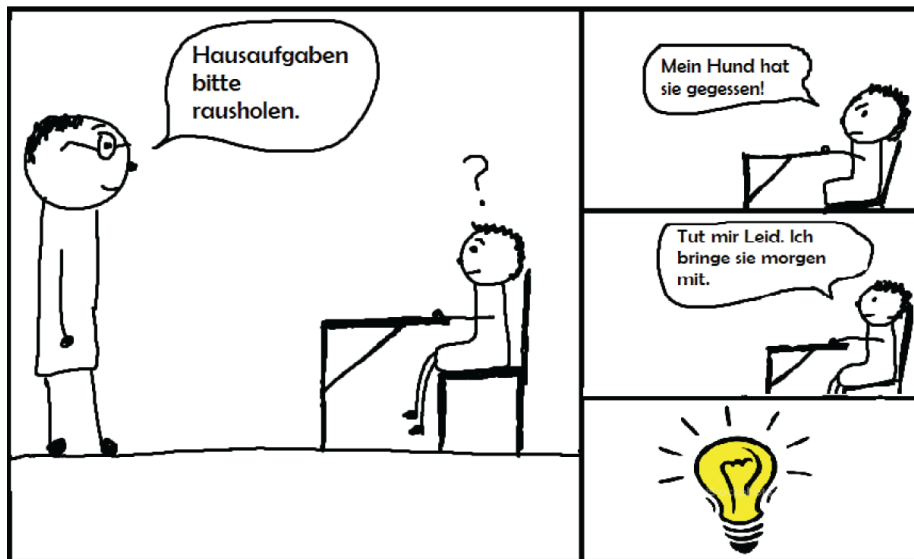


LZZ 4	Flexibel sein: Fähigkeit, Gedanken und Handlungen der Situation anzupassen	Skriptbeispiele/Übungen
	KZZ 4.1 Wird bei vier von fünf Gelegenheiten flexibel handeln	»Dann machen wir was Anderes/Ich bin flexibel wie ein Gummiband/Ich habe einen »Flexikopf/Ich krieg das hin/Ich bin kein Heulbaby/Neu ist spannend – alt ist öde/Ist ja keine Katastrophe.«
	KZZ 4.2 Wird bei vier von fünf Gelegenheiten Probleme angemessen lösen	»Tut mir leid/Ich werde mich ändern/bessern/mehr üben/Ich bin flexibel/Ich habe eine Idee/Das macht mir nichts/Ich hör nicht hin/Das fällt mir schwer/Ich mach es wie der Bär.« <hr/> Übungen Spickzettel: Probleme lösen durch lautes Denken
	KZZ 4.3 Wird acht von zehn Redewendungen verstehen und ihre Bedeutung erklären	(s. Tabelle KZZ 4.4.3)

KZZ 4.1 Wird bei vier von fünf Gelegenheiten Probleme angemessen lösen

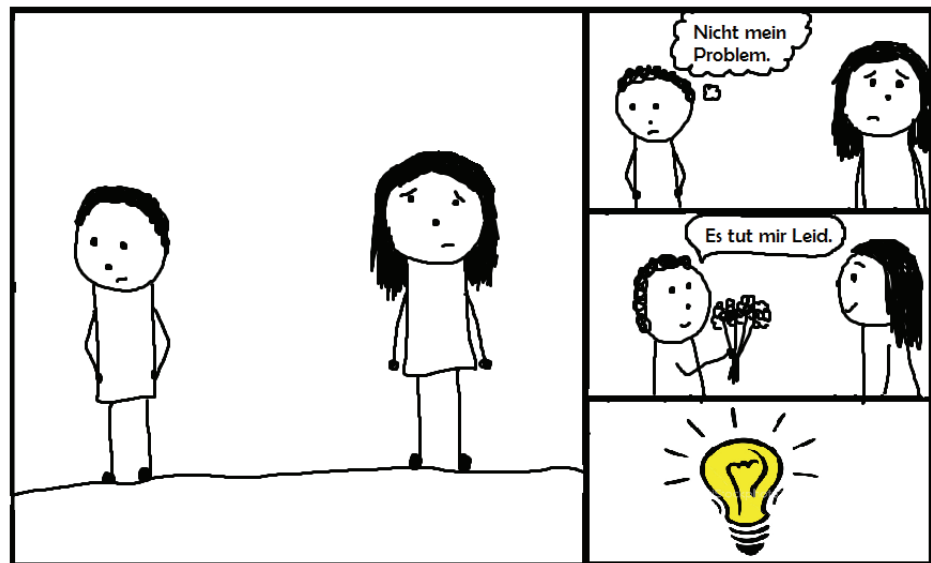
a) Ideen-Roboter: »Hast Du noch eine andere Idee?«



