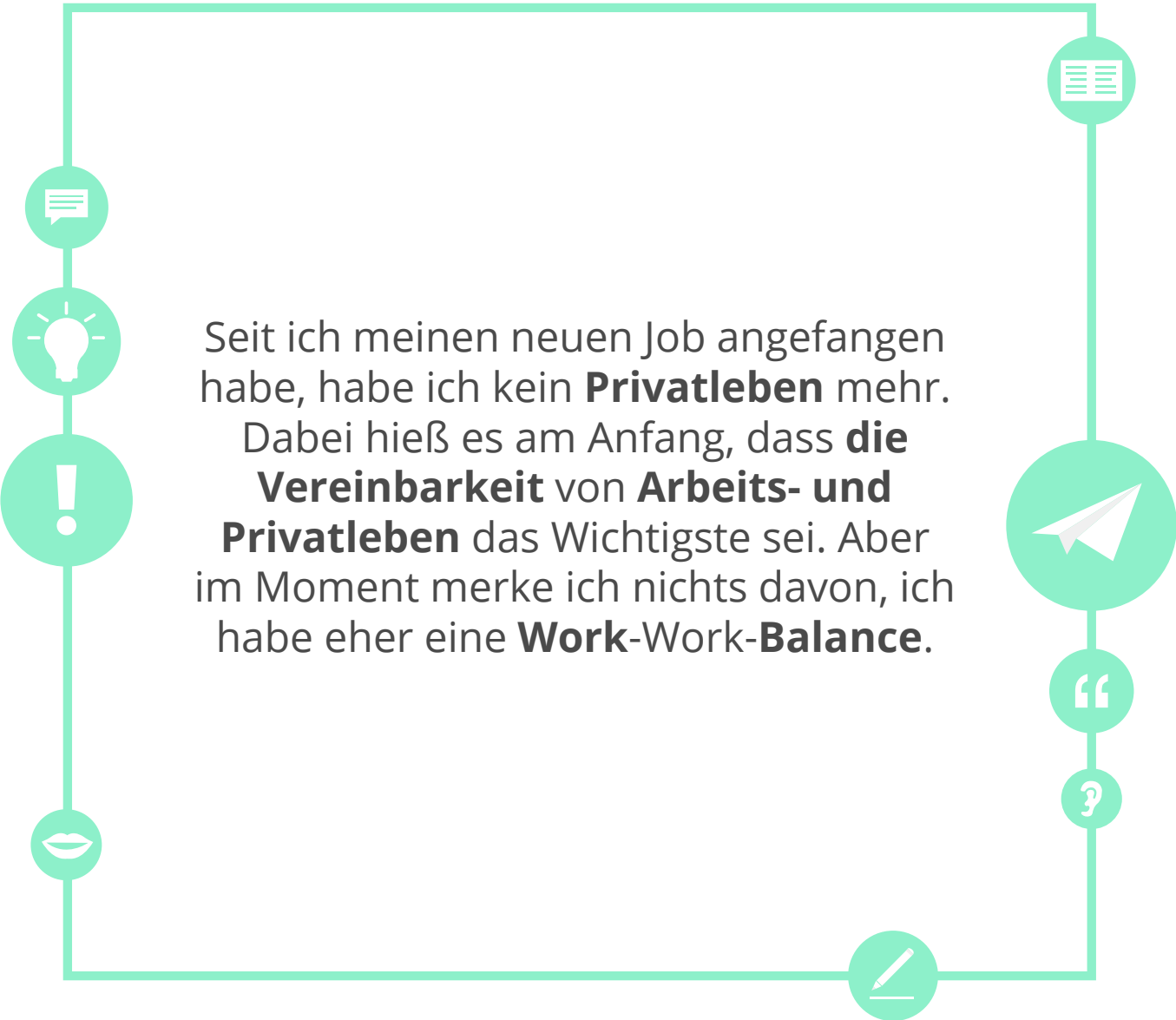




Lernziele

- Kann mit passendem Vokabular ausführlich über Work-Life-Balance sprechen.
- Kann über die Vor- und Nachteile der Priorisierung von Arbeit diskutieren und meine Meinung dazu begründet darlegen.





