



Projekt Superklasse
Abschlussbericht 2017



Unser Dank gilt all den
Schülerinnen und Schülern und Lehrkräften,
die sich mit so viel Enthusiasmus
in dieses Projekt eingebracht haben.

Projekt Superklasse

Abschlussbericht 2017

Inhalt:

1. *Hintergrund*
2. *Zielsetzung*
3. *Wie verlief die Steuerung des Projekts?*
4. *Sind die Ziele erreicht worden?*
5. *Wie wird der Projekterfolg eingeschätzt?*
6. *Was ist am Projekt gut gelungen, was war weniger gut aus Sicht aller Beteiligten*
7. *Welche Schlussfolgerungen können aus dem Projekt hinsichtlich einer Weiterführung/ Wiederholung gezogen werden?*

Die Videoclips:

1. [„Auf der Reise“](#) *Stadtteilschule Meiendorf*
2. [„Hinterm Rücken“](#), *Gymnasium Corveystraße*
3. [„Der Held in dir“](#), *Gulya-Trebtsch-Stadtteilschule*
4. [„Es juckt mich nicht“](#), *Stadtteilschule Lurup*
5. [„Eine Art Magie“](#), *Stadtteilschule Süderelbe*

Projekt Superklasse

Abschlussbericht 2017

1.Hintergrund

Projekt Superklasse ist ein Good Practice Projekt der BzGA. Entwickelt und verantwortet von Annette Quinton wird es seit 2009 durchgeführt. Es wird finanziert von der Techniker Krankenkasse, von der Stabstelle Inklusion der BSB und der steg Hamburg mbH als Projektträgerin unterstützt.

Kinder und Jugendliche sind mit den herkömmlichen Methoden der Prävention und Gesundheitsförderung schwer zu erreichen, da diese oft auf sie belehrend wirken, sie die Auswirkungen von

sich selbst schädigenden Verhalten selten spüren und Gesundheit oft nur als Gegenteil von Krankheit sehen. Aus dieser Erkenntnis ist der Gedanke entstanden junge Menschen durch moderne Medien zu erreichen, da sie diese täglich nutzen. Das Projekt Superklasse fragt Schulklassen, was sie brauchen um gesund aufzuwachsen. Ihre gewählten Themen werden zu Songtexten verarbeitet, aus denen professionelle Musikvideoclips entstehen. Dabei sind die jeweiligen Schülerinnen und Schüler die alleinigen Interpreten.

2.Zielsetzung

Im Rahmen des Projektes erlangen die Schülerinnen und Schüler Wissen zu Themen der Gesundheitsförderung. Sie entwickeln Motivation, sich damit auseinanderzusetzen und ein entsprechendes Verhalten auszuprobieren. Mit dem selbst entwickelten Medienprodukt können sie wiederum dieses Wissen und die erworbenen Einstellungen zum Thema an andere weitergeben. Auf diesem Weg entdecken sie ihre Talente und kommen miteinander, mit den Lehrkräften und den Eltern ins Gespräch. Die Kinder erfahren, dass sie Einfluss auf ihre Gesundheit nehmen und dass sie durch eigene Entscheidungen ihrem Leben bereits eine Richtung geben können. Durch die

intensive Auseinandersetzung mit Themen wie Ernährung, Bewegung und seelische Gesundheit lernen sie, kritisch mitzudenken und sich selbst zu reflektieren. Darüber hinaus erhalten sie einen Einblick in die Medienkommunikation und professionelle Musik- und Videoproduktionen. Junge Menschen wachsen heute in einer Welt der Medien auf, die für sie spannend und faszinierend ist. Projekt Superklasse nutzt die positiven Effekte dieser Bereiche um Schülerinnen und Schüler anzusprechen. Musik ermöglicht darüber hinaus einen besonderen Zugang zu den eigenen

Projekt Superklasse Abschlussbericht 2017

Gefühlen und Emotionen sowie denen der Zuhörenden. Projekt Superklasse ermutigt die Kinder/Jugendlichen, sich an etwas heranzutrauen, was sie noch nicht ausprobiert, aber bei Medienvorbildern bereits gesehen haben. In anregenden Diskussionen entwickeln sie ihre Ansichten und Gedanken darüber, was sie brauchen um gesund aufzuwachsen. Gemeinsam entscheiden sie sich für ihr Thema, indem sie nach Antworten und Lösungen zu Problemstellungen suchen. Sie lernen, ihre Gefühle und Gedanken in Worte zu fassen und werden mit dem fertigen Produkt Botschafter ihrer Anliegen. Sie sind in jedem Schritt des Projekts die Akteure und erfahren so Bedeutung. Sie lernen voneinander, miteinander, erleben Rücksichtnahme, Kompromissbereitschaft sowie Wertschätzung sich selbst und den Mitschülern gegenüber. Das Ergebnis entlohnt sie, hebt ihr Selbstgefühl und ihre Selbstachtung. Die besondere Motivation und Begeisterung, die Kinder und Jugendliche bei ihrem kreativen Handeln mit der Erstellung eines eigenen Medienproduktes entwickeln, gibt allen einer Klasse die Möglichkeit diese Erfahrung zu machen, da dieses Projekt in starkem Maße niedrigschwellig arbeitet und jedes Kind seinen Teil dazu beiträgt. Bis heute sind 36 Songs und 29 Videoclips entstanden. Bei diesem Bericht handelt es sich um **Videoclips 25 – 29**



