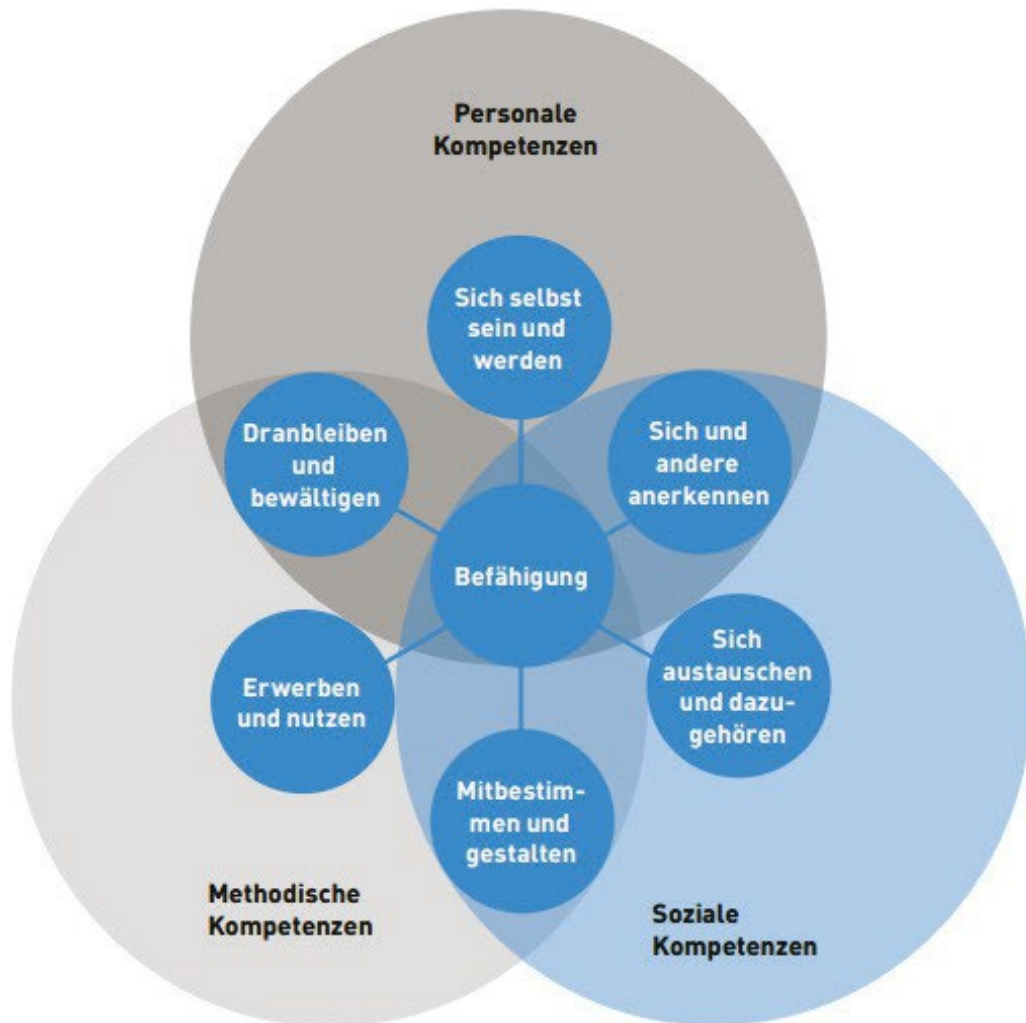


Befähigungsbereiche und deren Inhalte aus den Anwendungsbereichen
Lehrplan 21



Sich selbst sein und werden

Aspekte der Befähigung, die sich auf die Entwicklung einer eigenen Identität beziehen.

Die Schülerinnen und Schüler werden befähigt, innere Vorgänge zu erfahren, regulieren und zu verstehen und diese für die Entwicklung der eigenen Identität zu untersuchen, zu nutzen und zu beschreiben.

Selbstempfinden – sich selbst wahrnehmen

- Sich als ein «unveränderliches Ganzes» wahrzunehmen
- Den Körper als ein zusammengehörendes Ganzes erleben
- Spannungszustände erfahren und bewältigen

Urheberschaft – sich als wirksam erleben

- Sich als wirksam erleben
- Ein positives Selbstkonzept entwickeln
- Vertrauen in die eigenen Stärken zeigen

Selbstaussdruck – sich ausdrücken und einbringen

- Fähigkeit zum Selbstausdruck entwickeln
- Eigenen Bedürfnisse und Wünsche mitteilen und sich dabei aktiv einbringen
- Ein überdauerndes Gefühl des Vertrauens und der Vorhersehbarkeiten erfahren

Sich und andere anerkennen

Aspekte der Befähigung, die sich auf die Entwicklung der Fähigkeit zu einer Respektierung und Wertschätzung sich selbst, anderer Menschen und Tieren beziehen. Die Schülerinnen und Schüler werden befähigt, Bedürfnisse, Eigenschaften, Handlungsweisen und Daseinsformen bei sich selbst und anderen Menschen zu erkennen, wertzuschätzen und so Anerkennung erleben und erweisen.