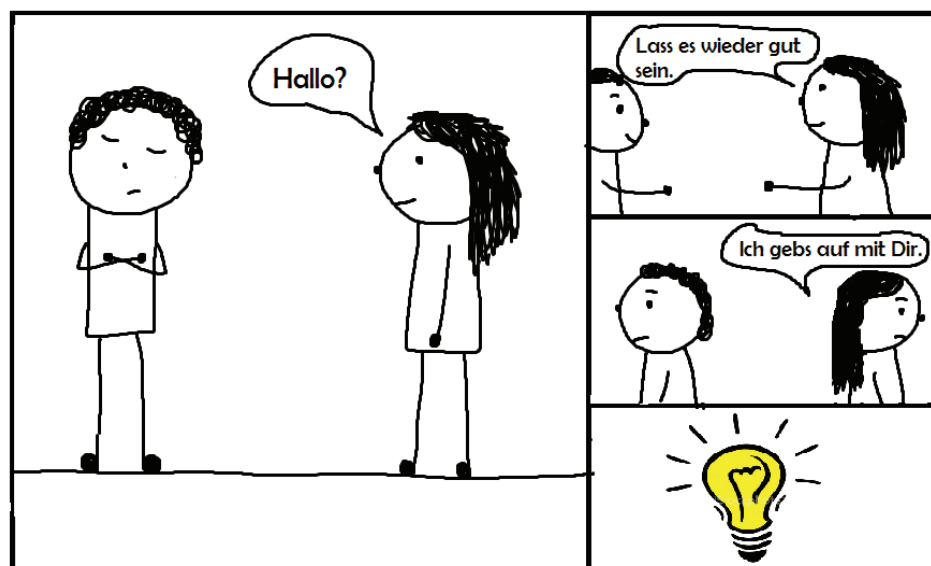
Der Lehrer möchte die Hausaufgaben einsammeln. Du hast Deine nicht dabei. Was denkst/sagst/tust Du?



Deine falschen Töne nerven andere Kinder im Orchester. Was denkst/sagst/tust Du?

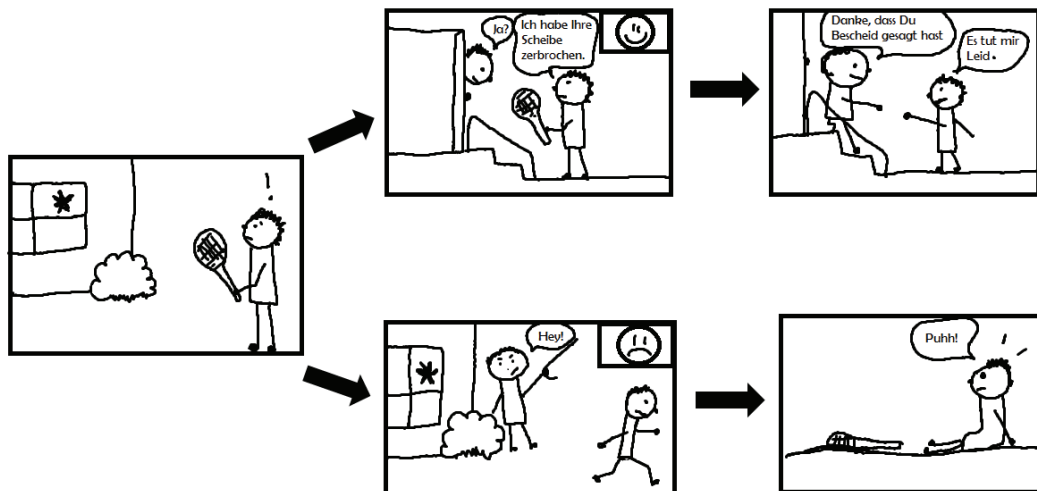


Du hast Deine Mutter mit einer schlimmen Bemerkung verletzt, und sie ist traurig über Dich.
 Was könntest Du tun, damit es wieder besser wird?
 Was denkst/sagst/tust Du?

