



## Das Klaviermodell

### Zielgruppe

- 2./3. Zyklus

### Kompetenzen

- SuS setzen sich mit ihren individuellen Strategien auseinander, die im Umgang mit Krisen, Problemen oder unangenehmen Gefühlen hilfreich sein können.
- SuS erweitern ihr Bewältigungsrepertoire in dem sie Strategien der anderen SuS kennenlernen.



### Arbeits- und Sozialformen

- Einzelarbeit
- Gruppenarbeit
- Diskussion im Plenum

### Zeitfenster

- 1 Lektion

### Vorbereitung/Material

- Vorlage «Klaviermodell-Kärtchen»
- Vorlage «Klaviermodell»

### Ablauf

Zeit	Inhalt	Material
5'	<p><u>Einführung</u></p> <p>Beim Klaviermodell stehen die einzelnen Tasten des Klaviers symbolisch für unterschiedliche Möglichkeiten, die zur Bewältigung von herausfordernden Situationen und Gefühlen eingesetzt werden können. Beispiele sind sportliche Betätigung, Gespräche mit anderen führen, Musik hören, usw.</p> <p>Wenn beim Klavierspielen nur noch wenige Tasten benutzt werden (können), wird die Melodie immer eintöniger. Je vielfältiger die persönliche Tastatur ist, desto mehr Möglichkeiten hat man alltägliche Herausforderungen zu meistern.</p>	

Zeit	Inhalt	Material
10'	<p><u>Persönliche Reflexion</u></p> <p>Im ersten Schritt setzen sich alle SuS mit ihren persönlichen Strategien auseinander. Dazu erhalten sie je 1 Kärtchen mit einer «Wenn ich...» Aussage (siehe Vorlage).</p> <p>Dabei wählt die LP so viele Kärtchen aus, wie es im Anschluss Gruppen geben soll. Es macht für diese Übung Sinn, Kärtchen mit schwierigen Gefühlen auszuwählen.</p> <p>Nun notieren sich alle SuS in Einzelarbeit alles, was ihnen dazu in den Sinn kommt. Dazu kann z.B. 5' ruhige Musik abgespielt werden.</p>	<p>1 «Klaviermodell-Kärtchen» pro SuS</p> <p>Ev. ruhige Musik</p>
15'	<p><u>Austausch in der Gruppe</u></p> <p>Im nächsten Schritt finden sich die SuS in Gruppen zusammen, die das gleiche «Klaviermodell-Kärtchen» haben.</p> <p>Nun werden die individuellen Strategien ausgetauscht und auf einem gemeinsamen «Klaviermodell» festgehalten. Ähnliche Antworten werden dabei in Kategorien zusammengefasst.</p>	<p>«Klaviermodell»</p> <p>1 leere Vorlage pro Gruppe</p>
20'	<p><u>Austausch im Plenum</u></p> <p>Zum Abschluss werden die Klaviermodelle im Klassenzimmer aufgehängt und die Gruppen stellen sich gegenseitig die erarbeiteten Strategien vor.</p> <p>Schlussreflexion:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was fällt euch bei diesen Strategien auf? Unterschiede, Ähnlichkeiten?</li> <li>• Was hat dich erstaunt im Austausch mit anderen SuS?</li> <li>• Was kannst du von anderen SuS lernen?</li> <li>• Welche «neuen» Strategien möchtest du zukünftig ebenfalls anwenden? Wie gelingt dir das?</li> <li>• ...</li> </ul>	
	<p><u>Variante</u></p> <p>Zum Abschluss können sich die SuS auch ein persönliches «Klaviermodell» zusammenstellen mit Strategien, die ihnen in herausfordernden Situationen helfen können und die sie sich merken möchten.</p>	

## Quelle

- Suchtprävention in der Schule. Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur. Wien, 2012.  
Download (21.07.2022):  
[https://www.praevention.at/fileadmin/user\\_upload/09\\_Infobox/Infomaterialien/Unterrichtsmaterial/Lehrerhandbuch\\_Version2012.pdf](https://www.praevention.at/fileadmin/user_upload/09_Infobox/Infomaterialien/Unterrichtsmaterial/Lehrerhandbuch_Version2012.pdf)

