

# ***Inhaltsverzeichnis***

|   |    |
|---|----|
| Vorwort . . . . .   | 4  |
| Übersichtstabelle zu allen schnellen Stunden . . . . .          | 5  |
|   |    |
| Abc der Menschlichkeit . . . . .                                | 6  |
| Achtsamkeitstraining . . . . .                                  | 8  |
| Beziehungskiste . . . . .                                       | 11 |
| Bildung kann die Welt verändern . . . . .                       | 13 |
| Chill mal dein Leben! . . . . .                                 | 15 |
| Damals war alles besser! . . . . .                              | 17 |
| Der Kompass meines Lebens . . . . .                             | 19 |
| Entscheide dich – eine Dilemmageschichte . . . . .              | 22 |
| Ethikquiz . . . . .   | 24 |
| Ethisch korrektes Konsumverhalten . . . . .                     | 27 |
| Familiengeschichten . . . . .                                   | 29 |
| Fragensteller . . . . .   | 31 |
| Gefühlstheater . . . . .  | 33 |
| Generation Gummistiefel – Gutes tun und darüber reden . . . . . | 36 |
| Glückssucher – ein kleines Videoprojekt . . . . .               | 39 |
| Go Future – Unternehmen Zukunft . . . . .                       | 41 |
| Identität 2.0 . . . . .   | 43 |
| Leben im Gleichgewicht . . . . .                                | 45 |
| Lebensthemen . . . . .  | 47 |
| Lebenstipps vom Dalai Lama . . . . .                            | 50 |
| Auf den Punkt gebracht – Lebensweisheiten . . . . .             | 52 |
| Nachdenkliches . . . . .  | 55 |
| Ohne Liebe geht nichts . . . . .                                | 58 |
| Rechte und Pflichten . . . . .                                  | 60 |
| Religion – etwas zum Festhalten?! . . . . .                     | 62 |
| Satzfetzen . . . . .  | 65 |
| Sinnscout . . . . .   | 67 |
| Stopp! . . . . .  | 69 |
| Virtuelle Freundschaften . . . . .                              | 71 |
| Was wirklich wichtig ist im Leben . . . . .                     | 74 |