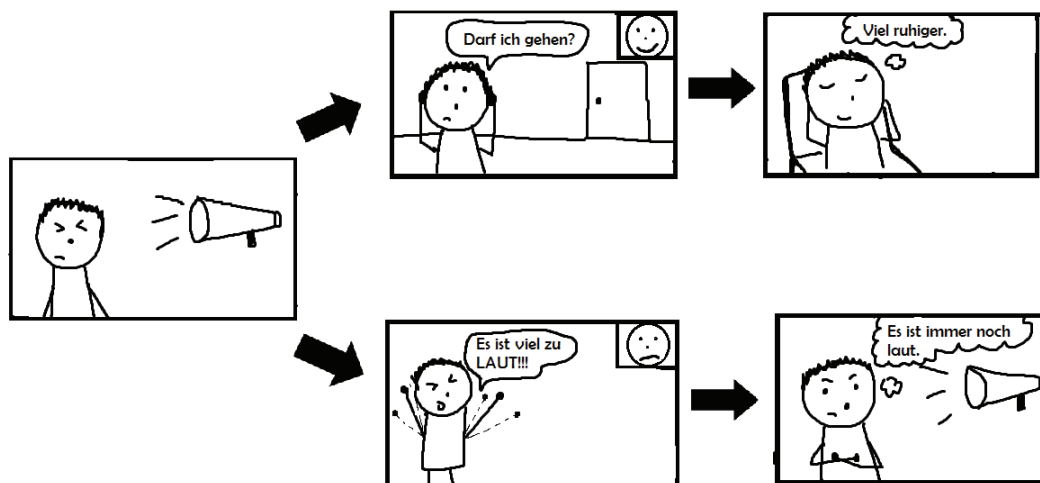


Du hattest Streit mit Deinem Bruder, und er redet nicht mehr mit Dir.
 Was könntest Du tun, damit es wieder besser wird?
 Was denkst/sagst/tust Du?

b) Kontingenzmappe »Was wird passieren?«

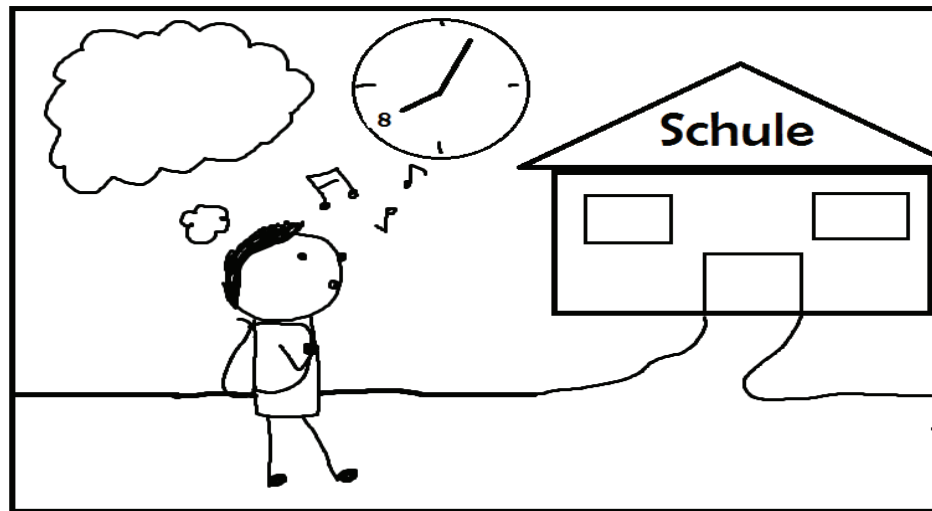


Du hast die Scheibe von Deinem Nachbarn kaputt gemacht.
Was denkst/sagst/tust Du?