Seit ich meinen neuen Job angefangen habe, habe ich kein **Privatleben** mehr. Dabei hieß es am Anfang, dass **die Vereinbarkeit** von **Arbeits- und Privatleben** das Wichtigste sei. Aber im Moment merke ich nichts davon, ich habe eher eine **Work-Work-Balance**.



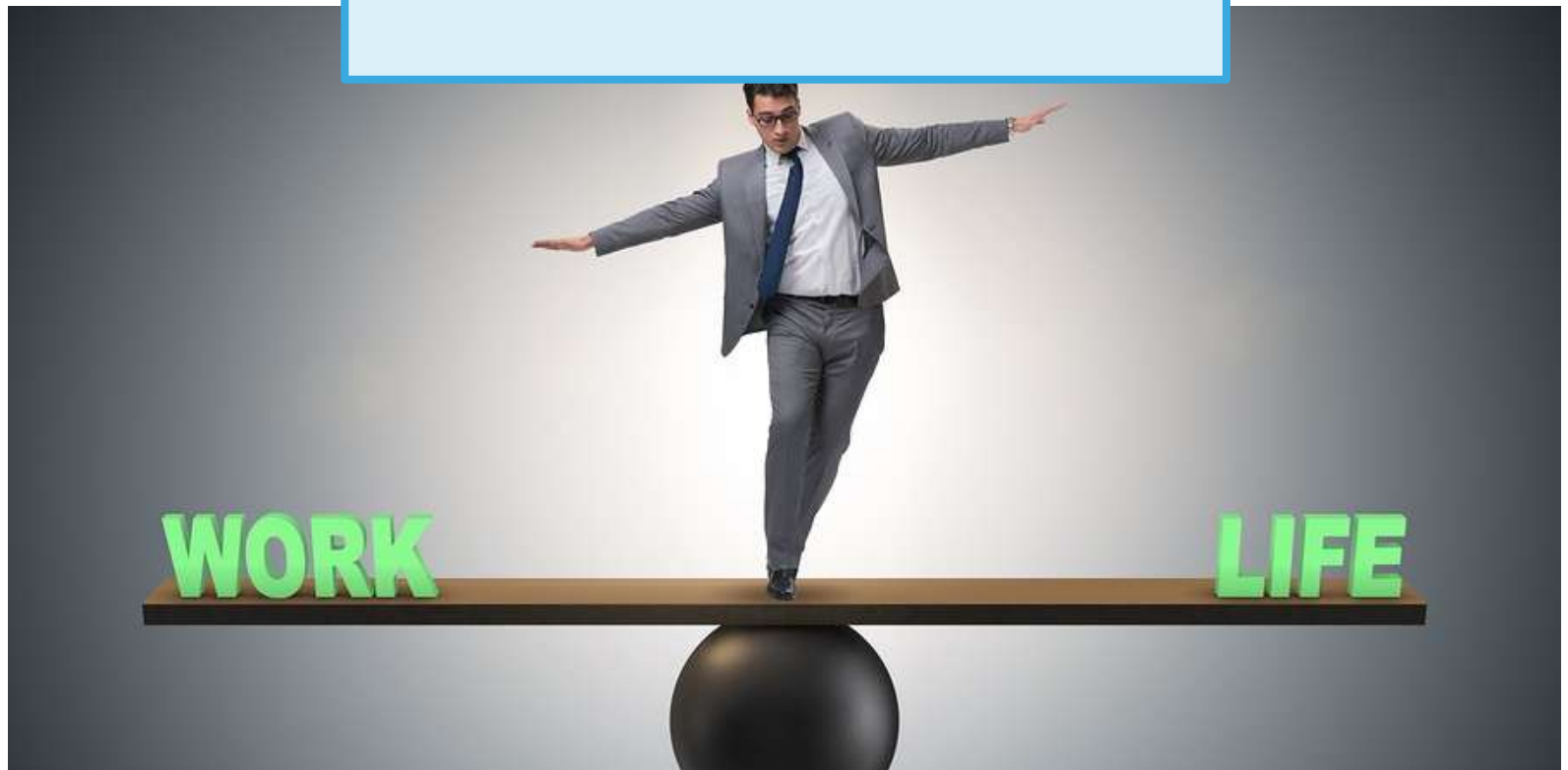
Work-Life-Balance

- Dabei geht es um die Balance zwischen den beiden großen Teilen des Lebens.



Im Idealfall ist das Verhältnis von Arbeit und Leben ausgeglichen. Aber was ist schon ideal?

die Work-Life-Balance



