



Further Links ▼

[Syllabus](#) | [Exams](#) | [Websites](#) | [Resources](#) | [What next?](#) | [Dictionary](#)

German

[Home](#) > [German](#) > [Extension Course](#) > [Prescribed issues](#) > [Relationships](#)
> Different types of relationships/Dealing with authority/ Failed relationships

Welche Wirkung hat gesellschaftlicher Druck auf Beziehungen?

In unserer heutigen Gesellschaft gibt es verschiedene Arten von Druck. Manchmal kommt der Druck von innen, aber oftmals kommt er von außen. Natürlich kann Druck auch positive Auswirkungen haben – z.B. Druck, mit dem Rauchen aufzuhören, oder Druck, toleranter zu sein, usw. und durch Erfolgsdruck und Konkurrenzkampf kann man die Motivation finden, seine Leistung zu verbessern. Aber Druck kann sich auch negativ auswirken, wie es zu oft der Fall ist.

Jeder Mensch hat das Bedürfnis in und mit einer Gesellschaft zu leben. Von Beginn der Evolution war der Mensch kein Einzelgänger, sondern abhängig von seinen Mitmenschen. Auch wenn man allein lebt, hat man das Verlangen, sich mit anderen austauschen zu können. Als Mitglied einer Gesellschaft werden wir alle mehr oder weniger von anderen beeinflusst und brauchen ein starkes Selbstvertrauen, den eigenen Weg zu finden und die eigene Meinung zu behalten.

Dieses Thema ist sehr vielfältig.

Jetzt sind Sie dran!

Aufgabe 1 (Activity 1)

Nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit, um die verschiedenen Arten von Druck aufzuschreiben.

Wie viele sind Ihnen eingefallen? Vielleicht haben Ihre Antworten/Ideen auch einige Unterkategorien.

Klicken Sie hier, um einige Vorschläge zu entdecken: [Woher kommt der Gesellschaftsdruck?](#)

LINK:



[Syllabus](#) | [Exams](#) | [Websites](#) | [Resources](#) | [What next?](#) | [Dictionary](#)

German

[Home](#) > [German](#) > [Extension Course](#) > [Prescribed issues](#) > [Relationships](#) > Different types of relationships/Dealing with authority/ Failed Relationships

Welche Wirkung hat Gesellschaftsdruck auf Beziehungen?

1. von den Gleichaltrigen

Teenager unterliegen oft einem starken Gruppendruck durch Gleichaltrige - besonders in Großstädten. Zu oft werden sie zu etwas gedrängt, was sie gar nicht möchten, nur um von anderen akzeptiert zu werden und weil sie Angst davor haben, aus der Gruppe ausgeschlossen und deswegen einsam zu werden.

Es gibt sozialen Druck unter Jugendlichen, z.B.:

- alles das zu haben, was die anderen haben
- schön auszusehen (z.B. Schönheitsoperationen, die unnötig sind; Schönheitsideale)
- viel Alkohol zu konsumieren
- „cool“ zu sein
- von allen gemocht zu werden
- zu einer bestimmten Clique zu gehören.

Folgen Sie den Links, um mehr über dieses Thema zu lesen:

- http://www.sfa-ispa.ch/DocUpload/alkohol_motive.pdf ▶
(zum Thema: Alkohol. Warum konsumiert man eigentlich Alkohol?)
- http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/psychologie/news/alkoholexzesse_aid_56196.html ▶
(zum Thema: Alkoholexzesse. Jugendliche unter Druck.)

2. von den Eltern

Manche Kinder werden krank, weil die Eltern zu hohe Ansprüche an sie stellen (Schule, Sport, Musik, usw.)

Wollen Sie mehr über dieses Thema lesen? Dann klicken Sie hier:

http://www.ads-kurse.de/teufelskreis_ads_adhs.htm ▶

(zum Thema: *Wie Eltern ihre Beziehung zum Kind verbessern.* Dieser Link hat auch gute Tipps für ein besseres Leben. Hinweis: dieses [etwas lange] Stück enthält gute Redewendungen zu diesem Thema. Lesen Sie es durch und markieren Sie die nützlichsten idiomatischen Wendungen.)