Es ist viel zu laut in der Turnhalle.
Was denkst/sagst/tust Du?

c) Quizfrage



Du kommst zu spät zur Schule.
Was denkst/sagst/tust Du?

d) Spickzettel: Probleme lösen durch lautes Denken



Die Zettel kannst Du ausschneiden und Dir in einer schwierigen Situation die folgenden Fragen stellen:
Was ist mein Problem? Wie könnte ich es lösen und was wäre am besten? Folge ich meinem Plan? War mein Plan erfolgreich? (nach Bash & Camp 1985; D'Zurilla & Goldfried; 1971)

Aufgabe: a) bis c)

ERFOLGSKRITERIUM	Erkennt bei vier von fünf Cartoon-Beispielen eine passende Antwort.	Eingeführt am	Erreicht am
Skriptbeispiel	»Tut mir leid/Ich werde mich ändern/bessern/mehr üben/Es tut mir leid/Lass es wieder gut sein/Ich habe was Dummes gemacht/Ich habe eine Idee/Ich bin flexibel.«		
Ideenroboter			
– Hausaufgaben			
– Orchester			
– Verletzung			
– Streit			
Kontingenzmappe			
– Scheibe			
– Turnhalle			
Quizfrage			
– Schule			
Spickzettel			
– Problemlöse-Bär			

d) Fragebogen

ERFOLGSKRITERIUM	Gibt bei vier von fünf Frage-Beispielen eine passende Antwort.	Eingeführt am	Erreicht am
Skriptbeispiel: (evtl. als Wortkarten)	»Das macht mir nichts/Ich bringe was Spannendes mit/Ich hör nicht hin/Das fällt mir schwer/Ich habe eine Idee/Ich mach es wie der Bär.«		
Allgemeine Beispiele	Was kannst Du sagen/tun? Wozu führt Dein Verhalten?		
1. Keiner will mit Dir spielen.			
2. Kinder nennen Dich »Opfer« (o. Ä.).			
3. Du findest die Spiele der anderen langweilig.			
4. Du sollst neue Schuhe kaufen.			
5. Dein Handy geht nicht mehr.			
Individuell passende Beispiele			
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

e) Rollenspiel oder Videomodellierung (VM)

ERFOLGSKRITERIUM	Wird bei vier von fünf Gelegenheiten im Rollenspiel oder bei VM Probleme angemessen lösen.	Eingeführt am	Erreicht am
Individuell passende Beispiele			
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

f) Generalisation auf Alltagssituationen

ERFOLGSKRITERIUM	Wird bei vier von fünf Gelegenheiten im Alltag Probleme angemessen lösen.	Eingeführt am	Erreicht am
Individuell passende Beispiele			
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

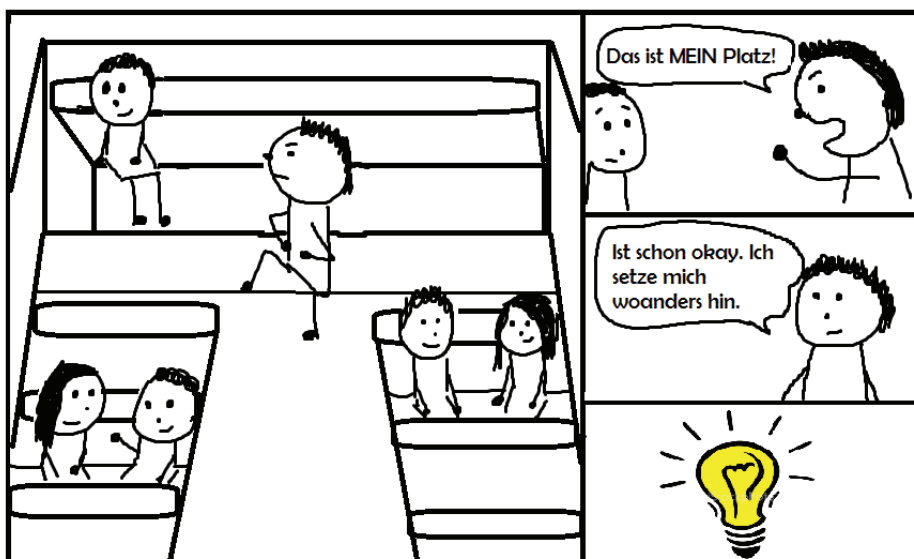
KZZ 4.2 Wird bei vier von fünf Gelegenheiten flexibel handeln

a) Ideen-Roboter: »Hast Du noch eine andere Idee?«



Du magst am liebsten Pferd spielen, aber Deine Freundinnen finden das langweilig.

