.
- Der Coach erhält nun die Aufgabe, gut darauf aufzupassen und am Tag, der vorne festgehalten ist, die Checkliste wieder zurückzugeben.
- Ein Austausch mit der Vertrauensperson an diesem Tag wäre sinnvoll.

Hinweis:

- Am Arbeitsblatt wird die Struktur einer Zugreise verwendet, um die persönlichen Ziele aufzuarbeiten, z.B.
 - ⇒ Ticket = Reisestart, Jetzt-Zustand
 - ⇒ Koffer = was muss man konkret tun, um auf die Reise gehen zu können? Was benötigt man zum Starten?
 - ⇒ Schienen und Weichen = Reiseverlauf, wer gibt die Richtung vor? Was könnte vom Weg abbringen?
 - ⇒ Schaffnerkappe = Wer ist der Lokführer? Wer hilft beim Reisen? Wen könnte man um Unterstützung bitten?
- Sinnvoll ist eine systematische Anleitung beim Ausfüllen – unterstützend sind die Stationen aufsteigend nummeriert.
 - ⇒ Nr. 1/Ticket: Begonnen wird mit dem Bild des „Tickets“ – symbolisch für das „Jetzt“ – von hier geht die Reise los. Es werden die Startdaten (Name, Alter, Datum) eingetragen und überlegt, wohin die Reise gehen soll. Die Schüler:innen überlegen sich ein persönliches Ziel der nächsten zwei bis acht Jahre (z.B. Autokauf, eigene Wohnung, Lehrabschluss, Schulabschluss mit bestimmter Note, Aufnahme und Ausbildung an der Musicalschule ...). Dieses Ziel wird im Feld „Reiseziel“ auf dem Ticket eingetragen. Die nächsten Überlegungen gelten den Fragen entlang der Strecke (2–7):
 - ⇒ Nr. 2/Koffersymbol: Welchen Proviant/welches Gepäck benötigt man, d.h. was sollte mitgenommen werden? Welche Eigenschaften und Fähigkeiten helfen, um auf die Reise gehen zu können? Wer soll auf die Reise mitkommen = meine Begleitpersonen? Was sollte/will man noch schaffen, bevor es losgeht? und bis wann? Was könnten Gründe sein, dass man die Reise nicht antreten kann? Die Reise startet und die weiteren Stationen entlang der Strecke werden bearbeitet (nummeriert von 3 bis 7).
 - ⇒ Nr. 3/Steine: Gibt es Startschwierigkeiten oder Hindernisse am Start? Welche? Z.B. man ist weg von Zuhause, Freunde trifft man nur am Wochenende ...
 - ⇒ Nr. 4/Wie ist die Strecke?: Z.B. ist sie geradlinig und einfach zu bereisen oder ist die Strecke schlecht zu befahren und unkomfortabel? Z.B. Durch das selbstständige Einteilen der Stunden kommt man schnell vom Weg ab, klare Struktur durch das Internat ...
 - ⇒ Nr. 5/Schaffnerkappe: Wer ist der persönliche Lokführer? Welche Personen unterstützen? Z.B. man selber, die Eltern, Freunde ...
 - ⇒ Nr. 6/Weichen: Gibt es Weichen, d.h. mögliche Punkte, vom Weg abzukommen? Welche und wer hat diese gestellt? Z.B. zu häufiges Fortgehen, zu hohe Anforderungen der Schule, wenig Energie ...



- ⇒ Nr. 7/Signal: Was gibt Kraft, voranzukommen und das Ziel zu erreichen? z.B. Ehrgeiz, Freude, Wille, es zu schaffen ...
- ⇒ Nr. 8/Bahnhof = Zielstation. Abschließend wird der Zeitpunkt der Ankunft (Wann komme ich an?) im Feld am Bahnhof vermerkt. Auch am Ende der Strecke wird im Feld „Zielstation“ am Bahnhof nochmals das Ziel eingetragen. So ergibt sich ein durchgängiger Weg vom Start zum Ziel.
- ⇒ Empfehlenswert ist eine kurze persönliche Abschlussfrage wie z.B. Wie geht es dir, wenn dein Ziel erreicht ist?

