

## Arbeitsmaterialien für Lehrkräfte

**Kreative Ideen und Konzepte inkl. fertig ausgearbeiteter Materialien und Kopiervorlagen für einen lehrplangemäßen und innovativen Unterricht**

Thema: Ethik Sekundarstufe I, Ausgabe: 59

Titel: Vom Rätsel der Träume (38 S.)

### Produktinweis zur »Kreativen Ideenbörse Sekundarstufe«

Dieser Beitrag ist Teil einer Print-Ausgabe aus der »Kreativen Ideenbörse Sekundarstufe« der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG\*. Den Verweis auf die jeweilige Originalquelle finden Sie in der Fußzeile des Beitrags.

- ▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Seit über 15 Jahren entwickeln erfahrene Pädagoginnen und Pädagogen kreative Ideen und Konzepte inkl. sofort einsetzbarer Unterrichtsverläufe und Materialien für verschiedene Reihen der Ideenbörse.

- ▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

\* Ausgaben bis zum Jahr 2015 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

### Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter [www.eDidact.de/sekundarstufe](http://www.eDidact.de/sekundarstufe).

### Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet. Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

### Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf Fotokopien in Klassensatzstärke zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

- ▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

**Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:**

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: [service@eDidact.de](mailto:service@eDidact.de)

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG  
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

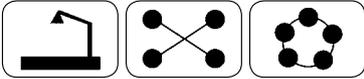
☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

<http://www.eDidact.de> | <https://www.bildung.mgo-fachverlage.de>

**Vom Rätsel der Träume****3.2.13****Teil 3.2: Glück und Sinnfindung****3.2.13 Vom Rätsel der Träume****Kompetenzen und Unterrichtsinhalte:**

Die Schüler sollen

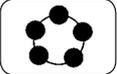
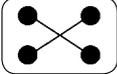
- sich anhand verschiedener Beispiele über die Bedeutung des Begriffes „Träumen“ bewusst werden und den Schlafraum als psychische Aktivität während des Schlafens von anderen Begriffsbedeutungen getrennt wahrnehmen,
- ausgehend von Fragen und Quizergebnissen Interesse und Neugier für eine vertiefte Auseinandersetzung mit Traum und Schlaf entwickeln,
- im Rahmen eines Projekts sich in Gruppen mit verschiedenen Aspekten (Schlafzyklen, Hirnaktivität während des Träumens, Traum Inhalte und Einflüsse darauf, Sigmund Freud, die Psychoanalyse und die Bedeutung von Träumen, ...) auseinandersetzen, diese verständlich und anschaulich als Handout gestalten und präsentieren,
- verschiedene Theorien über die Funktion des Träumens kennenlernen und reflektieren,
- in Diskussionen eine Position entwickeln, in der sie den Stellenwert von Schlaf und Traum sowie die mögliche Bedeutung von Träumen für ihr Leben (Impulsgeber, Problemlöser, Zugang zum Unbewussten, ...) reflektieren,
- anhand verschiedener Zusatzaufgaben sich spielend, musizierend, recherchierend, gestaltend, ... vertieft mit weiteren Aspekten zum Thema „Schlaf und Traum“ auseinandersetzen (Traumdatenbank, Einschlaflieder, Schlafkleidung, ...).

Didaktisch-methodischer Ablauf	Inhalte und Materialien (M)
<p><b>1. und 2. Stunde: Menschen träumen</b></p> <p>Zur Einstimmung werden die drei Beispiele von M1a (auf Folie kopiert) über den Overheadprojektor als stummer Impuls präsentiert. Die Schüler sind aufgefordert, sich zunächst spontan zu äußern und anhand der Arbeitsaufträge 1 bis 5 von M1b die verschiedenen Bedeutungen von „träumen“ zu erschließen: Tagträume, Lebensträume und Schlafträume.</p> <p>Um Letztere geht es nun vorrangig: In Gruppen kommen die Schüler zusammen und tauschen ihre Traum- und Schlafgewohnheiten miteinander aus, wobei die Kärtchen mit Fragen als Gesprächsimpuls dienen (M1c kopieren und Kärtchen ausschneiden).</p> <p>Abschließend berichten sie im Plenum von Gemeinsamkeiten und Unterschieden, die in den Gruppengesprächen deutlich wurden.</p>	<div style="text-align: center;">  </div> <p><u>Zur Bedeutung des Begriffes „Träumen“, M1a und b:</u>  1. im Schlaf träumen (Peer); 2. einen tiefen Wunsch haben (Merle); 3. dösen, nicht bei der Sache sein (Paul)</p> <p><u>Zur ersten Bedeutung, dem Schlafraum:</u>  psychische Aktivität während des Schlafes, eine in bestimmten Phasen des Schlafens auftretende Bilderabfolge von vorwiegend visueller Qualität, die in einem eingeschränkten und veränderten Bewusstsein – dem Traumbewusstsein – erlebt wird</p> <p><u>Zu den Kärtchen, M1c:</u>  Thematisiert werden Fragen wie z. B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Habt ihr ein Kuscheltier im Bett?</li> <li>• Könnt ihr woanders gut schlafen?</li> <li>• Träumt ihr? Wie oft? Könnt ihr euch gut an die Träume erinnern?</li> </ul>