3. von sich selbst

Einerseits kann der Stress das volle kreative Potential aktivieren. Andererseits setzen einige Leute sich selbst unter Druck und verlangen zu viel von sich.

Folgen Sie den Links, um mehr über dieses Thema zu lesen:

- http://www.grand-mechant-loup.schule.de/woelfchen/media/pdf_de/sport_pdf/sport_abati_dt.pdf ▶
(zum Thema: *Ein Leistungssportler diskutiert seine Ziele, den Druck und sein neues Leben in Deutschland.*)
- <http://www.goethe.de/ins/gb/lp/prj/mtg/mat/ord/les/de10690317.htm> ▶
(zum Thema: *Die Angst vor der Unordnung ist der wunde Punkt der Deutschen.*)

4. vom Arbeitsplatz

Als Folge von Stress am Arbeitsplatz und Leistungsdruck.

Die Folgen und die Nebeneffekte von Arbeitsstress sind stark verbreitet, z.B.

- Erschöpfung und innere Leere
- Unzufriedenheit und Ärger
- zu wenig Entspannung
- Krankheit
- ein Gefühl ausgebrannt und frustriert zu sein
- die Angst vor Arbeitslosigkeit
- Termindruck.

Folgen Sie dem Link, um mehr über dieses Thema zu lesen:

- http://www.focus.de/karriere/berufsleben/arbeitsplatz/arbeitsplatz-grossraumbueros-machen-krank_aid_361762.html ▶
(zum Thema: Großraumbüros machen krank.)

5. **von der Familie** (wenn andere kulturelle Erwartungen eine Rolle spielen)
Manche Jugendliche werden auf verschiedene Weise unter Druck gesetzt, sich den kulturellen Erwartungen der Eltern oder Großeltern anzupassen.

Diese Erwartungen:

- sind manchmal unrealistisch
- können nicht immer erfüllt werden
- bedeuten, dass die Jugendlichen zwischen zwei Welten leben müssen.

Die Folgen:

- Es ist schwierig, zwei Sprachen perfekt zu lernen.
- Man will sich integrieren, um akzeptiert zu werden, muss aber auch den Erwartungen der Familie gerecht werden.
- Man hat das Gefühl, zwischen zwei Stühlen zu sitzen.
- Es ist schwer, den alten Sitten und festen Traditionen zu entkommen.

Folgen Sie den Links, um mehr über dieses Thema zu lesen:

- <http://www.goethe.de/lhr/prj/daz/mag/ksz/de3231111.htm> ▶
(zum Thema: Zwischen Pop und Dschihad. Muslimische Jugendliche in Deutschland.)

<http://www.goethe.de/lhr/prj/daz/mag/ksz/en3231111.htm> ▶
(englische Version)
- <http://www.goethe.de/lhr/prj/daz/mag/ksz/de1908169.htm> ▶
(zum Thema: Was wir von jungen Menschen lernen können, die sich „zweiheimisch“ fühlen.)

<http://www.goethe.de/lhr/prj/daz/mag/ksz/en1908169.htm> ▶
(englische Version)

6. **von der Schule**

Druck in der Schule hat es immer gegeben. In manchen Fällen schadet er nicht, sondern führt zu einer gesunden Konkurrenz. In anderen Fällen nehmen Angst und Stress im Klassenzimmer zu. Macht die Leistungsgesellschaft Kinder krank? Was kann man dagegen tun?

7. **von anderen Mitgliedern der Gesellschaft**

Oft gibt es den Druck, im Alltagsleben aus Egoismus zu handeln und nur

an sich selbst zu denken. Was kann man dagegen tun?

top of page



[Copyright](#) | [Disclaimer](#) | [Contact Us](#) | [Help](#)

Aufgabe 2 (Activity 2)

Erstellen Sie eine Liste der Folgen/Konsequenzen des Gesellschaftsdrucks – in diesem Fall genügen nur ein paar Worte oder Sätze.