Anmerkungen

MEIN ZUKUNFTSTICKET ★ ★ ★

REISEZIEL	ABFAHRT AM
NAME	ALTER
BEGLEITPERSON(EN)	

1. Was brauche ich zum Starten?

2. Welche Hindernisse gibt es beim Start?

3. Wie ist die Strecke?
Z.B.: der Weg ist einfach, holprig ...

4. Wer ist mein Lokführer, mein Mentor?

5. Gibt es Weichen, die mich vom Weg abbringen?

6. Was gibt mir Kraft voranzukommen?

7. ANKUNFT AM
ZIELSTATION

8.

Bild: artistkern.at

REISE-CHECKLISTE ★ ★ ★

Das brauche ich für meine Reise:

Datum:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Mein Partner/Coach:

.....

.....



Bild: © artistkern.at

REISE-CHECKLISTE ★ ★ ★

Das brauche ich für meine Reise:

Datum:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Mein Partner/Coach:

.....

.....



Bild: © artistkern.at

REISE-CHECKLISTE ★ ★ ★

Das brauche ich für meine Reise:

Datum:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Mein Partner/Coach:

.....

.....



Bild: © artistkern.at

REISE-CHECKLISTE ★ ★ ★

Das brauche ich für meine Reise:

Datum:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Mein Partner/Coach:

.....

.....



Bild: © artistkern.at

Schulstufe

- Empfohlen für 8./9. Schulstufe

Fächerbezug

- Bildungs- und Berufsorientierung, Deutsch, Religion

Unterrichtsphase

- Ergebnissicherung

Komplexitätsgrad

- Einfach

Anliegen

- Reflexion der erarbeiteten Themen über Wünsche und Ziele
- Erkennen der Eigenverantwortung bei der Realisierung von eigenen Wünschen und Zielen

Kenntnisse und Fertigkeiten

- Eigene Erfahrungen hinsichtlich der Wünsche und deren Erfüllung sowie Ideen zur konkreten Umsetzung mündlich beschreiben können

Dauer

- 10 bis 20 Min.

Unterrichtsmittel

- Material *Die unsichtbare Fessel* [1]

Vorbereitung

- Bei Bedarf die Geschichte entsprechend der Schüleranzahl kopieren (vgl. Material *Die unsichtbare Fessel* [1]).

Ablauf

- Die Lehrkraft liest der gesamten Klasse die Geschichte vor.
- Anschließend sollen die Jugendlichen sich

kurz Gedanken über die Bedeutung dieser Geschichte machen und wie diese mit dem erarbeiteten Thema Wünsche und Ziele in Verbindung gebracht werden kann (z.B. das Erkennen, dass sich Menschen bei der Erfüllung ihrer Wünsche oft selbst behindern und dass es viel an Eigenverantwortung sowie Mut braucht, um Ziele zu realisieren).

- Folgende Fragen sind dabei hilfreich:
 - ⇒ Habe ich selbst schon ähnliche Erfahrungen gemacht?
 - ⇒ Was kann ich tun, damit es mir nicht wie dem angeketteten Elefanten geht?
 - ⇒ Was kann ich von dieser Geschichte lernen?

Hinweis:

- Mögliche Interpretation der Geschichte: Auch wir Menschen haben oft viele unsichtbare Fesseln. Wie oft haben wir schon aufgegeben, weil uns etwas nicht gleich gelungen ist oder wir der Meinung waren, nicht klug, stark oder begabt genug zu sein? Wir glauben, vieles nicht zu können, nur weil wir ein oder mehrere Male daran gescheitert sind oder es uns nicht zugetraut wurde.

Es gibt jedoch Möglichkeiten, sich von seinen unsichtbaren Fesseln zu befreien. Dazu ist es wichtig herauszufinden, was man möchte und was man kann. Mit Mut und Eigenverantwortung lassen sich neue Wege beschreiten. Es ist empfehlenswert, es auszuprobieren.