Integrität wahren – eigene und fremde Grenzen akzeptieren

- Die eigenen Unversehrtheiten schützen und bewahren, in Übereinstimmung mit sich sein.
- Die Grenzen und Unversehrtheit des Gegenübers wahren
- Die eigenen Unverletzlichkeiten erfahren in Bezug auf den Körper sowie Gefühle

Würdigung eigener Rechte und die des anderen – sich und andere respektieren

- Die eigenen Rechte erfahren und achten
- Das Rechte des anderen achten und schützen
- Dies in «Wort und Tat» ausdrücken

Wertschätzung – Wertschätzung erleben und zeigen

- Achtung, Anerkennung und Respekt gegenüber Eigenschaften, Leistungen und dem Sein anderer zeigen
- Achtung, Anerkennung und Respekt gegenüber Eigenschaften, Leistungen und dem Sein erfahren
- Ein überdauerndes Gefühl des Vertrauens und der Vorhersehbarkeit erfahren

Sich austauschen und dazugehören

Aspekte der Befähigung, die sich auf die Entwicklung eines Gemeinschafts- und Zugehörigkeitsgefühls beziehen. Die Schülerinnen und Schüler werden befähigt, sich mit anderen Menschen auszutauschen, sich an gemeinsamen Aktivitäten zu beteiligen und sich in Beziehungen einzubringen.

Vertrauen – sichere Bindung aufbauen

- Vertrauen zu anderen Menschen und zu Tieren fassen
- Nähe und Distanz zu anderen Menschen und Lebewesen regulieren, sowie Anwesenheit und Abwesenheit ertragen
- Stabilität und Sicherheit in Beziehungen erfahren

Bindung – sich anderen zuwenden

- Bindung zu anderen Menschen und Tieren eingehen
- Sich Menschen und Tieren zuwenden
- Ein Gefühl von Zugehörigkeit zu Gruppen entwickeln

Dialog – sich mit anderen austauschen

- Dialog als wechselseitiger Austausch erfahren, daran teilnehmen und sich mit passenden Antworten einbringen
- Erfahren, dass das eigene Handeln und Erfahrungen beim Gegenüber auf Anklang treffen, gesehen werden
- Den anderen wahrnehmen und diesem «Ich-sehe-Dich» Ausdruck geben

Mitbestimmen und gestalten

Aspekte der Befähigung, die sich auf die Gestaltung der eigenen Lebenswelt und auf die Mitbestimmung bei Entscheidungen beziehen. Die Schülerinnen und Schüler werden befähigt, sich aktiv in unterschiedlichen Lebenswelten einzubringen, diese zu verstehen, zu erkunden und gemeinsam mit anderen zu gestalten.

Kooperation – mit anderen kooperieren

- Mit anderen Menschen zusammenarbeiten
- Sich auf gemeinsame Tätigkeiten in verschiedenen Lebenswelten einlassen
- Das eigene Verhalten oder Vorgehensweisen mit anderen Personen oder Lebewesen abstimmen und Regeln befolgen

Konfliktfähigkeit – Konflikte lösen

- Die soziale Situation, die Stimmung, die Gefühle, die Spannung wahrnehmen
- In angespannten Situationen auch eigenständig handeln
- Möglichkeiten haben auch neue und andere Vorgehensweisen aufzunehmen und auszuprobieren

Gestaltungskraft – Soziale Situationen mitgestalten

- Die Möglichkeit haben aktiv zu werden und handlungsfähig zu sein
- Die Möglichkeit haben Entscheidung treffen zu können und über entsprechende Erfahrungen verfügen
- Sich einbringen, um Prozesse zu gestalten und etwas zu schaffen

Erwerben und nutzen

Aspekte der Befähigung, die sich auf eine allgemeine Problemlösefähigkeit beziehen.

Die Schülerinnen und Schüler werden befähigt, ein breites Repertoire an Strategien und Fertigkeiten zu entwickeln, die sie zur Lösung verschiedenster Aufgaben und Problemstellungen verwendet werden können.

Orientierung in der Welt – sich in der Welt orientieren

- Die Welt wahrnehmen und sich in der Welt orientieren
- Die eigenen Erfahrungen ordnen und sich bezüglich Abläufe, Orten und Zeiten zurechtzufinden
- Die erlebten Situationen beurteilen und vergleichen und sich entsprechend den Erkenntnissen organisieren

Erschliessen der Welt – Selbständig neue Fähigkeiten erwerben

- In der Welt handeln und Informationen aufnehmen
- Sich die Welt erschliessen und Informationen nutzen
- Gesetzmässigkeiten erkennen, die zur Bewältigung des Alltags und Lebens wichtig sind

Vorgehensweise und Strategien – Problemlösestrategien aneignen und nutzen

- Zweckmässige Vorgehensweisen und Strategien erwerben und entwickeln
- Zweckmässige Strategien erproben und anwenden
- Um Probleme, die sich im Leben stellen, wirksam angehen zu können

Dranbleiben und bewältigen

Aspekte der Befähigung, die sich auf die Überwindung von Schwierigkeiten, Konflikten oder Herausforderungen beziehen. Die Schülerinnen und Schüler werden befähigt, neue Herausforderungen zu erkennen, sich auf neue Sachverhalte einzulassen und dabei die eigenen Gefühle, Erfahrungen und Gedankengänge zur Überwindung von Widerständen zu nutzen.

Selbstständigkeit – Selbstständig den Alltag bewältigen

- Entwickeln von Selbstständigkeit, selbständig Handlungen ausführen, planen und kontrollieren
- Sich selbst regulieren mit Gefühlen umgehen und aushalten können
- Selber Handlungen initiieren, Handlungsmotivation zeigen und eigenen Ressourcen aktivieren

Ausdauer – mit Ausdauer an Herausforderungen bleiben

- Ausdauer und Durchhaltevermögen entwickeln und zeigen
- Hindernisse überwinden in Bezug auf motorische, emotionale und kognitive Herausforderungen
- Eigene Ziele finden und verfolgen

Flexibilität – flexibel auf äussere Einflüsse reagieren

- Flexibilität zeigen, die es erlaubt, sich neuen Begebenheiten anzupassen
- Lösungsvorschläge anderer aufnehmen und für eigene Problemlösungen nutzen
- Interesse an Neuem zeigen und entwickeln