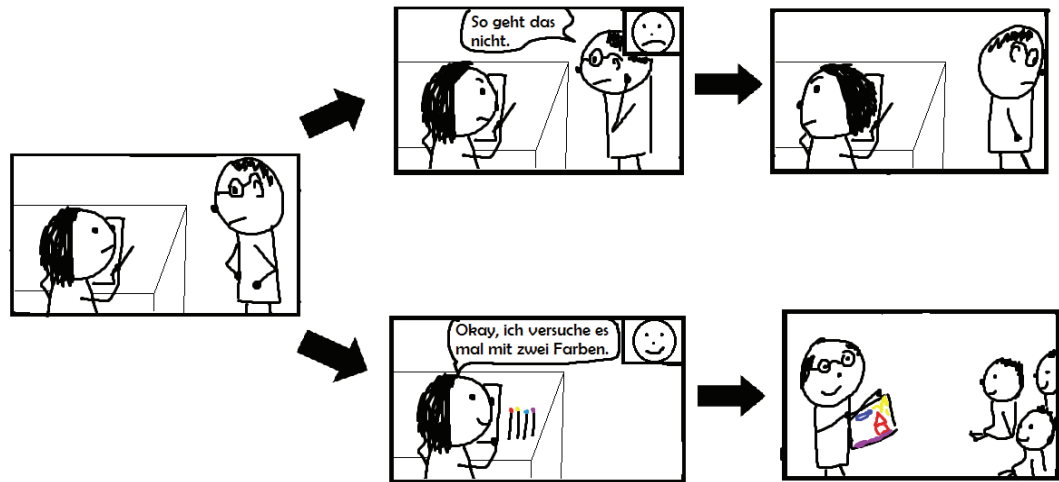
Was denkst/sagst/tust Du?



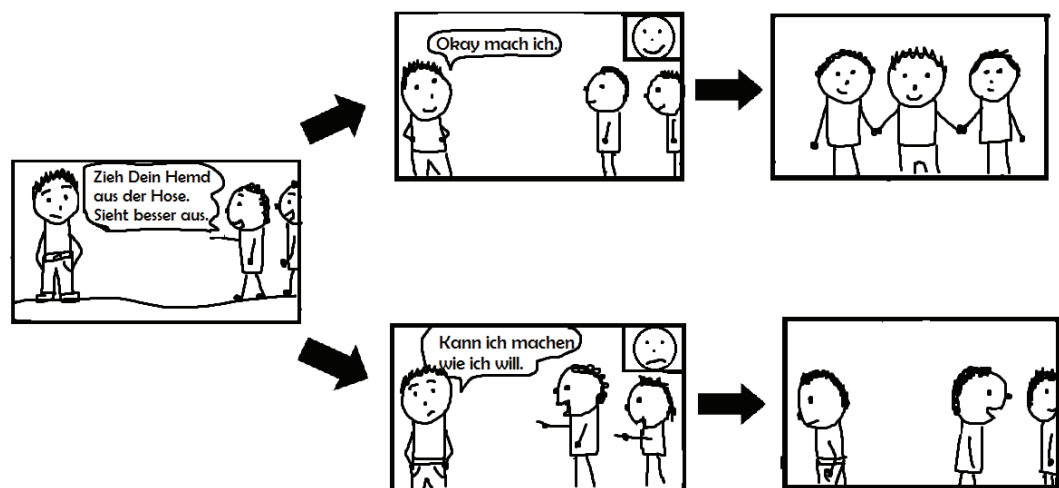
Im Bus sitzt ein Junge auf *Deinem* Platz.

Was denkst/sagst/tust Du?