Klicken Sie hier, um einige Folgen/Konsequenzen zu entdecken: [Was sind die Folgen und Konsequenzen von Gesellschaftsdruck?](#)

German

[Home](#) > [German](#) > [Extension Course](#) > [Prescribed issues](#) > [Relationships](#) > Different types of relationships/Dealing with authority/ Failed Relationships

Was sind die Folgen und Konsequenzen von Gesellschaftsdruck?

Mögliche Beispiele:

- der Wunsch, sich *der Gruppe anzupassen, um zur Clique zu gehören. Aus angestrebtem Zugehörigkeitsgefühl* versucht man oft:
 - die Erwartungen der Gruppe zu erfüllen
 - von anderen gemocht zu werden
 - sich nicht ausgeschlossen zu fühlen
 - irgendetwas zu tun, um „cool“ auszusehen
 - das Gleiche zu tun, wie die anderen.
- das Gefühl, richtig ausgebrannt und gestresst zu sein. Wegen des Burn-Out Syndroms:
 - kann man sich gereizt und genervt fühlen
 - verliert man manchmal die Nerven
 - hat man zu gar nichts Lust.

Daher muss man:

- die Freude am Leben und an der Arbeit wiederfinden
- die negativen Gedanken ausblenden
- einen Plan für die Zukunft machen
- sich auf seine Stärken besinnen
- Eigeninitiativen folgen.

- Das Verlangen, immer mehr zu haben, und zwar so schnell wie möglich. Zu oft führt das zu einer gewissen Unzufriedenheit. Daher muss man:
 - die Prioritäten neu überdenken
 - versuchen, das Leben zu vereinfachen
 - seinen Lebensstil ändern, damit man entdecken kann, was dem Leben Sinn gibt und Zufriedenheit mit sich bringt.

Wollen Sie mehr über dieses Thema lesen? Dann klicken Sie hier:

<http://www.rhein-berg-online.ksta.de/html/artikel/1231173660975.shtml>

▶ *(zum Thema: War früher alles besser? Spiegelt das Benehmen der heutigen Jugend den Egoismus der Gesellschaft wider?)*

Aufgabe 3 (Activity 3)

Überlegen Sie, wie man Gesellschaftsdruck entgegenwirken kann. Was sollte man haben oder tun? Schreiben Sie Ihre Ideen auf.

Klicken Sie hier, um einige Vorschläge zu entdecken: [Was braucht man eigentlich, um sich dem Gesellschaftsdruck zu widersetzen?](#)

LINK:

German

[Home](#) > [German](#) > [Extension Course](#) > [Prescribed issues](#) > [Relationships](#) > Different types of relationships/Dealing with authority/ Failed Relationships

Welche Eigenschaften braucht man eigentlich, um sich dem Gesellschaftsdruck zu widersetzen?

Man sollte:

- ein starkes Selbstvertrauen haben
- ein gesundes Selbstwertgefühl haben
- einen eigenen persönlichen Lebenssinn finden/haben (der Lebenskraft und Lebensfreude bringt)
- mit Begeisterung leben
- häufiger die Dinge tun, die einem wirklich wichtig sind
- sich die Zeit nehmen, über die eigenen Ideen und Ziele nachzudenken
- abschalten und sich entspannen können

- die freie Zeit nicht mit Nachhilfeunterricht und Freizeitaktivitäten verplanen, sondern sich die Zeit nehmen, „die Seele baumeln zu lassen“
- ein einfacheres Leben als Gegensatz zu einem Leben in Luxus anstreben
- innere Zufriedenheit und seelische Gesundheit finden, um gut im Leben zurecht zu kommen.

Wollen Sie mehr über dieses Thema lesen? Dann klicken Sie hier:

[Gegen Gesellschaftsdruck und den heutigen Materialismus](#)

LINK:

German

[Home](#) > [German](#) > [Extension Course](#) > [Prescribed issues](#) > [Relationships](#) > Different types of relationships/Dealing with authority/ Failed relationships

Gesellschaftsdruck und Materialismus können Beziehungen zerstören. Wie kommt es dazu?