Anmerkungen



Die Geschichte eines Elefanten

Elefanten sind die größten noch lebenden Landtiere. Ein Elefantenkalb wiegt bei seiner Geburt bis zu 100 kg. Seit jeher wurden Elefanten von Menschen wegen ihrer Klugheit und beeindruckenden Stärke als Nutztiere eingesetzt. So gibt es noch heute in Asien Elefantenschulen, in denen Elefanten für das Reiten, aber auch für die Arbeit abgerichtet werden.

Ein gut und langjährig ausgebildeter Elefant kann auf über 20 Kommandowörter reagieren. Bereits 2000 vor Christi Geburt wurden Elefanten erfolgreich gezähmt.

Aber wie erhielt der Mensch Oberhand über diese majestätischen Lebewesen?

Als ich vor einigen Jahren nach Sri Lanka auf Urlaub flog, spürte ich die Begeisterung für diese großen Dickhäuter. Bereits in der ersten Woche besuchte ich eine Elefantenschule. Ich war ganz aufgeregt.

Ich besichtigte das Gehege und konnte der Fütterung der Jungtiere beiwohnen. Kurz darauf begann eine Vorstellung, bei der ich auf eindrucksvolle Weise die Intelligenz und die Kraft dieser imposanten Tiere sehen konnte. Ein junger Tierpfleger leitete einen Elefanten an, mehrere Baumstämme zu heben und verschiedenen Anweisungen zu folgen.

Nach der Vorstellung wurde der Elefant wieder an einen kleinen Holzpflöck angekettet. Neugierig blieb ich stehen und betrachtete das Tier. Das eine Ende der Kette war an seinem Hinterfuß befestigt, das andere an dem winzigen Holzpflöck. „Wie kommt es, dass der Elefant nicht wegläuft?“, fragte ich mich, ohne den Blick von ihm abzuwenden. „Ich habe doch gerade gesehen, wie stark er ist! Warum reißt er nicht einfach diesen lächerlich kleinen Pflöck aus der Erde?“ Doch statt sich auf und davon zu machen, rührte sich der Elefant nicht vom Fleck und kaute genüsslich an einem Ast mit Blättern.

Ich zuckte mit den Schultern und wusste keine Antwort darauf und betrachtete ihn noch eine Weile kopfschüttelnd.

Was hält ihn davon ab, sich loszureißen und seines Weges zu gehen?

Ich sprach meine Gedanken laut aus und eine ältere Touristin konnte mir schließlich weiterhelfen. Sie war bereits zum 4. Mal in diesem Land und hatte sich dieselbe Frage schon vor Jahren gestellt.

Sie sagte: „Dieses Tier flieht nicht, weil es bereits als Kalb an einen Holzpflöck gekettet wurde. Damals reichten seine Kräfte noch nicht aus, um sich zu befreien. Mit Sicherheit hat der kleine Elefant es wieder und wieder versucht. Jeden Tag aufs Neue an seinen Fesseln gezerrt und gezogen. Aber irgendwann gab er auf und akzeptierte sein Schicksal. Er ist ein Gefangener, da er seit diesem Zeitpunkt seine Kraft nicht mehr erprobt hat. Er ist überzeugt, dass er sich nicht befreien kann.“ „Das könnte mir nicht passieren“, entgegnete ich ihr selbstbewusst. „Das ist eine gute Einstellung“, sagte die alte Dame und lächelte mich an.

Anmerkungen

Schulstufe

- Empfohlen für 8./9. Schulstufe

Fächerbezug

- Bildungs- und Berufsorientierung, Deutsch, Religion

Unterrichtsphase

- Ergebnissicherung

Komplexitätsgrad

- Mittel

Anliegen

- Erkennen der Eigenverantwortung bei der Realisierung von eigenen Wünschen und Zielen
- Auseinandersetzung mit dem persönlichen Stellenwert von Geld und Konsum

Kenntnisse und Fertigkeiten

- Eigene Erfahrungen und den eigenen Standpunkt zum Thema Konsum benennen und beschreiben können

Dauer

- 40 bis 60 Min.