## 3.2.13

## Vom Rätsel der Träume

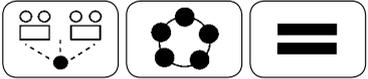
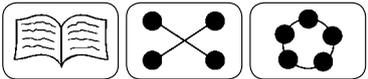
## Teil 3.2: Glück und Sinnfindung

<p>Die Definitionen von M1d können zur Ergebnissicherung herangezogen werden, wenn nach all den Gesprächen die Frage nach der genauen Bedeutung von „Traum“ geklärt werden soll.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habt ihr Erinnerungen an besonders schöne oder schlechte Träume?</li> <li>• ...</li> </ul> <p>→ <b>Arbeitsblätter 3.2.13/M1a bis c*</b> → <b>Texte 3.2.13/M1d**</b></p>
<p><b>3. Stunde: Das Rätsel des Schlafens und des Träumens</b></p> <p>Aufbauend auf die vorangegangenen Stunden sollen nun Interesse und Neugier geweckt werden, mehr über den Schlaf und das Träumen zu erfahren. Ergänzend zu M2a können die Schüler eigene Fragen auf (vorbereitete) Sprechblasen notieren. Diese werden dann gesammelt, präsentiert und die Schüler tauschen Vermutungen oder Kenntnisse aus.</p> <p>Alternativ wird das Quiz „Wissenswertes über Schlaf und Traum“ von M2b und c eingesetzt. Hier kreuzen die Schüler in Einzelarbeit ihre Vermutungen oder Kenntnisse zu verschiedenen Aussagen an (richtig oder falsch?) und vergleichen anschließend ihre Ergebnisse mit den Lösungen von M2d.</p> <p>Bei beiden Varianten geht es darum, sich darüber bewusst zu werden, wie wenig wir über Schlaf und Traum wissen – und natürlich darum, mehr erfahren zu wollen.</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p>Mögliche Fragen sind (vgl. M2a):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was hat Einfluss auf das, was wir träumen?</li> <li>• Warum sind Träume oft so unrealistisch und bizarr?</li> <li>• Warum erinnern sich viele nur selten oder gar nicht an ihre Träume?</li> <li>• ...</li> </ul> <p>Zum Quiz, M2b bis d: Hier geht es um richtige und falsche Aussagen zu verschiedenen Aspekten – z. B. durchschnittliche Schlafdauer von Menschen in Industrienationen, Power-Nap, Schlaf bei Delfinen, Narkolepsie, REM-Träume, Schlafphasen, Traumsymbole, Schlafwandel, ...</p> <p>Die Lösungen von M2d sind bewusst kurz gehalten, denn im sich anschließenden Projekt erfolgt eine vertiefte Auseinandersetzung.</p> <p>→ <b>Arbeitsblätter 3.2.13/M2a bis c*/**</b> → <b>Lösungen 3.2.13/M2d</b></p>
<p><b>4. bis 6. Stunde: Projekt: Schlafen und Träumen</b></p> <p>Auf der Basis der vorangegangenen Stunden geht es nun um Fakten: Neun Themen stehen zur Auswahl für neun Gruppen, wobei es Themen verschiedenen Umfangs und Schwierigkeitsgrades gibt.</p> <p>Die Schüler bilden Gruppen und wählen ein Thema aus (unter Berücksichtigung von Umfang und Schwierigkeitsgrad), mit dem sie sich näher beschäftigen wollen. Anhand der Arbeitsaufträge 1 bis 5 von M3a sichten sie das Material, klären Unbekanntes und erstellen ein Handout mit wesentlichen Informationen,</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p>Zu den neun Themen, M3a bis p: ( ) = Anzahl der Schüler in der Gruppe * = leicht ** = mittelschwer *** = anspruchsvoll</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Schlafzyklen: Was passiert, wenn wir schlafen? (2–3)**</li> <li>2. Was passiert während des Träumens im Gehirn? (1–2)***</li> <li>3. Traumtypen: Gibt es verschiedene Arten von Träumen? (1–2)*</li> <li>4. Traum Inhalte I: Wovon träumen wir? (2)**</li> <li>5. Traum Inhalte II: Wovon träumen Kinder und</li> </ol>