Im Moment arbeite ich 6 Stunden am Tag, sodass ich noch genug Zeit für Hobbys und Familie habe. Meine **Work-Life-Balance** funktioniert also ganz gut.

das Arbeitsleben



Mit meinen 30 Jahren stehe ich mitten im **Arbeitsleben**.

das Privatleben

in Einklang bringen



Harmony!

Family

Career

Ich möchte meine Arbeit unbedingt mit meinem **Privatleben in Einklang bringen**, denn ich brauche den Ausgleich zum stressigen Arbeitsalltag.

die Vereinbarkeit



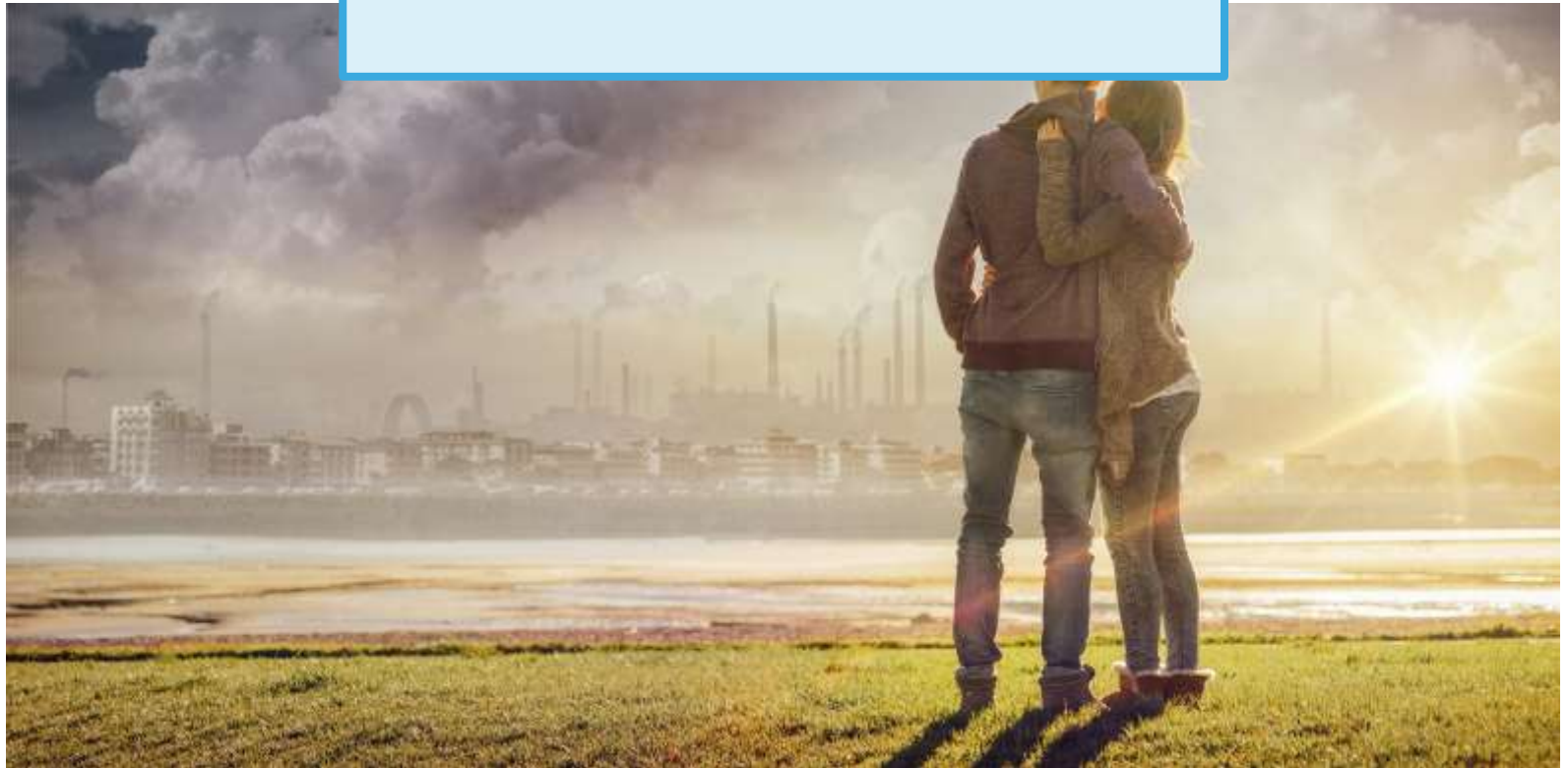
Die Vereinbarkeit von Beruf und Familie ist vielen jungen Menschen heutzutage sehr wichtig.