Unterrichtsmittel

- Arbeitsblatt *Was mir in Zukunft wichtig ist ...* [1]
- Arbeitsblatt *Kaufrausch* [1–2]
- Tafel und Kreide

Vorbereitung

- Das Arbeitsblatt *Was mir in Zukunft wichtig ist ...* [1–2] und das Arbeitsblatt *Kaufrausch* [1] und das entsprechend der Schüleranzahl kopieren.

Ablauf

- Zu Beginn erhalten die Schüler:innen das Arbeitsblatt *Was mir in Zukunft wichtig ist ...*.
- Die Lehrkraft liest bei Bedarf das Arbeitsblatt gemeinsam mit den Schüler:innen durch. Eventuell werden noch gemeinsam Wörter ergänzt.
- Danach wählen die Schüler:innen drei Themen aus, die ihnen in Zukunft am wichtigsten sind und kreisen sie am Arbeitsblatt ein.
- Im Anschluss wird an der Tafel gesammelt, welche Themen ausgewählt wurden, und kurz reflektiert (z.B. Wie stellt ihr euch das konkret vor? Habt ihr euch schon Gedanken gemacht, wie ihr euch dies erfüllen könnt? usw.).
- Die Klasse teilt sich in Kleingruppen (zwei bis vier Personen). Dabei könnten z.B. jene Schüler:innen ein Team bilden, die gleiche Themen markiert haben; z.B. alle Schüler:innen, die „Gesundheit“ eingekreist haben, bilden ein Team.
- Gemeinsam erhalten sie das Arbeitsblatt *Kaufrausch* und lesen die Geschichte von Flora und Netti.
- Im Anschluss werden die angegebenen Arbeitsaufträge in der Kleingruppe ausgeführt.
- Die Lehrkraft gibt die Zeit vor und betreut die Gruppen bei Bedarf (ca. 20 bis 30 Min.).
- Variante: Die Teams dürfen die Klasse verlassen und z.B. bei Schönwetter im Garten oder in Aufenthaltsräumen (mit gemütlichen Sitzgelegenheiten) arbeiten. Wichtig ist die klare Vorgabe der Rückkehrzeit.
- Zum Schluss führt die Lehrkraft die Ergebnisse zusammen und greift Aspekte heraus, über die im Klassenverband gemeinsam philosophiert wird – es soll ein zwangloses Nachdenken über Fragen zum Konsum entstehen. Folgende Impulsfragen für die Großgruppe könnten gestellt werden:
⇒ Wie viel Konsum braucht der Mensch?

- ⇒ Wie viele Dinge braucht jede:r von uns?
- ⇒ Macht Geld glücklich?
- ⇒ Was sind wichtige/unwichtige Sachen, die wir uns leisten/kaufen/wünschen?

Hinweis: Wesentlich ist beim Philosophieren vor allem die Wohlfühl-Atmosphäre, also ohne Angst, Zwang oder Druck.

Die folgenden Videos eignen sich zur Weiterarbeit z.B. für anregende Diskussionen zum Thema Alltagsdilemma Konsum:

- „Auf welchen Tik Tok-Trend seid ihr reingefallen?“
<https://youtu.be/OB9yjohs4uk>
- „Kaufen wir zu viel?“
<https://youtu.be/vjFfVZpWVM8>

Zu finden auch unter COCO reels auf www.konsumentenfragen.at

Anmerkungen

im Ausland leben
 Freundinnen und Freunde
 Familie
 Unabhängigkeit
 Fitness
 Erfolg
 Reisen
 Demokratie
 Gemeinschaft
 gute Ausbildung
 kein Hass
 Auto
 Gesundheit
 soziales Engagement
 Urlaub
 Konsum
 Kinder
 Glück
 Religion
 ein zufriedenes Umfeld
 Fortschritt
 eigenes Haus mit Garten
 eigene Wohnung
 keine Sorgen
 viel Geld
 Freundschaft
 regelmäßige Arbeitszeiten
 Miteinander
 Friede
 Rücksicht
 interessante Arbeit
 Liebe
 Schönheit
 Reichtum
 Gerechtigkeit
 Karriere
 Studium
 Zufriedenheit
 Beruf
 genug Geld
 saubere und gesunde Umwelt



2.) **Überlegt gemeinsam:** Flora greift in Nettis Leben ein.