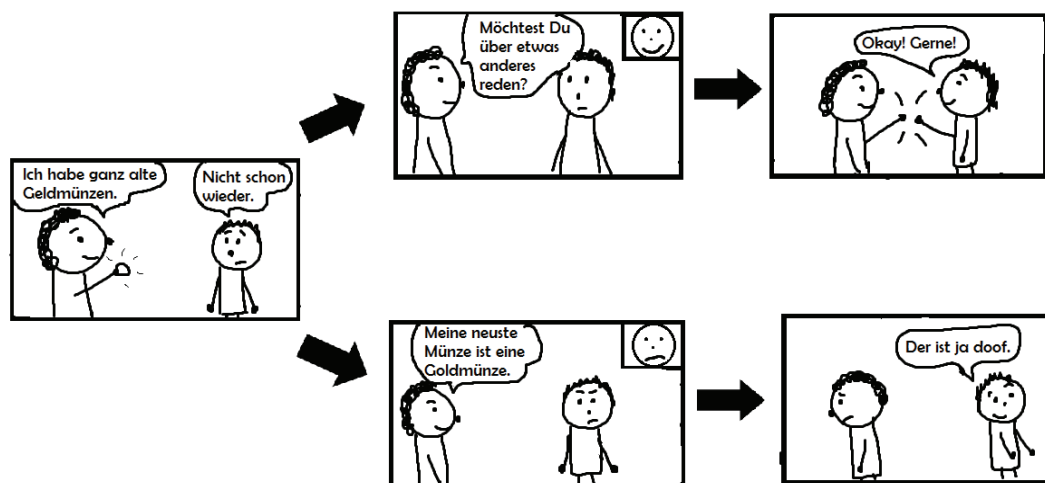
b) Kontingenzmappe: »Was wird passieren?«



Du malst nur mit schwarz, aber Dein Lehrer will ein buntes Bild.
Was denkst/sagst/tust Du?

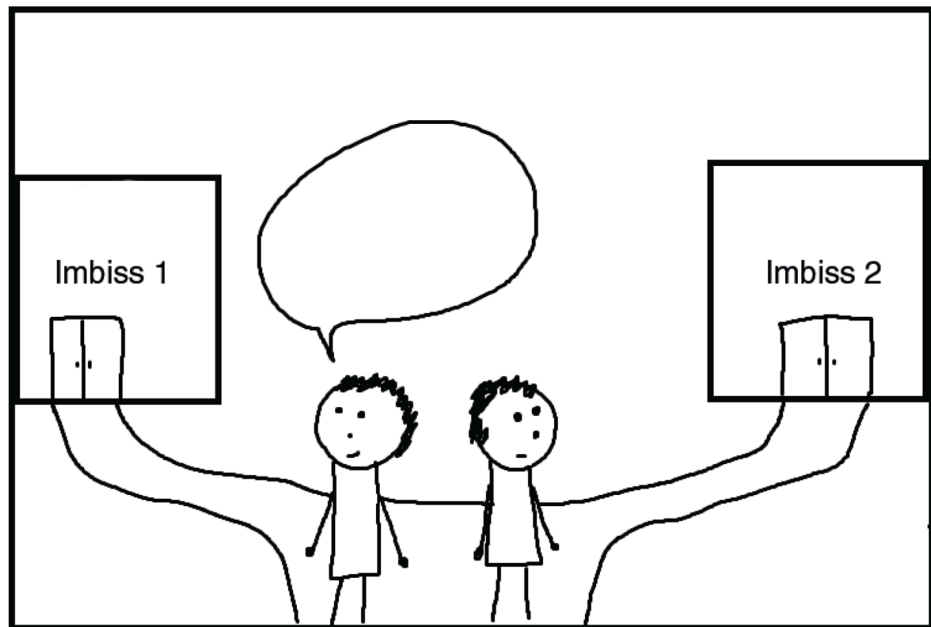


Du magst es, wenn Dein Hemd in der Hose ist, aber Deine Klassenkameraden
finden es uncool.
Was denkst/sagst/tust Du?



Du redest am liebsten über alte Münzen, aber es interessiert keinen.
Was fühlst/denkst/sagst/tust Du?

c) Quizfrage



Du willst zu Imbiss 1, aber Dein Bruder will zu Imbiss 2.
Was denkst/sagst/tust Du?

Was wäre die beste Lösung?



Du trinkst nur Mineralwasser, aber bei Deiner Tante gibt es das nicht.
Was denkst/sagst/tust Du?