alles unter einen Hut bekommen



Um alle meine Termine **unter einen Hut** zu **bekommen**, muss ich sehr gut planen.

die Karriere



Eine tolle **Karriere** ist uns nicht so wichtig, wie die Möglichkeit, viel Zeit miteinander zu verbringen.



Work-Life-Balance



An manchen Tagen ist es gar nicht so einfach, **alles unter einen Hut zu bekommen.**

Bei der **Work-Life-Balance** geht es darum, **Arbeits- und Privatleben in Einklang zu bringen.**



Natürlich **make** ich erst einmal **Karriere**. Ob ich irgendwann Zeit für Kinder habe, weiß ich noch nicht.

Meine Arbeit sollte mit meiner Familie **vereinbar sein.**





Schreibe die Sätze um und benutze das neue Vokabular!

1. Vielen Menschen fällt es schwer, alle wichtigen Dinge miteinander zu koordinieren.



2. Das richtige Gleichgewicht zwischen Arbeiten und Leben ist mir wichtig.



3. Dass ich meine Familie gut mit der Arbeit kombinieren kann, ist ein wichtiges Kriterium bei der Arbeitssuche.



4. Mein Freund wurde bisher jedes Jahr befördert, beeindruckend.



5. Was ich privat mache, geht dich nichts an.





Beschreibe die beiden Bilder

Was stellen diese Bilder dar? Beschreibe sie und nutze die neuen Vokabeln!





Und bei dir?

Beantworte die folgenden Fragen zu den Fotos!



Welches der beiden passt besser zu deinem derzeitigen Leben?

Was spricht dich eher an?



Warum?

Bist du mit deiner Work-Life-Balance zufrieden?

das persönliche Wohlbefinden



Das persönliche Wohlbefinden sollte für jeden an erster Stelle stehen.