Was glaubt ihr: Hat sie das Recht dazu? Könnt ihr euch weitere Situationen vorstellen, in denen man für eine:n Freund:in oder Partner:in so handeln müsste/könnte? Gibt es Situationen, in denen man auf gar keinen Fall eingreifen darf?

3.) Beantworte **folgende Fragen für dich allein:**

- Wie viel Konsum brauche ich? (z.B. was kaufe ich gerne, wie oft, wo, mit wem ...)

- Was möchte ich zukünftig erreicht haben bzw. angeschafft haben? Was ist mir wichtig? Wie will ich sein? (z.B. Führerschein, fertige Ausbildung, Erfolg, Glück, ein eigenes Auto, Familie, Wohnung ...)

Heute _____

Morgen _____

In einem Jahr _____

In fünf Jahren _____

In zehn Jahren _____

- Was hat mit meinen obigen Antworten mit Geld zu tun? Was nicht? Markiere sie jeweils in zwei unterschiedlichen Farben.
- Wie könnte man sich selber vor unüberlegten Käufen/vor dem Kaufrausch schützen?

- Wie viel Konsum vertragen die Menschen/verträgt die Erde?

Studien und Forschungen der letzten Jahre versuchen immer wieder herauszufinden, welche Faktoren für das „Glücklich-Sein“ ausschlaggebend sind. Viele Menschen gehen davon aus, dass das Einkommen und der Lebensstandard DER Schlüssel zum Glück sind.

Die Wissenschaft liefert dazu folgende Überlegung:

Das „Easterlin-Paradox“ aus dem Jahr 1974 wies nach, „dass die Erhöhung des Bruttoinlandsprodukts positiv mit dem subjektiven Glücksgefühl korreliert, aber ab einer bestimmten Schwelle nicht mehr zwangsläufig mit einer Verbesserung des subjektiven Glücksgefühls einhergeht“.
(Quelle: Wikipedia, <https://de.wikipedia.org/wiki/Easterlin-Paradox>)

Der materielle Wohlstand, also Geld, gewährleistet somit nicht, ob man glücklich ist oder nicht. Ab einer gewissen Grenze steigert zusätzliches Geld das Glücksempfinden nicht (mehr).

Umgekehrt lässt sich festhalten, dass Arbeitslosigkeit, also nicht vorhandene Geldmittel wesentlich zur Lebensunzufriedenheit beiträgt.

„Wie neuere Untersuchungen aus dem Bereich der Positiven Psychologie zeigen, hängt es jedoch auch in hohem Maß von unseren Genen ab, ob wir mit unserem Leben tendenziell zufrieden oder unzufrieden sind.“
(www.spektrum.de/magazin/wovon-unsere-lebenszufriedenheit-abhaengt/1188725)

Hans Georg Neuweg (2018) nennt in seinem Streifzug durch empirische Befunde der Glücksforschung folgende mögliche Faktoren, die das persönliche Glück bzw. die persönliche Zufriedenheit beeinflussen:

- ⇒ materieller Wohlstand
- ⇒ Gesundheit und körperliches Wohlbefinden
- ⇒ sinnstiftende Arbeit, Abwesenheit von Arbeitslosigkeit

