

Unterrichtseinheit zum Film „TOTal Normal – Sterben, Tod und Trauer“

Caring Community Köln e.V.
Gleueler Straße 245-249, 50935 Köln
Tel: +49 163 67 47 498
Mail: info@caringcommunity.koeln

www.caringcommunity.koeln

Unterrichtseinheit zum Film: „TOTal Normal – Sterben, Tod und Trauer“

Sterben, Tod und Trauer sind Themen, die uns alle berühren – doch oft fehlen **Räume, um darüber zu sprechen**. Lehrende und Klassenkamerad:innen wissen oft gar nicht, ob und wer in der Klasse gerade von diesen Themen akut betroffen ist.

In unserem Film „TOTal Normal – Junge Menschen berichten von ihren Erfahrungen mit schwerer Krankheit, Sterben, Tod und Trauer“ **kommen Jugendliche zu Wort**, die persönliche Erfahrungen mit schwerer Krankheit, Verlust, Abschied und Trauer gemacht haben. Ihre Geschichten sind ehrlich und berührend und zeigen, wie vielfältig und individuell der Umgang mit diesen Themen sein kann.

Dieses Begleitmaterial soll Lehrkräften und Pädagog:innen helfen, mit Schüler:innen ins Gespräch zu kommen. Es bietet **Impulse, Methoden und Reflexionsfragen**, um die Themen des Films im Unterricht aufzugreifen – sei es im Ethik-, Religions-, Deutsch- oder Sozialkundeunterricht.

Ziel ist es, **Ängste abzubauen, Verständnis zu fördern** und Jugendlichen Raum für ihre eigenen Gedanken und Gefühle zu geben.

Denn: Über den Tod zu sprechen bedeutet auch, über das Leben zu sprechen.

Film und Unterrichtsmaterial wurden entwickelt von der **Caring Community Köln – AG Kinder und Jugendliche TOTal Normal**:



Filmische Umsetzung: Armin Schäfer, Buntspecht GmbH



Gefördert durch:



Stadt Köln



Unterrichtseinheit zum Film: „TOTal Normal – Sterben, Tod und Trauer“

Fach: Ethik, Religion, Sozialwissenschaften, Sozialpädagogik

Dauer: 90 Minuten

Jahrgangsstufe: ab Klasse 7

1. Lernziele

- Verständnis, dass Trauer unterschiedliche Ursachen haben kann (z. B. antizipierte Trauer ab Diagnosestellung, Scheidung der Eltern, Wohnortwechsel, Ende einer Beziehung)
- Sensibilisierung für die Situation eines trauernden jungen Menschen anhand einer Filmbetrachtung
- Entwicklung von Empathie für junge Menschen in belastenden Lebenssituationen durch Perspektivwechsel
- Abbau von Berührungsängsten
- Reflexion über hilfreiche Unterstützungsangebote und Bewältigungsstrategien
- persönliche Kraftquellen in einem selbst erkennen und nutzbar machen

2. Materialien

Bei den Materialien handelt es sich um einen Ideenpool. Sie sollen verschiedene Herangehensweisen aufzeigen. Wenn Sie Unterstützung benötigen, melden Sie sich bei info@caringcommunity.koeln

- Vorabinformationen für Referent:innen (Lehrkräfte, Mitarbeitende aus psychosozialen Teams)
- Ablaufplan für 90 Minuten Einheit
- Film (anklicken zum Anschauen)
- Arbeitsblätter mit Leitfragen (Gruppenarbeit/Reflexion)
- Moderationskarten/Plakat
- Stifte
- Optional: leise Musik für Reflexion
- Feedback-Fragebögen für Schüler:innen und Referent:innen

QR-Code scannen
um den Film anzusehen



Unterrichtseinheit zum Film: „TOTal Normal – Sterben, Tod und Trauer“

3. Ablauf (90 Minuten)

Didaktische Hinweise

- **Freiwilligkeit:** Schüler:innen werden **VORAB** über das geplante Thema „Projekteinheit zu Trauer bei jungen Menschen“ informiert. Betroffene Schüler:innen können sich bei der Lehrkraft melden, wenn sie aus persönlichen Gründen nicht an dem Unterricht teilnehmen möchten.
- **Sensibilität:** Einzelne Schüler:innen könnten selbst betroffen sein. Niemand muss Persönliches erzählen. Ebenso sollten Lehrkräfte sich hinterfragen, ob sie sich im Moment aus persönlichen Gründen dem Thema gewachsen fühlen.
- **Emotionen:** Um aufbrechende Emotionen aufzufangen, sollten bei Bedarf kurze Pausen sowie Bewegungsübungen eingebaut werden. Nach Möglichkeit sollte eine ruhige Atmosphäre geschaffen werden.
- **Verknüpfung zur Lebenswelt:** Jugendliche kennen teilweise Freunde oder Verwandte mit einer lebensverkürzenden Erkrankung sowie die damit verbundenen Belastungen (z. B. pflegebedürftige Großeltern).

Unterrichtseinheit zum Film: „TOTal Normal – Sterben, Tod und Trauer“

3.1 Einstieg (ca. 10 Min.)

Impulsfrage 1: „Welche Situationen können Trauer auslösen?“

Impulsfrage 2: „Wie kann sich Trauer zeigen?“

Brainstorming an der Tafel

Überleitung: „Manche Kinder und Jugendliche befinden sich in besonders herausfordernden Situationen – es handelt sich um trauernde Jugendliche.“

3.2 Input/Film (ca. 20 Min.)

Kurze Einführung und Inhaltswarnung:

- Inhalte des Films vorab genau erläutern
- Schüler:innen entscheiden, ob sie den Film anschauen wollen/können oder nicht.
- Aufforderung, bei belastenden Szenen den Blick vom Bildschirm abzuwenden

Film anschauen (13 Min.)