Der Trend ist eindeutig! Immer mehr Menschen suchen ein einfacheres Leben, um gegen den Druck der heutigen Welt anzukämpfen. Aber ist das die Lösung für alle? Hier zwei Interviews zu diesem Thema:

Interview 1: mit Tanja Wiebke (18)

1. Welches Stück ist dir von all deinen Habseligkeiten am wichtigsten? Warum ist es dir so wichtig?

Also im Moment ist mir mein neues Handy am wichtigsten – jetzt habe ich endlich auch eines, mit dem ich fotografieren kann. In meiner Clique hatten alle schon solche Handys, nur ich nicht. Außerdem finde ich es toll, dass ich damit auch ins Internet kann, aber das mache ich nicht zu oft, denn das kostet echt Geld. Die meisten Bilder auf meinem Handy sind natürlich Fotos von meinem Freund – so ist er immer bei mir.

2. Strebst du nach materialistischem Besitz? Warum/Warum nicht?

Ja, manchmal schon, eben weil die anderen die Sachen auch haben – deswegen das Handy. Aber nur in manchen Dingen will ich mit den anderen mithalten. Ein eigenes Auto brauche ich nicht, denn ich habe ein Fahrrad und damit komme ich überall hin. Auch Klamotten sind mir ziemlich egal – ich trage meistens nur Jeans und ein T-

Shirt und dafür ein Vermögen auszugeben, ist nicht mein Stil. Meine Eltern sind ein bisschen alternativ und das gefällt mir.

3. Ist es dir wichtig, im Trend zu bleiben?

Nein, nicht so sehr. Es gibt ein paar Leute in unserer Clique, die immer das Neueste haben müssen und dafür viel Geld ausgeben. Ich suche gern in Second-Hand Läden nach Kleidern oder Handtaschen und finde oft richtige „Schnäppchen“. Dann beneiden mich die anderen, weil ich nur einen Bruchteil des Geldes ausgegeben habe für etwas, was neu sehr teuer wäre.

4. Was führt deiner Meinung nach zu andauerndem Glück?

Vermutlich hat da jeder seine eigenen Vorstellungen. Für mich ist es wichtig, dass ich mit den Menschen meiner Umgebung gut auskomme, dass ich gesund bin und bleibe, und dass ich den Zielen, die ich mir gesteckt habe, langsam näher komme. Aber was ist schon von Dauer? Man muss versuchen, auch in schwierigen Situationen etwas Positives zu erkennen und darauf aufbauen.

5. Was würdest du tun, wenn du plötzlich Millionärin wärst?

Das Problem ist ja, dass heute eine Million gar nicht mehr so viel Geld ist. Meine Großmutter hätte mit einer Million ein echtes Vermögen bekommen und hätte alle vier Kinder auf die Universität schicken können. Ich würde für das Geld wohl ein Haus oder eine Wohnung kaufen – oder zumindest anzahlen!

6. Wie könntest du dein Leben vereinfachen?

Mein Leben ist eigentlich nicht sehr kompliziert. Wenn ich die Schule und die Hausaufgaben und den damit verbundenen Stress nicht hätte, wäre es bestimmt einfacher. Aber was hätte ich dann? Einen Job, der vielleicht sehr anspruchsvoll ist und somit auch seinen Stress mit sich bringt. Oder, wenn es ganz schlimm kommt, gar keinen Job und ich könnte mir vorstellen, dass das Leben dann sehr schwierig wäre.

7. Was sind für dich die „kleinen Dinge“ im Leben, die unser Leben bereichern?

Ein Lächeln eines Fremden auf der Straße, eine Katze auf dem Schoß, eine Tasse Kaffee mit einem lieben Menschen – es gibt so viele Dinge. Wenn man sich an den stillen, kleinen Dingen erfreuen kann, wird man ausgeglichener und zufriedener.

8. Wie kann man ein Wochenende mit Freunden verbringen, ohne viel Geld auszugeben?

Ein Picknick am Wochenende mit Freunden ist für mich immer noch das Beste. Man kann im Park oder am Strand seine Decken ausbreiten, jeder bringt etwas zu essen und zu trinken mit und wenn man dann noch Boccia Kugeln, einen Ball und einen Drachen (kite) mitnimmt, haben garantiert alle Spaß. Nur muss das Wetter auch mitspielen!