Energie tanken



Nach einer stressigen Woche kann ich in der Natur am besten **Energie tanken**.

das soziale Engagement

die Anerkennung



Soziales Engagement ist mir sehr wichtig, daher bin ich nebenbei Lesepate für Kinder. Die **Anerkennung** und Dankbarkeit, die ich in dieser Tätigkeit bekomme, freut mich sehr.

die Lebensqualität



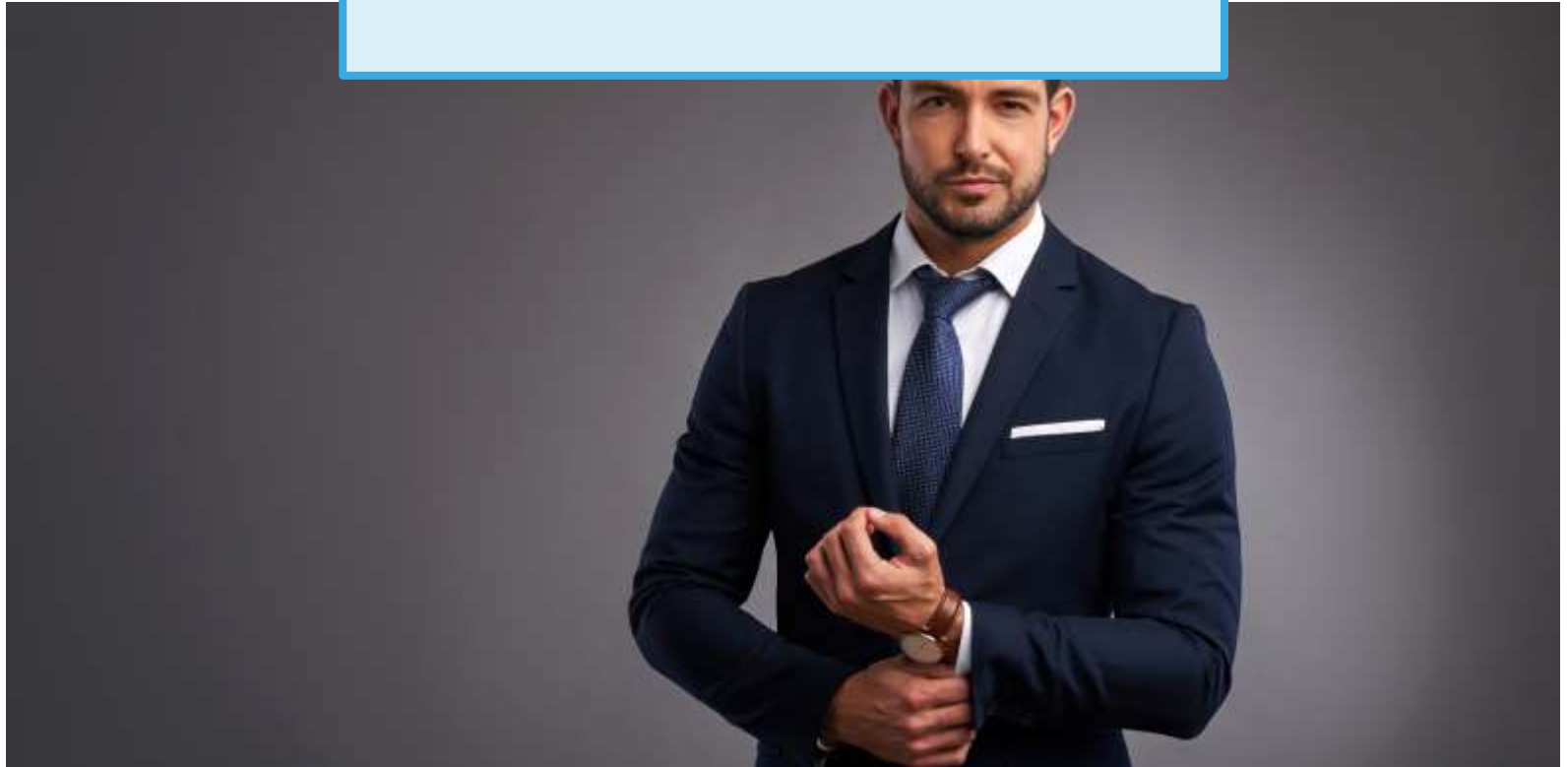
Zur guten **Lebensqualität** gehört für mich auch, ab und zu einen Tag nur auf dem Balkon zu liegen und zu entspannen.

das Gleichgewicht



Mein Leben ist gerade etwas aus dem **Gleichgewicht** geraten, da ich zu viel arbeite.

der gesellschaftliche Status



In einigen Ländern geht **der gesellschaftliche Status** mit einer guten Arbeit einher.