Bewegungsübung bei Bedarf (z. B. aufstehen und Körper ausschütteln oder abklopfen)

3.3 Erste Reflexion nach dem Film (ca. 10 Min.)

Gedanken/Fragen/Gefühle notieren.

Je nach Zeit und Klassenstruktur in Form von stiller Schreibübung, Murmelgruppen oder Besprechung im Plenum.

Austausch zu folgenden Fragen:

- „Wie geht es dir jetzt?“
- „Was hat dich am meisten berührt?“
- „Welche Gefühle löst der Film bei dir aus?“
- „Hat dich etwas überrascht?“

Bewegungsübung bei Bedarf (z. B. aufstehen und Körper ausschütteln oder abklopfen)

Unterrichtseinheit zum Film: „TOTal Normal – Sterben, Tod und Trauer“

3.4 Vertiefung in Kleingruppen (ca. 20 Min.)

Gruppenarbeit mit Leitfragen (z. B. vier Gruppen von denen jeweils zwei Gruppen das gleiche Thema behandeln):

Gruppenarbeit 1: Gefühle & Ressourcen

- Welche Trauergefühle erleben die Protagonist:innen (Unsicherheit, Angst, Verlust von Kindheit, Einsamkeit)?
- Welche Gefühle konntet ihr in Trauersituationen bei euch selbst oder bei anderen beobachten?
- Gibt es auch positive Aspekte, die sich aus der Trauer entwickeln können? Wenn ja welche? (Stärke, Selbstbewusstsein, Mut, höhere Sensibilität, anderer Blick aufs Leben, höhere Lebensqualität etc)

Gruppenarbeit 2: Unterstützungsmöglichkeiten

Was hilft bei Trauer?

- Was haben die Protagonist:innen im Film dazu gesagt?
- Was habt ihr bei Betroffenen erlebt?
- Was hat euch selbst geholfen/würdet ihr euch in Trauersituationen wünschen?

Alle Ergebnisse sollen notiert werden.

3.5 Präsentation & Diskussion im Plenum (ca. 20 Min.)

Kurzvorstellung der Ergebnisse (10 Min.)

Diskussion: Unterstützung & Gesellschaft (10 Min.)

- „Was können wir als Gesellschaft/Schule/Mitschüler:innen/Freund:innen tun?“
- „Was gibt es bereits/wird bereits getan?“

Unterrichtseinheit zum Film: „TOTal Normal – Sterben, Tod und Trauer“

3.6 Abschluss und Reflexion (ca. 10 Min.)

Methode:

- Anonyme Sammlung als stille Galerie
- Ball zuwerfen: Jede:r, der/die den Ball fängt, sucht sich eine Frage aus, die er/sie beantwortet:
 - Was sind meine Kraftquellen in schwierigen Situationen?
 - Was/wer tut mir gut?
 - Was nehme ich mit?

Blitzlicht: Ein Wort: „Wie gehe ich hier raus?“

Abschlusswort der Lehrkraft:

- Hinweis auf Hilfsangebote
- Bei Hilflosigkeit in diesen Situationen reicht vielleicht der Satz: „Wir sehen dich und wir sind für dich da.“
- Hinweis, dass auch bei Bedarf eine Ansprechperson (z. B. der Schule) bereitsteht

Arbeitsblatt 1

Persönliche Reflexion nach dem Film

Notiere deine spontanen Gedanken, Gefühle oder Fragen zum Film:

Was hat dich am meisten berührt?

Welche Gefühle löst der Film bei dir aus?

Hat dich etwas überrascht?

Arbeitsblatt 2

Gruppenarbeit – Leitfragen

Gruppenarbeit 1: Gefühle & Ressourcen:

- a. Welche Trauergefühle erleben die Protagonist:innen (Unsicherheit, Angst, Verlust von Kindheit, Einsamkeit)?
- b. Welche Gefühle konntet ihr in Trauersituationen bei euch selbst oder bei anderen beobachten?
- c. Gibt es auch positive Aspekte, die sich aus der Trauer entwickeln können? Wenn ja welche? (Stärke, Selbstbewusstsein, Mut, höhere Sensibilität, anderer Blick aufs Leben, höhere Lebensqualität)

Gruppenarbeit 2: Unterstützungsmöglichkeiten:

Was hilft bei Trauer?

- a. Was haben die Protagonisten im Film dazu gesagt?
- b. Was habt ihr bei Betroffenen erlebt?
- c. Was hat euch selbst geholfen/würdet ihr euch in Trauersituationen wünschen?

Arbeitsblatt 3

Gruppenarbeit – Leitfragen

Abschlussreflexion

Was sind meine Kraftquellen in schwierigen Situationen?

Was/wer tut mir gut?

Was nehme ich mit?

Arbeitsblatt 4

Hilfsangebote

www.pausentaste.de

Angebote für Kinder und Jugendliche, die sich um ihre Familien kümmern

www.young-carers.de

Hilfe für minderjährige Kinder, die ihre Eltern pflegen

www.nummergegenkummer.de

Anonyme Beratung für junge Pflegende

[Kinder- und Jugendhilfetelefon](tel:116111)

116 111

Anonym, für jedes Thema

[Telefonseelsorge](tel:08001110111)

0800 1110 111

Beratung per Telefon, Mail, Chat oder vor Ort

[Bundesverband Trauerbegleitung](http://www.bundesverband-trauerbegleitung.de)

Angebote für Trauernde und Begleitende