9. Was findest du im Leben bizarr?

Dass wir Menschen nicht viel von der Geschichte lernen – dass wir immer noch die gleichen Fehler machen. Dabei soll der Mensch doch das intelligenteste Tier sein.

10. Was bedeutet dir am meisten im Leben?

Meine Familie, meine Freunde und andere liebe Menschen – ist doch wohl klar, nicht?

top of page ▲

Interview 2: mit Peter Gruber (17)

1. Welches Stück ist dir von all deinen Habseligkeiten am wichtigsten? Warum ist es dir so wichtig?

Mein Lieblingsbesitz ist wahrscheinlich mein Computer. Einerseits kann man ihn allein zum Spielen nutzen und so die Freizeit interessant verbringen, und andererseits kann man mit Freunden Kontakt aufnehmen und gemeinsam spielen. Ich nutze ihn natürlich auch für Hausaufgaben, und um mich auf Prüfungen vorzubereiten. Ich könnte mir mein Leben ohne meinen Computer gar nicht vorstellen.

2. Strebst du nach materialistischem Besitz? Warum/Warum nicht?

Ja, ich denke schon, dass ich nach materiellem Besitz strebe. Ich möchte bestimmte Dinge gern haben, um damit meine Freizeit besser gestalten zu können.

3. Ist es dir wichtig, im Trend zu bleiben?

Es ist mir wichtig, im Trend zu bleiben, weil ich nur so die Möglichkeit sehe, mit Freunden auf einer Ebene zu kommunizieren und ihre Gedankenwelt zu verstehen.

4. Was führt deiner Meinung nach zu andauerndem Glück?

Meiner Meinung nach gibt es kein andauerndes Glück. Hierfür gibt es verschiedene Gründe:

Erstens, der Mensch entwickelt immer neue Bedürfnisse. Er ist selten zufrieden mit dem, was er hat.

Zweitens, die Technik und damit der Markt verändern sich mit zunehmender Geschwindigkeit und wecken mit ihren stets neuen Angeboten neue Bedürfnisse. Und unbefriedigte Bedürfnisse führen zu Unzufriedenheit.

5. Was würdest du tun, wenn du plötzlich Millionär wärst?

Um ehrlich zu sein, diese Frage kann ich einfach nicht beantworten, weil eine derartige Situation mein Vorstellungsvermögen überschreitet. Aber ich denke schon, dass ich nur glücklich sein könnte, wenn ich so vielen Menschen wie möglich mit diesem Geld helfen könnte. Wie dieses konkret möglich wäre, weiß ich jetzt natürlich nicht; ich würde aber sicherlich Wege dafür finden.

6. Wie könntest du dein Leben vereinfachen?

Die einfachste Methode, mein Leben zu vereinfachen, wäre vielleicht nicht mehr zur Schule gehen zu müssen. Eine andere Möglichkeit sehe ich im Moment nicht, da ich neben dem Schulbesuch keine weiteren Verpflichtungen habe.

7. Was sind für dich die „kleinen Dinge“ im Leben, die unser Leben bereichern?

Ich denke, dass es unzählige „kleine Dinge“ gibt, die unser Leben bereichern. Hierzu gehören zum Beispiel ein freundliches Wort, eine liebevolle Geste, das Gefühl der Geborgenheit in der Familie, das Surfen in den Wellen usw. Diese Aufzählung ließe sich endlos fortsetzen.

8. Wie kann man ein Wochenende mit Freunden verbringen, ohne viel Geld auszugeben?

Das ist für mich sehr einfach, da meine Eltern sehr großzügig sind. Meine Freunde verbringen oft ein ganzes Wochenende bei uns. Meine Eltern finden das sehr gut. Sie sagen, dass es sie jung hält, wenn sie unsere Musik hören und sich mit uns unterhalten können. So haben wir eine Menge Spaß, ohne Geld ausgeben zu müssen. Wenn wir doch einmal eine elternfreie Zeit haben wollen, gehen wir an einen See zum Zelten.

