

A1

Die Pubertät ist die Zeit der Veränderungen. Botenstoffe (Hormone) in deinem Körper sind dafür verantwortlich, dass sich einerseits dein Körper verändert und andererseits deine Gefühle nicht immer ganz leicht zu verstehen sind.

Diskutiert die nachfolgenden Fragen gemeinsam in der Klasse. Das ist eine gute Möglichkeit, um zu erfahren, wie es Mitschülerinnen und Mitschülern in diesem spannenden Lebensabschnitt geht.

- 1 Es gibt schöne Gefühle und unangenehme Gefühle. Finde jeweils zumindest drei Beispiele.
- 2 Nenne Beispiele für Situationen, die dir Angst machen.
- 3 Was macht dich manchmal traurig?
- 4 Was macht dich so richtig wütend?
- 5 Weswegen warst du einmal richtig enttäuscht?
- 6 Gibt es Dinge, die du ekelig findest?
- 7 Wie kann man das Gefühl „Verliebtsein“ beschreiben?
- 8 Erzähle von einem Erlebnis, das richtig spannend war.
- 9 Was würdest du gerne einmal oder noch einmal erleben?
- 10 Was möchtest du auf keinen Fall noch einmal erleben?
- 11 Hast du schon einmal viele Gefühle gleichzeitig gehabt? Welche waren das?
- 12 Gab es schon Momente, in denen du alles und alle blöd gefunden hast?
- 13 Warst du schon einmal so schlecht aufgelegt, dass du jemanden „gesucht“ hast um zu streiten?
- 14 Wann oder warum hattest du so gute Laune, dass nichts und niemand sie dir verderben konnte?
- 15 Hast du schon einmal eine Situation erlebt, von der du nicht sagen konntest, ob sie blöd oder cool für dich war?
- 16 Was machst du, wenn es dir gerade nicht gut geht?

A2

Wähle einige der Fragen von A1 aus und befrage deine Mama oder deinen Papa dazu. Gab es ähnliche Antworten oder große Unterschiede zu den Ergebnissen in der Klasse? Notiere einige Unterschiede und Gemeinsamkeiten.

Unterschiede:	Gemeinsamkeiten:
---------------	------------------