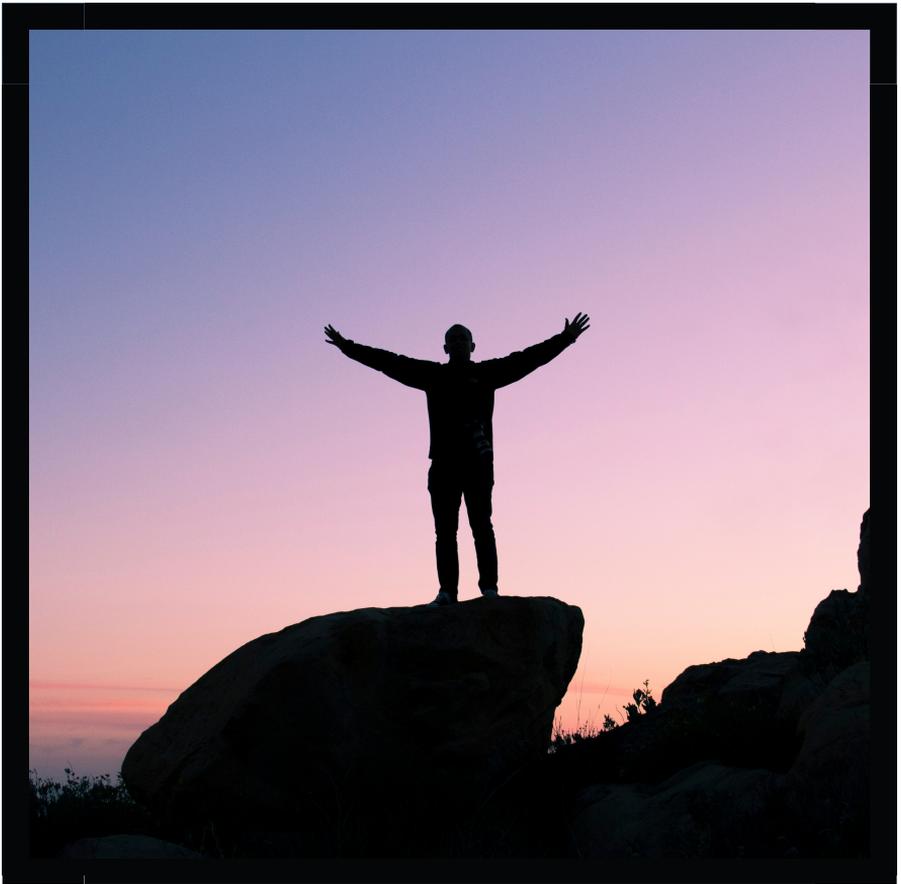


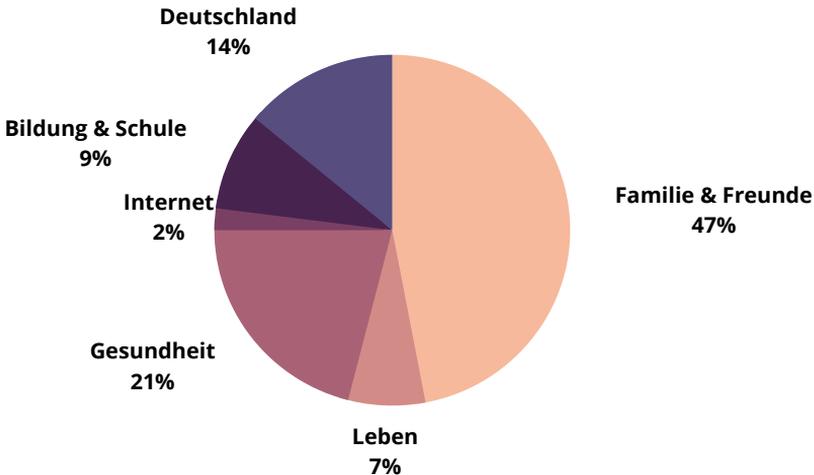
Augustinerschule Friedberg 2021

DANKBARKEIT

RELIGION 10 C/E



Für was seid ihr dankbar?