## Vom Rätsel der Träume

## 3.2.13

## Teil 3.2: Glück und Sinnfindung

<p>welche sie anschaulich und verständlich zu Papier bringen. Die Handouts werden zu einem vereinbarten Termin bei der Lehrkraft abgegeben, korrigiert, kopiert und für den Vortrag an die Zuhörer verteilt.</p> <p>Zur Differenzierung können innerhalb der Erarbeitungsphase die Zusatzaufgaben von M5a bis d angeboten werden: ob fakultativ oder obligatorisch, als Hausaufgabe oder bei Zeitplus, bleibt je nach zeitlichem Rahmen zu entscheiden; denkbar und sinnvoll wäre es, dass jeder Schüler sich eine der Zusatzaufgaben aussucht und in Einzelarbeit erledigt.</p>	<p>Jugendliche? (3–4)*</p> <p>6. Was kann unsere Traum Inhalte beeinflussen? (3–4)***</p> <p>7. Warum erinnern wir uns so selten an unsere Träume? (4–5)***</p> <p>8. Können wir aus Träumen lernen? (3–4)**</p> <p>9. Sigmund Freud und die Psychoanalyse (2–3)**</p> <p><u>Zu den Zusatzaufgaben, M5a bis d:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dichter und Denker über Träume</li> <li>• Allerlei zum Thema „Schlaf und Traum“</li> </ul> <p>→ <b>Arbeitsblatt 3.2.13/M3a**</b>  → <b>Texte 3.2.13/M3b bis p*/**/**</b>  → <b>Zusatzaufgaben 3.2.13/M5a bis d**</b></p>
<p><b>7. und 8. Stunde: Präsentation</b></p> <p>Die Gruppen stellen ihre Themen in der vorgegebenen Reihenfolge vor, während die anderen Schüler – die Handouts zu den Themen vor sich liegend – zuhören. Nach den einzelnen Präsentationen können Fragen gestellt, Feedback gegeben und eine Reflexion (mithilfe der Denkanstöße von M3a) in Gang gebracht werden.</p>	 <p>Vorab sollten Kriterien für die Leistungsbewertung vereinbart werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppe: Bewertung des Handouts (Verständlichkeit, Informationsgehalt, Anschaulichkeit) sowie der Präsentation</li> <li>• Einzelbeurteilung: Zusatzaufgabe</li> </ul>
<p><b>9. und 10. Stunde: Warum träumen wir? – Träume und ihre Funktion</b></p> <p>Nach dem Projekt besitzen die Schüler nun viele Kenntnisse über Traum und Schlaf. Offen bleibt jedoch, warum wir überhaupt träumen, ob das Träumen also eine Funktion hat.</p> <p>Die Schüler äußern sich anfangs zu dieser Frage und lesen dann die verschiedenen Antworten von M4a. Sie kreuzen an, welche Antworten für sie stimmig erscheinen.</p> <p>Nach dem Vergleichen und Diskutieren der Ergebnisse folgt das Lesen der zwölf Theorien (vgl. M4b bis d), am besten arbeitsteilig in Gruppen. Mithilfe der Arbeitsaufträge werden die Theorien zusammengefasst, zugeordnet, vorgestellt und reflektiert.</p>	 <p>Es gibt verschiedene Theorien über die Funktion von Träumen, z. B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie sind ein phylogenetisches Überbleibsel ohne Funktion.</li> <li>• Sie sind eine Begleiterscheinung des Schlafes ohne bedeutsame Wirkung.</li> <li>• Sie dienen dem Reifungsprozess im Gehirn.</li> <li>• Sie sind eine Art „Programmierung“, die die Individualität sicherstellt.</li> <li>• Sie dienen der Kompensation, der Reinigung, der Stimmungsregulierung, der systematischen Desensibilisierung, ...</li> </ul> <p>Traumforscher sind sich trotz dieser vielen Theorien einig, dass die Frage nach der Funktion von Träumen letztlich ungeklärt bleibt – denn solange Träume nur im Wachbewusstsein</p>

## 3.2.13

## Vom Rätsel der Träume

## Teil 3.2: Glück und Sinnfindung

Die Stunden schließen mit einer Diskussion (in Gruppen oder im Plenum): Anhand verschiedener Aussagen zur Bedeutung/Funktion und zum Stellenwert des Träumens nehmen die Schüler Stellung, sprechen zu oder wider und tauschen somit ihre gewonnenen Erkenntnisse und ihre Gedanken, Gefühle, Sorgen oder Wünsche bezüglich Schlafen und Träumen aus.

erfasst werden können, gibt es keine eindeutige Antwort.

→ **Arbeitsblatt 3.2.13/M4a\*\***

→ **Texte 3.2.13/M4b bis f\*/\*\*/\*\***

**Tipp:****Bücher:**

- Klein, Stefan: Träume. Eine Reise in unsere innere Wirklichkeit, Fischer, Frankfurt am Main 2014
- Mertens, Wolfgang: Traum und Traumdeutung, Beck, München 2003
- Vollmar, Klausbernd: Das große Praxisbuch der Traumdeutung: Wie man seine Träume verstehen lernt, Knauer, München 2011
- GEOkompakt: Schlaf und Traum, Nr. 48, Gruner und Jahr, Hamburg 2016

**Internet:**

- <http://www.dasgehirn.info/handeln/schlaf-traum>
- <http://www.geo.de/geolino/mensch/5761-rtkl-schlaf-traeume-alles-schaeume>

**Autorin:** Kristina Maiwald, geb. 1969, studierte Kunst, Deutsch und Englisch für das Lehramt an Realschulen. Zurzeit unterrichtet sie die Fächer Ethik, Kunst, Deutsch und Englisch in Braunschweig. Neben einem Lehrauftrag an der FH Braunschweig/Wolfenbüttel ist sie als freie Autorin für verschiedene Schulbuchverlage tätig und gibt die Ideenbörse Ethik Sekundarstufe I heraus.