## „Klaviermodell“ – Kärtchen

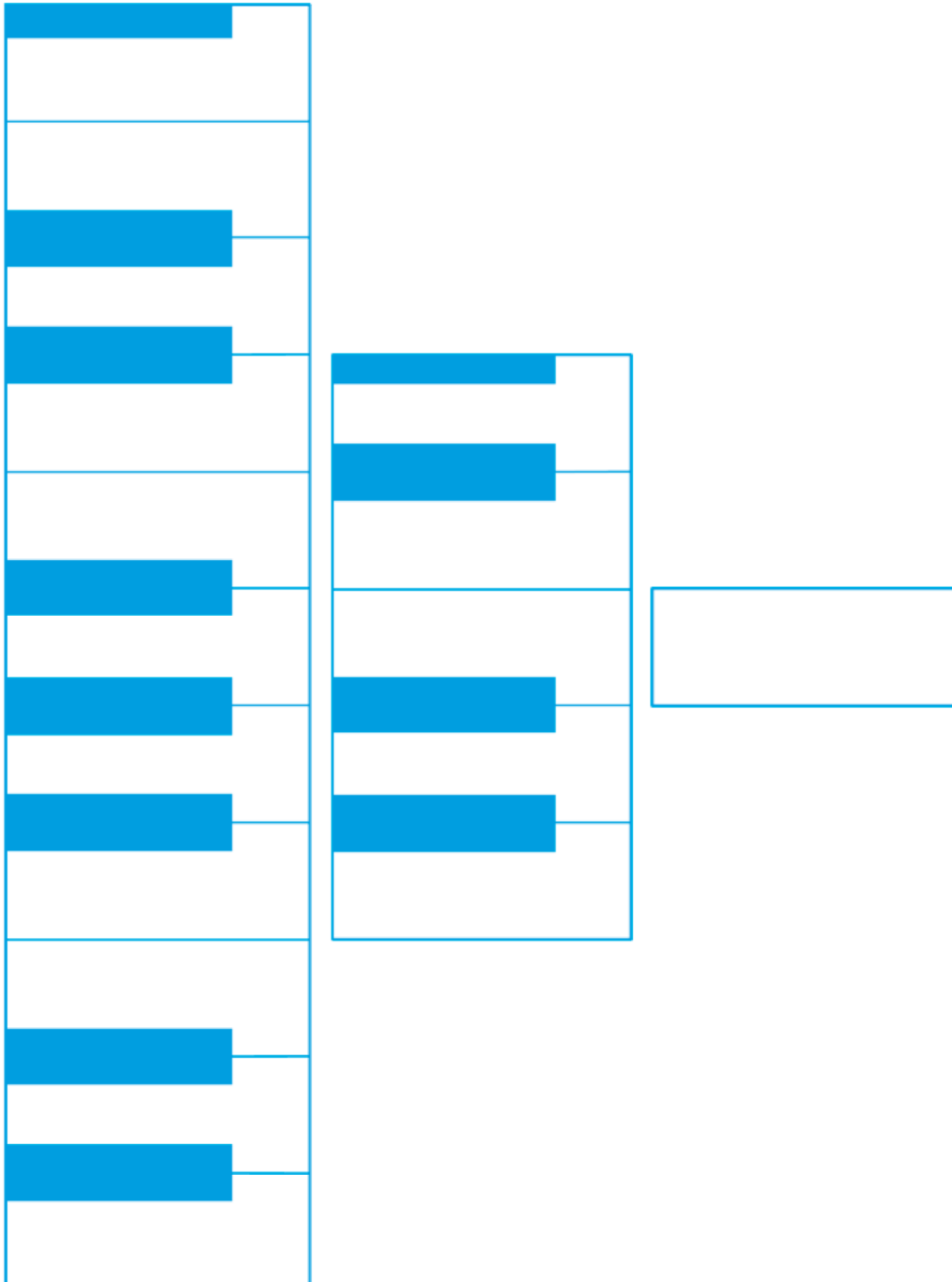
Wenn ich ausgelassen bin ...	Wenn ich mich missverstanden fühle ...
Wenn ich gut gelaunt bin ...	Wenn ich eifersüchtig bin ...
Wenn ich zufrieden bin ...	Wenn ich Angst habe ...
Wenn ich von anderen bewundert werde ...	Wenn ich erschöpft bin ...
Wenn ich Wut habe ...	Wenn ich unsicher bin ...

Quelle: Suchtprävention in der Schule. Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur. Wien, 2012. S. 120

Wenn ich enttäuscht bin ...	Wenn ich Langeweile habe ...
Wenn ich etwas Aufregendes erleben will ...	Wenn ich mich ausgeschlossen fühle ...
Wenn ich ein Problem habe ...	Wenn ich im Stress bin ...
Wenn ich einsam bin ...	Wenn ich traurig bin ...
Wenn ich neidisch bin ...	Wenn ich mich schäme ...

Quelle: Suchtprävention in der Schule. Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur. Wien, 2012. S. 121

# „Klaviermodell“



Quelle: Suchtprävention in der Schule. Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur. Wien, 2012. S. 122