BESONDERS HERAUSSTECHENDE ANTWORTEN

"FAMILIE, MEIN FREUND, SCHÖNES WETTER, EIN TAG AN DEM ES MIR WEGEN CORONA & DER GESAMTEN SITUATION NICHT SCHEISSE GEHT, WENN ICH AN EINEM TAG MAL WENIG HANDYZEIT HABE (WENIG FÜR MICH = 2½ STUNDEN, LEIDER NICHT OFT DER FALL HAHAH)"

„MENSCHEN“

„FÜR DIE KLEINEN ÜBERRASCHUNGEN IM ALLTAG.“

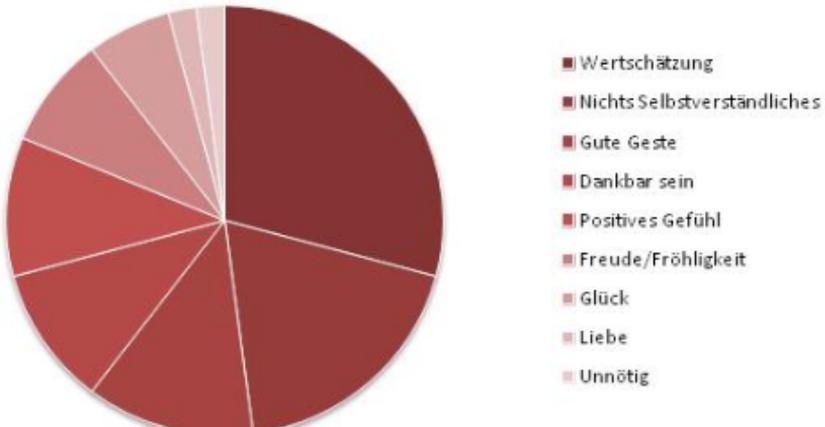
"ICH BIN FÜR [...] MEINE FREIHEIT DANKBAR UND SEHR VIEL MEHR ABER DAS WÄRE ZU LANGE"

“FÜR SO VIELE SCHÖNE ERLEBNISSE IM "FURCHTBAREN" JAHR 2020“

Was ist Dankbarkeit für euch?

Auf die Frage: "Was ist Dankbarkeit für euch?" gab es viele Gemeinsamkeiten der Antworten. Alle Antworten seht ihr im folgenden Diagramm:

Was ist Dankbarkeit für dich



Besondere Antworten:

"Dankbarkeit ist eine Art bestes Geschenk"

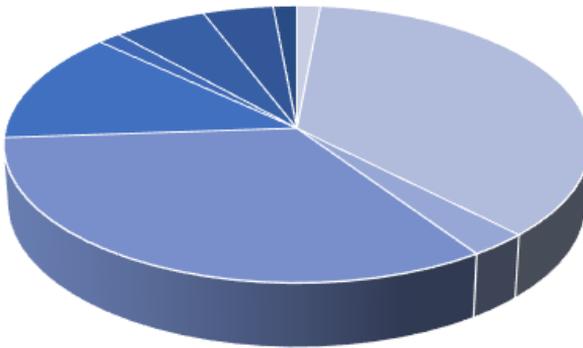
"Dankbarkeit ist eine Art von Glück, man erweist anderen Dankbarkeit und so kriegt man sie von anderen auch geschenkt. Man sollte die Dinge im Leben schätzen und genießen, dafür dankbar sein."

"Die Reaktion auf schöne, angenehme Sachverhalte und Ereignisse sowie der Ausdruck von Wertschätzung anderer Personen gegenüber."

"Dankbarkeit ist eine Art Liebe."

Wie zeigt ihr Dankbarkeit?

Jeder Mensch hat seinen eigenen Weg, Dankbarkeit auszudrücken. In dem folgenden Diagramm haben wir die meist genannten Antworten gesammelt.



- Glücklich sein
- Anderen etw. zurückgeben (z.B. nette Gesten + Gefallen)
- Andere materiell beschenken
- Danke sagen + lächeln
- andere Menschen + Privilegien wertschätzen + ihnen das sagen
- Selbstliebe + -Akzeptanz
- Dankbar gegenüber Gott (beten)
- Gar nicht (zumindest nicht nach außen tragend)
- Nicht beschweren

So könnt Ihr Dankbarkeit zeigen!

- unsere Ideen -

Sich selbst gegenüber:

- MeTime - nimm dir Zeit für dich selbst!
- Stell Dich vor den Spiegel und sag einfach mal danke!
- Schreib Deine eigenen Erfolge auf einen Zettel!



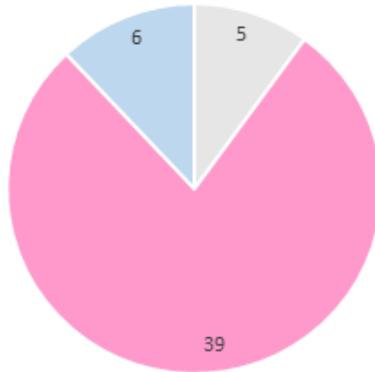
Anderen gegenüber:

- Hinterlasse Deinen Liebsten eine kleine wertschätzende Nachricht!
- Liebe geht durch den Magen. Koche doch mal etwas Leckeres!
- Spende/Hilf Menschen, denen es schlechter als Dir geht!