Lebensqualität



Anerkennung und ein hoher **gesellschaftlicher Status** sind mir sehr wichtig.

Für viele bedeutet **Lebensqualität** auch, dass ein **Gleichgewicht** zwischen Arbeit und Freizeit herrscht.



Für das **persönliche Wohlbefinden** ist es sehr wichtig, am Wochenende rauszukommen, den Kopf frei zu kriegen und **Energie** zu **tanken**.

Wenn man sich **sozial engagiert**, macht man viele wertvolle Erfahrungen.





Erkläre mit eigenen Worten

alles unter einen Hut
bekommen

Karriere

persönliches
Wohlbefinden

gesellschaftlicher
Status

Anerkennung

Lebensqualität



Erstelle eine Rangliste und diskutiere sie mit deinem Lehrer!

Wie wichtig ist dir...?

Anerkennung

gesellschaftlicher
Status

soziales
Engagement

Karriere

persönliches
Wohlbefinden



Erzähl von dir

Beantworte die Fragen!



Engagierst du dich sozial?
(Würdest du gern oder hast du es mal gemacht?)

Wenn ja: Was gibt es dir?
Wenn nicht: Warum nicht?

Wo und wie erfährst du Anerkennung?

Wie tankst du Energie?

das Zeitmanagement



In meinem Beruf muss ich mich organisieren und ein gutes **Zeitmanagement** haben.

die Effektivität



Wenn wir erfolgreich sein wollen, müssen wir unsere **Effektivität** noch weiter steigern.

die Fortbildung



Regelmäßige **Fortbildungen** sind für Ärzte verpflichtend.

die Überforderung

das Burnout-Syndrom



Überforderung kann eine Ursache des **Burnout-Syndroms** sein.

der Arbeitsstil



Jeder hat einen anderen **Arbeitsstil**: Manche arbeiten lieber allein, ich bevorzuge es, mit meinen Kollegen zusammensitzen.



Effektives Arbeiten



Seit sie ihr **Burnout** hatte, hat sich ihr **Arbeitsstil** verändert: Sie achtet jetzt mehr darauf, auch mal kleine Pausen zu machen.

Sowohl **Überforderung** als auch **Unterforderung** machen Mitarbeiter unzufrieden.



Gutes **Zeitmanagement** steigert die **Effektivität** enorm.

Sie macht gerade eine **Fortbildung** zum Thema **Buchhaltung**.





Was meinst du? Begründe deine Meinung!

	ICH STIMME ZU	ICH STIMME NICHT ZU
1. Man bekommt nur einen Burnout, wenn man eine labile Persönlichkeit hat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Wenn einen die Arbeit überfordert, sollte man kündigen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Das Wichtigste auf der Arbeit ist Effektivität.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Das Wichtigste auf der Arbeit ist das soziale Miteinander der Kollegen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Mitarbeiter sollten verpflichtend drei Fortbildungen im Jahr besuchen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Man arbeitet, um zu leben!	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Sprich mit mir

Befrage deinen Lehrer und umgekehrt!

Hast du dich schon einmal nah am Burnout gefühlt?

Was hast du getan, um ein Burnout zu verhindern?

Lebst du um zu arbeiten oder arbeitest du, um zu leben?

Überlege dir eine weitere Frage!



Freundschaftlicher Rat

**Deine Freundin sagt also Folgendes.
Diskutiere mit ihr und nutze die Argumente aus der vorherigen
Aufgabe!**

“

Ich habe ein Angebot von einer anderen Firma und jetzt will ich bei meiner Firma kündigen. Im neuen Job würde ich etwa 10 Stunden pro Woche mehr arbeiten, aber auch ordentlich Geld verdienen. Was meinst du, soll ich machen?