- ⇒ Erlebnisse positiver und negativer Art
- ⇒ Gene
- ⇒ soziodemographische Merkmale (Alter, Geschlecht, Bildung, Religionszugehörigkeit, Familienstand)
- ⇒ Selbststeuerungstechniken, Verhalten
- ⇒ soziale Faktoren (Liebe, Partnerschaft, Familie, Freundschaft, soziale Beziehungen)

Quellen und Links:

Easterlin-Paradox

<https://de.wikipedia.org/wiki/Easterlin-Paradox>

Widerspruch zum Easterlin-Paradox

www.derstandard.at/story/2000123447905/studie-geld-macht-gluecklich-aber-gibt-es-einen-grenzwert

Dokumentation Geld.Macht.Glück

www.ardmediathek.de/video/rabi-at-by-y-kollektiv/geld-macht-glueck/ard/Y3JpZDovL3JhZGlvYnJlbWVuLmRIL2RkOTBkY-zk5LTM0NDItNGlyNi05YTJLTc5MGE4ZDg1ZWU-3ZI9lcGlzb2RIL3VybjphcmQ6c2hvdzplMWM-3NTc0YjYwZDVjODAO

Interview mit dem Glücksforscher Mathias Binswanger

www.tagblatt.ch/leben/geld-allein-macht-nicht-gluecklich-aber-was-dann-herr-gluecksforscher-ld.1352352

Interview mit dem Postwachstumsökonom Niko Paech „Warum wir konsumieren und warum Konsum nicht glücklich macht“, online unter www.youtube.com/watch?v=phKxHjmjUOM

Neuweg, Georg Hans (2018): Was Wirtschaft und Glück (nicht) miteinander zu tun haben.
www.isbe.at/uploads/media/2018_03_05_ISBE_Glueckneuweg.pdf

Zeit	Ablauf/Methode	Unterrichtsmittel
10' bis 20'	1. Satzanfänge – Ziele Dieses Spiel steigt in diesen Themenbereich auf eine lebendige Weise ein und regt die Jugendlichen zur persönlichen Reflexion über Ziele, Wünsche und Erwartungen an. ☺ Jede:r Jugendliche bekommt einen Satzanfang, liest ihn vor und überreicht ihn einer Kollegin oder einem Kollegen. Diese:r muss ihn so rasch als möglich vervollständigen.	Methode: ⇒ <i>Satzanfänge – Ziele [1]</i> Material: ⇒ <i>Satzanfänge – Ziele [1-2]</i>
40' bis 60'	2. Wunschlebenslauf Ziel dieser Methode ist, den Jugendlichen auf eine sehr kreative Weise Lust auf ihre Zukunft zu machen; sie erkennen zu lassen, dass Eigenverantwortung ein Schlüssel für die Umsetzung ihrer Ziele ist und dass die Realisierung von (Lebens-)Wünschen mit einer persönlichen Lebensplanung eng verknüpft ist. ☺ Die Aufgabe der Schüler:innen ist, sich über ihre Zukunft in 3 Jahren und in 10 Jahren ihr eigenes „Bild“ zu gestalten. Aus verschiedenen Zeitschriften und Werbeprospekten schneiden die Jugendlichen passende Bilder für ihren Wunschlebenslauf aus und kleben sie zu den Bereichen Ausbildung und Beruf, Partnerschaft und Familie, Wohnen und Lebensraum, Mobilität, Freizeit und Hobbys. Die fertigen Collagen werden im Klassenraum aufgehängt. ☺ Nach der Pause bzw. in der nächsten Einheit wird mit dem Wunschlebenslauf weitergearbeitet.	Methode: ⇒ <i>Wunschlebenslauf [1-2]</i> Arbeitsblatt: ⇒ <i>Wunschlebenslauf [1]</i>
	Ende der ersten Einheit/Pause	

