

Kompetenzraster

Kompetenz und Kompetenzstufen

5.1 Die S können eigene Ressourcen wahrnehmen, einschätzen und einbringen.
5.1.a Die S können ihre Erfahrungen und Interessen einbringen, ihre Stärken und Talente beschreiben und sich in verschiedenen Situationen entsprechend vorstellen. → Stärken, Talente, Entwicklung
5.1.b Die S kennen Möglichkeiten, mit Spannungssituationen und Stress umzugehen. → Erholung, Entspannung, Planungshilfen, Lerntechniken
5.1.c Die S kennen Anlaufstellen für Problemsituationen und können sie bei Bedarf konsultieren. → Beratung, Therapie, Selbsthilfe
5.1.d Die S können Träume und Sehnsüchte wahrnehmen, Vorstellungen ihrer Zukunft äussern und ihre Umsetzbarkeit reflektieren.

5.2 Die S können Geschlecht und Rollen reflektieren.
5.2.a Die S können Erfahrungen und Erwartungen in Bezug auf Geschlecht und Rollenverhalten in der Gruppe formulieren und respektvoll diskutieren.
5.2.b Die S können Darstellungen von Männer- und Frauenrollen sowie Sexualität in Medien auf Schönheitsideale und Rollenerwartungen analysieren und Diskriminierungen aufgrund des Geschlechts oder der sexuellen Orientierung kritisch betrachten.
5.2.c Die S kennen Faktoren, die Diskriminierung und Übergriffe begünstigen, und reflektieren ihr eigenes Verhalten. → Klischee, Vorurteile, Abhängigkeit, Übergriffe

5.3 Die S können Beziehungen, Liebe und Sexualität reflektieren und ihre Verantwortung einschätzen.
5.3.a Die S reflektieren eigene Erwartungen und Ansprüche in ihrem Umfeld an Beziehungen, Freundschaften, Partnerschaft und Ehe. → Freundschaft, Partnerschaft, Ehe
5.3.b Die S verbinden Sexualität mit Partnerschaft, Liebe, Respekt, Gleichwertigkeit und Gleichberechtigung und können sexuelle Orientierungen nichtdiskriminierend benennen. → Hetero-, Homosexualität, sexuelle Orientierung
5.3.c Die S kennen ihre Rechte im Umgang mit Sexualität und respektieren die Rechte anderer. → Selbstbestimmung, Schutzalter, Missbrauch, Schutz vor Abhängigkeit und Übergriffen
5.3.d Die S können Verhaltensweisen und ihre Auswirkungen im Bereich Sexualität kritisch beurteilen. → Risiken, Pornografie, Promiskuität, Prostitution

Themenkreise und Kapitel im Lehrmittel

1 Meine Ressourcen – meine Stärken
1.1 Wer bin ich? Wer bist du? Persönlichkeitsprofil (Interessen, Stärken und Entwicklungsfelder), Fremd- und Selbstbild
1.2 Stressig ist Essig Umgang mit Stress, Strategien gegen Lernstress
1.3 Aus Schwierigkeiten herausfinden Umgang mit schwierigen Situationen, Hilfsangebote kennen
1.4 Davon träume ich Sehnsüchte und Träume, Lebensziele und Visionen

2 Geschlecht und Rollen
2.1 Rollenverhalten unter der Lupe Rollenbilder und Rollenverhalten, Gleichberechtigung
2.2 Trans* und Inter* Geschlechtsidentitäten, Trans*, Inter*
2.3 Im Rampenlicht Schönheitsideale, Männer- und Frauenbilder in den Medien
5.2.c wird in den Kapiteln 2.1, 3.3, 3.4, 4.4, 5.4 behandelt.

3 Beziehungen, Liebe und Sexualität
3.1 Träume und Erwartungen Beziehungen und Beziehungsformen, Erwartungen an eine Liebesbeziehung, Erwartungen aus dem Umfeld, verschiedene Lebensformen
3.2 Liebe und Sexualität Verhalten in Liebesbeziehungen, Beziehung und Sexualität, sexuelle Orientierung, Coming-out, Umgang mit Enttäuschungen, Liebesbeziehungen fair beenden
3.3 Meine Rechte – deine Rechte Rechte im Umgang mit Sexualität (sexuelle Selbstbestimmung, Schutzalter, sexuelle Belästigung und Gewalt, Zugang zu Verhütungsmitteln, Schutz vor sexuell übertragbaren Infektionen, Rechte bei einer Schwangerschaft, Heirat, Zwangsheirat, Beschneidung usw.)
3.4 Wie entscheidest du dich? Verantwortungsvoller Umgang mit Sexualität, Gewalt in Liebesbeziehungen, Promiskuität, Pornografie, Prostitution

Kompetenz und Kompetenzstufen

5.4 Die S können Gemeinschaft aktiv mitgestalten.
5.4.a Die S lernen Gefühle und Bedürfnisse zu achten, Spannungen wahrzunehmen und wo nötig auszuhalten.
5.4.b Die S können Anerkennung aussprechen und Rückmeldungen wertschätzend anbringen.
5.4.c Die S können Zuständigkeiten aushandeln und vereinbaren und sich verantwortlich für die Gemeinschaft engagieren.
5.4.d Die S können vereinnahmende Einflüsse auf mögliche Ursachen analysieren und sich abgrenzen.