Habt ihr schonmal von Dankbarkeitsübungen gehört? Falls ja, welche?

Dankbarkeitsübungen:

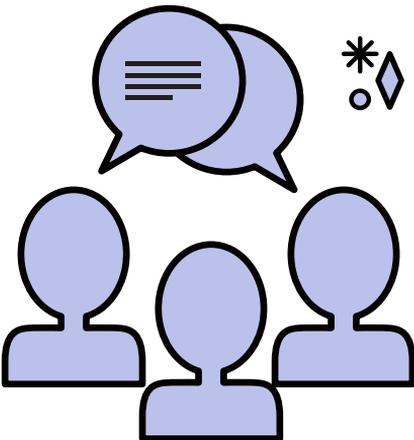
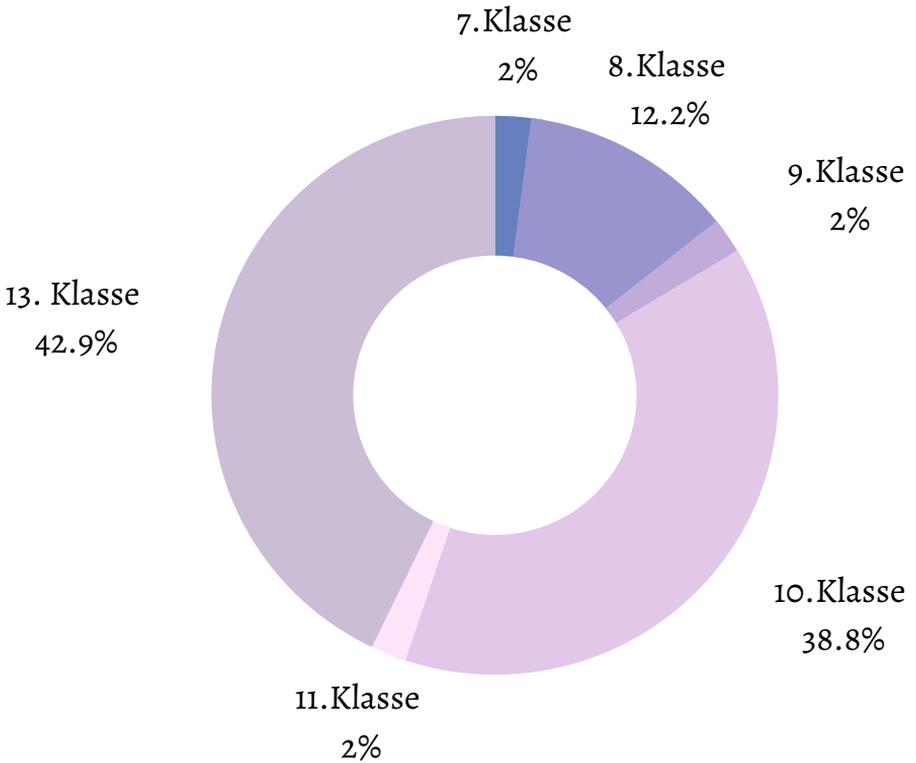


■ Falls ja, welche ■ Nein ■ Keine konkrete Antwort



- Tagebuch oder tägliche Liste führen auf die man alles schreibt für was man dankbar ist. (Bullet Journal)
- Zu jedem Buchstaben im Alphabet ein Wort sagen, das einen dankbar macht, z.B. F für Familie
- Beten, um sich für das Gute im Leben zu bedanken
- Umfeld besser wahrnehmen, nicht so viel schlechtes sehen: Die kleinen Dinge mehr wertschätzen
- 3 Dinge für die man am Tag dankbar war
- Am Abend darüber nachdenken, wofür man am Tag dankbar gewesen ist und am Morgen kurz Zeit nehmen, wofür man dankbar ist.

Auswertung der teilgenommenen Klassenstufen:



Von insgesamt 50
Befragten war die
durchschnittliche
Klassenstufe die 11te
(bzw. 10,973).

Impressum

Anika Hütter

Antonia Neumann

Beatrice Rücker

Boris Schmidt

Carina Ullrich

Felicia Becker

Isabelle Fabri

Lea Hoffmann

Lynn Stoll

Maya Köcher

Paula Töpfer

Rebecca Koppehl

Rebecca Friedrich

Tom Woratschek