9. Was findest du im Leben bizarr?

Ich finde es eigenartig und schwer vorstellbar, dass mein behütetes Leben bald ein Ende haben wird. Im Sommer werde ich in meine eigene Wohnung ziehen und dort zum ersten Mal auf meinen eigenen zwei Beinen stehen und meine eigenen Entscheidungen treffen müssen. Es ist schon seltsam, dass der Jugendtraum vom eigenen Reich jetzt, wo in Erfüllung gehen wird, gar nicht mehr so erstrebenswert erscheint.

10. Was bedeutet dir am meisten im Leben?

Am wichtigsten sind mir zunächst: a) ein guter Schulabschluss und b) ein erfolgreiches Studium, um alle Chancen für einen interessanten und gut bezahlten Job zu haben. Darauf lege ich viel Wert. Danach kommen Gesundheit, Familie und Freunde.

Aufgabe 4 (Activity 4)

Das Thema Gesellschaftsdruck kann man sowohl mündlich als auch schriftlich diskutieren. Zusammen mit ein paar Mitschülern/Innen diskutieren Sie das folgende Thema:

Heutzutage scheint sich die Welt schneller zu drehen als früher. In der Vergangenheit war das Leben einfacher und daher viel besser.
The world today seems to turn faster than it used to. Life in the past was simpler and therefore much better.

Hier die fünf Schritte, die Sie ausarbeiten können:

1. Als ersten Schritt bestimmen Sie die **Hauptursachen** von Gesellschaftsdruck. Vielleicht gibt es mehr Hauptursachen als Sie brauchen.
The first step is to determine the main causes of pressures in society. You may come up with more than you need.
2. Zweitens entscheiden Sie sich, welche Hauptursachen Ihnen **am wichtigsten** sind und ob Sie sie mit Beweisen/Beispielen belegen können. (Etwa drei Hauptursachen sind normalerweise empfehlenswert.)
Secondly you should decide which of the main causes are the most important and whether you can support them with evidence/examples. (Approximately three main causes is usually a good number.)

3. Als dritten Schritt entwickeln Sie die Hauptursachen **mit schlüssigen Beweisen**.
As the third step you should develop the main ideas by providing supporting evidence.
4. Dann **ordnen Sie** die Hauptursachen (nach Wichtigkeit) und überlegen, mit welchen **Redewendungen** Sie sie verbinden können.
Then put them in order and think of expressions you can use to link them.
5. Als allerletztes überlegen Sie sich ein paar geeignete **Einleitungs-** und einige gute **Schlussätze** und präsentieren Ihre Antwort (entweder mündlich oder schriftlich).
Finally think of an appropriate introduction and some good concluding sentences and present your response (either verbally or in writing).

Wollen Sie mehr Themen diskutieren? Dann klicken Sie: [Zur Diskussion](#)

German

[Home](#) > [German](#) > [Extension Course](#) > [Prescribed issues](#) > [Relationships](#) > Different types of relationships/Dealing with authority/ Failed Relationships

Zur Diskussion

1. Stimmt das Motto: „Nur wer mitschwimmt, geht nicht unter“?
Is it true to say: "Only s/he who swims with the group doesn't sink"?
2. Warum finden es so viele Menschen schwierig, ein Gleichgewicht zwischen Privatleben und Arbeit zu finden?
Why do so many people find it difficult to find a balance between their private life and work?
3. Kann man sich vom Gesellschaftsdruck befreien?
Is it possible to free yourself from pressures in society?
4. Jeder muss seinen eigenen Weg zum Erfolg entdecken. Was meinen Sie dazu?
Everyone has to find their own path to success. What's your opinion?

5. Im Vergleich zu früher machen Eltern heutzutage zu viel für ihre Kinder. Dies hat negative Folgen für alle. Was meinen Sie dazu?

In comparison to past generations, today's parents do too much for their children, which has negative consequences for all concerned. What do you think?

6. Die heutige Generation hat weniger Respekt vor Autorität als Generationen von früher. Stimmen Sie dem zu?
Today's generation is less respectful of authority than the older generations. Do you agree?