”

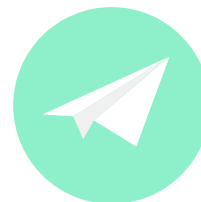


Über die Lernziele nachdenken

Gehe zur zweiten Seite dieser Lektion zurück und prüfe, ob du die Lernziele erreicht hast.

ja

nein

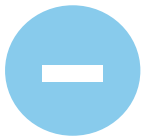
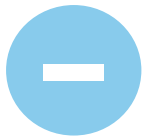




Über diese Lektion nachdenken

Denke bitte an all das, was du in dieser Lektion gelernt hast.
Was war am schwierigsten (Übungen, Wortschatz...)? Und am einfachsten?



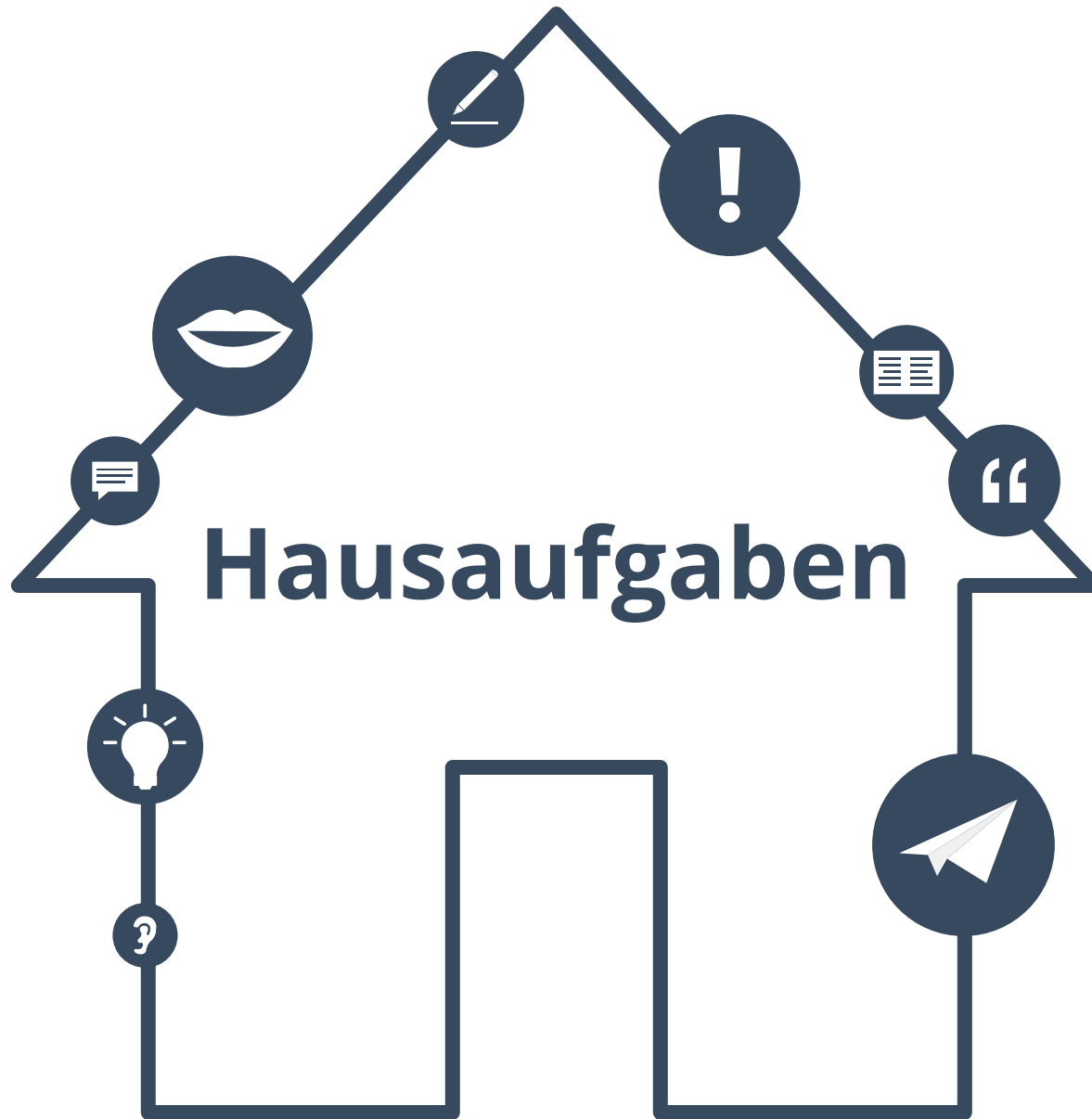




Wenn du Zeit hast, gehe noch einmal zurück zu den schwierigsten Seiten.



Lösungen

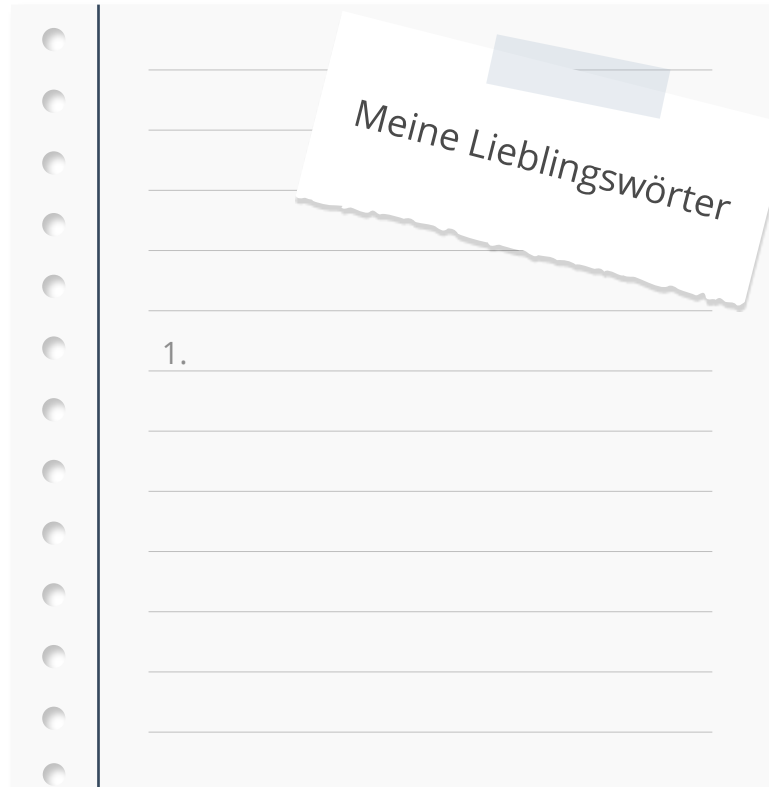
S.12: 1. Vielen Menschen fällt es schwer, alle wichtigen Dinge unter einen Hut zu bekommen, 2. Die richtige Work-Life-Balance ist mir wichtig, 3. Die Vereinbarkeit von Familie und Arbeit kombinieren, ist ein wichtiges Kriterium bei der Arbeitssuche, 4. Mein Freund hat bisher eine beeindruckende Karriere hingelegt, 5. Mein Privatleben, geht dich nichts an.





Meine Lieblingswörter

Welche Wörter und Wendungen aus dieser Lektion haben dir besonders gut gefallen? Notiere sie!

A graphic of a notepad with a spiral binding on the left side. A white sticky note with a light blue tab is attached to the top right of the notepad. The sticky note has the text "Meine Lieblingswörter" written on it. The notepad has several horizontal lines for writing. The first line is numbered "1." and is followed by several more blank lines.

Meine Lieblingswörter

1.