5.5 Die S können verschiedene Lebenslagen und Lebenswelten erkunden und respektieren.
5.5.a Die S können Menschen in verschiedenen Lebenslagen und Lebenswelten wahrnehmen sowie über Erfahrungen, Bedürfnisse und Werte nachdenken.
5.5.b Die S können Anteil nehmen, wie Menschen mit schweren Erfahrungen und Benachteiligungen umgehen, indem sie ihre Perspektive einnehmen.
5.5.c Die S können anhand von Beispielen Familiengeschichten in einen grösseren Zusammenhang einordnen und reflektieren, wie dies die Familienmitglieder geprägt hat.
5.5.d Die S können Vorurteile, Stereotype, Feindbilder und Befürchtungen auf ihre Ursachen hin analysieren.
5.5.e Die S können den gesellschaftlichen und politischen Umgang mit Andersdenkenden und Minderheiten diskutieren.

5.6 Die S können Anliegen einbringen, Konflikte wahrnehmen und mögliche Lösungen suchen.
5.6.a Die S können eigene Anliegen vertreten und Anliegen anderer zur Meinungsbildung und zu Entscheidungen in Gruppen einbeziehen.
5.6.b Die S können mögliche Ursachen und Folgen von Aggression im alltäglichen Erleben erläutern und reflektieren. → Aggression
5.6.c Die S kennen Diskussionsformen und Kommunikationsregeln und können diese anwenden. → Aussprache, Rollengespräch, Debatte¹, Kommunikationsregeln
5.6.d Die S können verschiedene Wege der Konfliktbewältigung erwägen und Scheinlösungen erkennen. → Konfliktlösung, Ausgleich, Mediation, Abstimmung

Themenkreise und Kapitel im Lehrmittel

4 Gemeinschaft mitgestalten
4.1 Ein gutes Gruppenklima Ein gutes Klassen- und Gruppenklima, Umgang mit Spannungen
4.2 Anerkennung und Kritik Feedbacks geben und erhalten, Anerkennung zeigen
4.3 Mitbestimmen – mitwirken Engagement in Gruppen, Zuständigkeiten, Teamstärken und Teamschwächen
4.4 Beeinflusst!? Beeinflussungen wahrnehmen, Gruppendruck, Mobbing, extreme Gruppierungen

5 Lebenswelten
5.1 Auf Entdeckungsreise Lebenswelten von Jugendlichen, von Menschen mit Behinderungen, von älteren Menschen, Zusammentreffen verschiedener Kulturen, Zugehörigkeit und Heimat
5.2 Schwere Zeiten Einschneidende Erfahrungen (Todesfall, Flucht, schwere Krankheit)
5.3 Familiengeschichten Familiengeschichten, Migration, gesellschaftlicher Wandel
5.4 Vorurteile abbauen Umgang mit Klischees und Vorurteilen, Feindbilder, Rassismus
5.5 Umgang mit Minderheiten Umgang mit Minderheiten, nationale Minderheiten am Beispiel der Jenischen

6 Miteinander reden – konfliktfähig werden
6.1 Meine Anliegen – deine Anliegen Gesprächsregeln, Anliegen vertreten, Rollengespräche (Perspektivenwechsel)
6.2 Das macht mich aggressiv Aggressives Verhalten (positiv – negativ), Ursachen und Folgen von Aggressionen, Umgang mit Aggressionen, sich wehren – Hilfe holen, Zivilcourage
6.3 Verstanden!? Non- und paraverbale Signale beim Kommunizieren, argumentieren, die vier Aspekte einer Mitteilung, Umgang mit Missverständnissen
6.4 Konflikte fair austragen Konfliktkarte, Aussprache, Schritte zur Konfliktlösung, Konflikte entschärfen, Mediation, echte Konfliktlösungen von Scheinlösungen unterscheiden

■ Verbindliche Inhalte ■ Grundansprüche bis Ende 9. Schuljahr ■ Erweiterte Ansprüche
 ••• Orientierungspunkte für Kompetenzstufen, die bis Mitte des 8. Schuljahres bearbeitet werden müssen
¹wird im Deutschunterricht behandelt