

## Inhaltsübersicht der Basissitzungen von IPSY in Klassenstufe 5

<b>Einheit</b>	<b>Titel</b>	<b>Inhalte</b>
1	<i>Sich kennenlernen</i>	Gruppenregeln Sich kennenlernen – Was macht mich besonders?
2	<i>Wie bin ich?</i>	Wie sehe ich mich selbst? Was mögen wir aneinander?
3	<i>Kommunikation</i>	Was ist Kommunikation? Unterschied zwischen verbaler und nonverbaler Kommunikation
4	<i>Information Rauchen</i>	Informationen über das Rauchen Gründe für das Rauchen Welche Gefahren bringt das Rauchen von Zigaretten?
5	<i>Selbstsicherheit</i>	Was ist selbstsicheres Verhalten? Wie schaffen es andere Leute, einen zu überzeugen etwas zu tun, was man gar nicht will? Strategien des Verbalen und nonverbalen selbstsicheren Verhaltens
6	<i>Missverständnisse</i>	Was ist ein Missverständnis? Wie entstehen Missverständnisse, wie kann man sie vermeiden?
7	<i>Werbung &amp; Medien</i>	Wie funktioniert Werbung? Ist Werbung wirksam?
8	<i>Schule &amp; ich</i>	Erfahrungen und Erlebnisse in der Lebenswelt Schule Wie stehst Du zur Schule?
9	<i>Umgang mit Stress und Angst</i>	Was sind Angst und Stress? Wie kann ich mit Situationen, in denen ich Angst habe oder gestresst bin, besser umgehen?
10	<i>Information Alkohol</i>	Informationen über Alkohol Was ist Alkohol und wie wirkt es? Welche Gefahren bringt das Trinken von Alkohol?
11	<i>Nein-sagen</i>	Gruppendruck und individuelle Entscheidungen Warum lassen sich Menschen von Gruppen beeinflussen? Möglichkeiten des Nein-Sagens
12	<i>Schule &amp; ich – Lernen</i>	Ermittlung und Beschreibung von wünschenswertem Lernen in der Schule Welche Handlungsspielräume bestehen für Lehr-Lern-Gruppen?
13	<i>Gefühle &amp; sich wohl fühlen</i>	Was heißt „sich wohl fühlen“? Wozu sind Gefühle da? Gefühle ausdrücken
14	<i>Bedürfnisse &amp; Problemlösen</i>	Bedürfnisse wahrnehmen und ausdrücken Wie kann ich Probleme lösen
15	<i>Freizeit / Abschluss</i>	Wie kann ich meine Freizeit sinnvoll mit anderen gestalten? Was ich von IPSY halte ...

## Inhaltsübersicht der Auffrischungssitzungen von IPSY in Klassenstufe 6

<b>Einheit</b>	<b>Titel</b>	<b>Inhalte</b>
1	<i>Kommunikation</i>	Was ist nonverbale Kommunikation? Was ist Feedback? Wie gebe ich Feedback?
2	<i>Selbstbild, Gefühle, Angst und Stress</i>	Wie sehe ich mich selbst? Wozu sind Gefühle da? Wie bewältige ich Angst und Stress?
3	<i>Information Alkohol und Rauchen</i>	Ursachen für Alkoholmissbrauch Welche Auswege gibt es aus dieser Situation?
4	<i>Selbstsicherheit</i>	Petzen oder Informieren
5	<i>Nein-sagen</i>	Wiederholung und praktische Anwendung des Nein-sagens
6	<i>Bedürfnisse und Problemlösen</i>	Welche Bedürfnisse habe ich? Wie kann ich Probleme lösen?
7	<i>Schule und Freizeit</i>	Schule als positive Umwelt erkennen Gestaltung und Umsetzung verschiedener Freizeitmöglichkeiten Was ich von IPSY halte ...

## Inhaltsübersicht der Auffrischungssitzungen von IPSY in Klassenstufe 6

<b>Einheit</b>	<b>Titel</b>	<b>Inhalte</b>
1	<i>Kommunikation</i>	Wie vermeide ich Missverständnisse? Wie kommuniziere ich effektiv?
2	<i>Gefühle und Stress</i>	Wozu sind Gefühle da? Wie gehe ich am besten mit Gefühlen um? Wie bewältige ich Stress?
3	<i>Selbstsicherheit</i>	Selbstsicheres Verhalten Wie treffe ich eine Entscheidung?
4	<i>Information Werbung</i>	Wie funktioniert Werbung? Alkohol und Rauchen in der Werbung
5	<i>Entscheidungen und Nein-sagen</i>	Entscheidungen treffen Nein sagen Petzen oder Informieren
6	<i>Selbstbild, Bedürfnisse und Problemlösen</i>	Wie sehe ich mich selbst? Welche Bedürfnisse habe ich? Wie kann ich Probleme lösen?
7	<i>Schule und Freizeit</i>	Wie finde ich einen angemessenen Ausgleich zwischen Schule und Freizeit? Was ich von IPSY halte ...