Zeit	Ablauf/Methode	Unterrichtsmittel
10' bis 20'	Ad 2.: Vernissage – Wunschlebenslauf ☺ Es wird ein kurzer Rundgang zu den einzelnen Plakaten gemacht. Die Schüler:innen sollen sich über gefundene Gemeinsamkeiten unterhalten und herausfinden, welche Wünsche mit viel Geld und welche mit wenig bzw. keinem Geld verbunden sind. ☺ Im Anschluss daran sollen sie sich den wichtigsten Wunsch, den sie in den nächsten 3 Jahren haben, aussuchen → Überleitung zu 3. Ziellauf – los geht's!	⇒ Fertig gestaltete Collagen – Wunschlebenslauf
30' bis 40'	3. Ziellauf – los geht's! Den Wunsch zum Ziel zu machen, ist oftmals nicht einfach. In dieser Aufgabe wird mit den Schüler:innen das Entwickeln und Formulieren eines konkreten Zieles geübt. Exemplarisch am Erwerb des Mopedführerscheins erarbeitet die Klasse einen gemeinsamen „Probeziellauf“, bevor die Schüler:innen alleine an den „Start“ gehen und ihr persönliches Ziel verfassen. ☺ An der Tafel zeichnet die Lehrkraft einen Ziellauf. Gemeinsam wird dieser mit den Schüler:innen erarbeitet und nachvollzogen. Erst im Anschluss daran nimmt jede:r ihren:seinen eigenen Wunsch und versucht, ihn für sich zu formulieren.	Methode: ⇒ Ziellauf – los geht's! [1-2] Material: ⇒ Ziellauf – los geht's! (Beispiel Mopedführerschein) – Auflösung [1] Arbeitsblatt: ⇒ Ziellauf – los geht's! [1] Informationen: ⇒ Zielerreichung [1]
10' bis 20'	4. Die unsichtbare Fessel – eine Reflexionsgeschichte Die Schüler:innen werden mit dieser Geschichte abschließend zur Reflexion angeregt. Die Erarbeitung der Hauptaussagen (das Erkennen, dass sich Menschen bei der Erfüllung ihrer Wünsche oft selbst behindern und dass es viel an Eigenverantwortung braucht, um Ziele zu realisieren) dieser Erzählung stellt den Abschluss des Themenbereiches dar. ☺ Die Lehrkraft liest den Jugendlichen die Geschichte vom angeketteten Elefanten vor und regt sie zu eigenen Gedanken und kurzer Diskussion an.	Methode: ⇒ Die unsichtbare Fessel [1] Material: ⇒ Die unsichtbare Fessel [1]

Medieninhaber und Herausgeber:

Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz

Stubenring 1

1010 Wien

Telefon: +43 1 7 11 00 – 862501

Für den Inhalt verantwortlich:

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz

Sektion Konsumentenpolitik und Verbrauchergesundheit

Stubenring 1

1010 Wien

E-Mail: verbraucherbildung@sozialministerium.at

Erstellt von:**SCHULDNERHILFE OÖ**

Stockhofstraße 9

4020 Linz

Telefon: +43 732 77 77 34

E-Mail: linz@schuldner-hilfe.at

Web: www.schuldner-hilfe.at

Herstellungsort: Wien.

Alle Rechte bleiben vorbehalten.

Ein Nachdruck ist ausschließlich zu nichtkommerziellen Zwecken und nur unter Quellenangabe gestattet.

Bildnachweis: Wie jeweils angeführt. Alle Rechte vorbehalten. (Auch Titelfeld.)

Haftungsausschluss:

Die Informationen der Unterlagen wurden sorgfältig geprüft und recherchiert. Es wird jedoch keine Gewährleistung für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Inhalte übernommen.

Haftung für Links:

Es wird darauf hingewiesen, dass wir auf Inhalte angeführter Links keinen Einfluss haben und daher auch keine Haftung dafür übernehmen können. Diese Links wurden sorgfältig geprüft und werden regelmäßig aktualisiert. Jedoch kann keine Gewährleistung dafür übernommen werden, dass alle Angaben zu jeder Zeit vollständig, richtig und in letzter Aktualität dargestellt sind. Dies gilt insbesondere für alle Verbindungen („Links“) zu anderen Websites, auf die direkt oder indirekt verwiesen wird.