



# Mein Lebensfluss II

## 🎯 Ziele

### ► Formulierung von Lebensplänen und Zukunftswünschen

Die Tln. überlegen sich, wie ihr zukünftiges Leben in den Bereichen Alltag, Familie, Arbeit und Interessen in 10 Jahren aussehen wird.



ab Klasse 8  
Fachbezug: Fremdsprachen,  
Philosophie, Sozialkunde



Klassenraum und zweiter Raum (evtl.  
Flur, Mobiliar an der Seite)



eine Lehrkraft und ein/e Schulsozial-  
arbeiter\*in oder zwei Lehrkräfte



Vorbereitung: 15 Min.  
Durchführung: 45 Min.



- je Tln.:
  - 1 AB „Mein Lebensfluss II“
  - 1 Stift
- je Gruppe (Klassenhälfte):
  - 1 Seil (ca. 6 m; alternativ Kreide)
  - 6 Moderationskarten (beschriftet mit Fragestellungen)



Einzelarbeit, Gruppe, Plenum

Diese Aufgabe besteht aus zwei Teilaufgaben und einer anschließenden Reflexion. In Teilaufgabe 1) wird die Klasse in zwei Gruppen geteilt. An einem mit Seil oder Kreide erstellten „Lebensfluss“ blicken die Tln. an unterschiedlichen „Stationen“ in ihre ideale Zukunft.

Diese Vorstellungen werden in Teilaufgabe 2) schriftlich auf dem AB „Mein Lebensfluss II“ festgehalten.

Es schließt sich eine Reflexion an.

## 1 Vorbereitung

Für alle Tln. wird das AB „Mein Lebensfluss II“ kopiert.

Zwei lange Seile werden bereitgehalten.

Zwei Sätze Moderationskarten werden mit je einer der folgenden Fragen beschriftet:

- „Wo lebe ich?“
- „Mit wem lebe ich zusammen?“
- „Was mache ich gern?“
- „Als was arbeite ich?“
- „Wo arbeite ich?“
- „Wofür möchte ich mich einsetzen?“

In den Räumlichkeiten wird das Mobiliar an die Seite geräumt.

## 2 Anmoderation der Aufgabe

„Stellt euch vor, ihr könnt in die Zukunft schauen und einen Blick auf euer Leben in zehn Jahren werfen. Wie alt werdet ihr dann sein? Was meint ihr, wie sieht euer Leben dann aus? Was wird sich verändert haben? Wir nehmen uns jetzt die Zeit, darüber nachzudenken.“

## Mein Lebensfluss II

---

### 3 Verlauf

Die Klasse wird in zwei Gruppen geteilt.

Eine Gruppe verlässt zusammen mit der/dem Schulsozialarbeiter\*in bzw. einer zweiten LK den Raum und arbeitet in einem anderen Raum bzw. im Flur. Die andere Gruppe arbeitet im Klassenraum.

Beide Gruppen arbeiten parallel an der gleichen Aufgabenstellung.

Das Seil wird in der Mitte des Raumes als „Fluss“ ausgelegt. (Alternativ kann ein „Kreidefluss“ auf den Fußboden gezeichnet werden.)

Die beschrifteten Moderationskarten werden an den „Fluss“ gelegt.

Die LK geht gemeinsam mit der Gruppe von Karte zu Karte und alle Tln. überlegen sich Antworten auf die einzelnen Fragen.

Es geht darum, dass sich die Tln. möglichst gut in diese „Stationen“ einfühlen können, sich genaue Vorstellungen zu den nachfolgenden Bereichen machen. An jeder „Station“ wird den Tln. Zeit gegeben, sich Gedanken zu machen und sich anschließend untereinander auszutauschen:

- Lebensort: „Wo wirst du in zehn Jahren leben? Wie sieht es hier aus? Wie riecht es hier? Was ist zu hören? Was ist in der Nähe?“
- Zusammenleben: „Mit wem lebst du zusammen? Warum?“
- Beschäftigung/Tätigkeiten: „Wie verbringst du deinen Tag? Was machst du gerne?“
- Arbeit: „Womit wirst du dein Geld verdienen? Was wirst du arbeiten? Wie lange wirst du täglich arbeiten?“
- Arbeitsort: „Wo arbeitest du? Wie sieht dein Arbeitsplatz aus? Musst du pendeln oder kannst du zu Fuß zur Arbeit gehen?“
- Engagement: „Wofür brennst du? Was liegt dir am Herzen? Wofür möchtest du dich freiwillig einsetzen?“

Nach dem gemeinsamen Austausch kehren die Tln. zu ihrem Platz zurück und notieren ihre Antworten auf dem AB „Mein Lebensfluss II“.

### V Möglichkeiten der Variation

Schnell arbeitende Tln. gestalten das AB „Mein Lebensfluss II“ farbig und können weitere Grafiken hinzufügen.

### 4 Reflexion der Aufgabe und des Ergebnisses

Beide Gruppen kommen zusammen.

Folgende Fragen bieten sich zur Bearbeitung im Plenum an:

- „Wie ging es euch beim Beantworten der Fragen an den einzelnen ‚Stationen‘?“
- „Welche Fragen fandet ihr leicht, welche schwer? Woran könnte das liegen?“
- „Wovon hängt es ab, dass eure Zukunftsvorstellungen eintreffen?“
- „Was könnt ihr diesbezüglich selbst beeinflussen?“

### 5 Ergebnissicherung

Das AB „Mein Lebensfluss II“ wird im Berufswahlportfolio abgeheftet.

### 6 Nachbereitung und Optionen für die Weiterarbeit

Das AB „Mein Lebensfluss II“ ist die Grundlage für die Aufgabe „Mein Lebensfluss III“, welche in Klasse 9 durchgeführt wird.

*Achten Sie darauf, die Antworten der Tln. wertschätzend anzunehmen und nicht zu beurteilen!*

Idee:

AG SELFIE,

Anmerkung: Die Idee des Lebensfluss-Modells geht auf Peter Nemetschek zurück.