Aufgabe: a) bis c)

ERFOLGSKRITERIUM	Erkennt bei vier von fünf Cartoon-Beispielen die passende Antwort.	Eingeführt am	Erreicht am
Skriptbeispiel	»Dann machen wir was Anderes/Okay/Ich bin flexibel/flexibel wie ein Gummiband/Ich habe einen »Flexikopf/Kein Problem/ Ich versuch es mal.«		
Ideenroboter			
– Pferdespiel			
– Sitzplatz im Bus			
Kontingenzmappe			
– Buntes Bild			
– Hemd in der Hose			
– Geldmünzen			
Quizfrage			
– Imbiss 1 oder Imbiss 2			
– Kein Mineralwasser			

d) Fragebogen

ERFOLGSKRITERIUM	Gibt bei vier von fünf Frage-Beispielen eine passende Antwort.	Eingeführt am	Erreicht am
Skriptbeispiel: (evtl. als Wortkarten)	»Ich krieg das hin/Ich bin kein Heulbaby/Neu ist spannend – alt ist öde/ Macht nichts/Probier doch mal/Okay, dann machen wir was anderes/Ist ja keine Katastrophe.«		
Allgemeine Beispiele			
1. Dein Bus/Dein Papa fährt einen neuen Weg.			
2. Dein Lieblingsessen im Restaurant ist ausverkauft.			
3. Alle Kinder essen Geburtstagskuchen, aber Dein Freund isst nie Kuchen.			
4. Die Kinder wollen bei Deinem Lieblingsthema/-spiel nicht mehr mitmachen.			
5. Du sollst neue Schuhe kaufen, aber magst nur die alten.			
Individuell passende Beispiele			
1.			
2.			

ERFOLGSKRITERIUM	Gibt bei vier von fünf Frage-Beispielen eine passende Antwort.	Eingeführt am	Erreicht am
3.			
4.			
5.			

e) Rollenspiel oder Videomodellierung (VM)

ERFOLGSKRITERIUM	Wird bei vier von fünf Gelegenheiten im Rollenspiel oder bei VM flexibel sein.	Eingeführt am	Erreicht am
Individuell passende Beispiele			
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

f) Generalisation auf Alltagssituationen

ERFOLGSKRITERIUM	Wird bei vier von fünf Gelegenheiten im Alltag flexibel sein.	Eingeführt am	Erreicht am
Individuell passende Beispiele			
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

KZZ 4.3	Abstrakte Redewendungen verstehen Bildbeispiele	Bedeutung
	Auf der Nase herumtanzen	Ungehorsam sein, jemanden ohne Respekt behandeln
	Auf Draht sein	Aufmerksam sein
	Da lachen ja die Hühner	Absurd! Das ist ja lächerlich!
	Sich hängen lassen	Mutlos sein
	Mit dem Kopf gegen die Wand laufen	Sich unbedingt durchsetzen wollen
	Hau ab	Geh weg
	Nicht auf den Mund gefallen sein	Sich gut ausdrücken können
	Das Blaue vom Himmel erzählen	Geschichten ohne Wahrheitsgehalt erzählen
	Unter einer Decke stecken	Etwas zusammen aushecken
	Aus einer Mücke einen Elephanten machen	Aus einem kleinen Problem ein großes Problem machen

Bedeutung:

Ungehorsam sein, jemanden ohne Respekt behandeln



Auf der Nase herumtanzen

Bedeutung:

Aufmerksam sein



Auf Draht sein

Bedeutung:

Mutlos sein



Sich hängen lassen

Bedeutung:

Sich unbedingt durchsetzen wollen



Mit dem Kopf gegen die Wand laufen

Bedeutung:

Geh weg



Hau ab

Bedeutung:

Geschichten ohne Wahrheitsgehalt erzählen



Das Blaue vom Himmel reden

Bedeutung:

Etwas zusammen aushecken



Unter einer Decke stecken

Bedeutung:

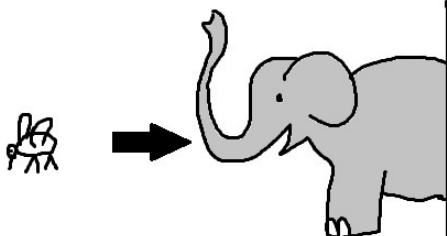
Etwas Wichtiges übersehen



Tomaten auf den Augen haben

Bedeutung:

Aus einem kleinen Problem ein großes Problem machen



Aus einer Mücke einen Elefanten
machen