Projekt Superklasse

Abschlussbericht 2017

3. Wie verlief die Steuerung des Projekts?

Die Projektleitung stellt den Schülerinnen und Schülern den Ablauf des Projekts vor.

Sie erklärt ihnen die Bedeutung von Gesundheit und spricht mit ihnen über das Verhalten und dessen Auswirkungen auf die

eigene Gesundheit. Um den Austausch zu ermöglichen, stellt die Projektleiterin Fragen, wie:

*Welchen Wert hat für euch Gesundheit?
Was braucht ihr, um gesund aufzuwachsen?
Was kann eure gesunde Entwicklung behindern?
Was kann eure gesunde Entwicklung unterstützen?
Was sind eure Risikofaktoren, was sind eure Schutzfaktoren?*

Dabei entsteht ein reger Austausch von Gedanken, Erlebnissen und bereits gemachten Erfahrungen. Die wesentlichen Inhalte werden an der Tafel festgehalten. Aus dieser Sammlung entwickelt sich ein Thema, in das dann alle gemeinsam einsteigen. Es geht darum, entweder eine Situation oder ein Gefühl mit Worten zu beschreiben. Es wird beschrieben, wie mit Empfindungen und Erfahrungen umgegangen werden kann. Dabei ist es immer wieder interessant, wie viele Gedanken zusammengetragen werden. Darüber hinaus erhalten die Eltern einen Elterninfobrief, um auch sie über das Projekt zu informieren. So können sie ihre Kinder nach ihren Möglichkeiten im Projekt unterstützen.

In dieser Staffel arbeitete das Projektteam zum ersten Mal mit einer Schulklasse Ende Jahrgang 8. Dies hat das Projektteam vor neue Herausforderungen gestellt, denn diese Gruppe wollte weitaus mehr mitgestalten. So hat das Team es der Klasse ermöglicht eine Gruppe Schülerinnen und Schüler auszuwählen, die mit den ersten Songtextansätzen ins Tonstudio kam und dann dort bereits gemeinsam die Gestaltung der Komposition ausprobieren konnten und auf die Melodie gesetzt weiter den Text geschrieben haben. Das Verständnis für das Texten wurde dadurch auch leichter vermittelbar und umsetzbar. Es herrschte eine konzentrierte, kreative Atmosphäre. Seitdem hat das Projektteam diese Methode auch mit jüngeren Klassen erfolgreich übernommen.

Projekt Superklasse

Abschlussbericht 2017

4. Sind die Ziele erreicht worden?

Das Projektteam passt sich jeweils an die unterschiedlichen Umstände an und erreicht so fast immer das Ziel.

In nur sehr seltenen Fällen kommt ein Projekt einmal nicht zustande. Ist dies der Fall verabschiedet sich das Team aus der Klasse, gibt den Schülerinnen und Schülern jedoch Hinweise, um nach Möglichkeit das Projekt zu einem späteren Zeitpunkt

5. Wie wird der Projekterfolg eingeschätzt?

Anhand eines Feedbackbogens ermittelt das Projektteam im Anschluss die Meinung der Schülerinnen und Schüler zum Projekt und ihrem Ergebnis. Hier wird das Team immer wieder darin bestätigt, dass die Schülerinnen und Schüler, die an diesem Projekt teilnehmen, einen sehr großen, persönlichen Gewinn auf verschiedenen Ebenen für sich dabei herausziehen. Diese Art, sich mit dem Thema „Gesundheit“ auseinanderzusetzen, ist für diese Altersgruppe sehr passend und ansprechend. Der Erfolg wird als hoch eingeschätzt. Neben den Schülerinnen und Schülern der jeweiligen Schulen werden deren Freunde, Familie und Interessierte, in und um die Schule, sogar über die Grenzen von Hamburg und Deutschland hinaus erreicht. Es zeigt sich, wie wichtig es für Kinder und Jugendliche ist, über

umsetzen zu können.

Für das Projektteam ist das Arbeiten am Videodreh mit kleinen Gruppen von maximal 6 Jugendlichen am wirksamsten, da die Konzentration aller so auf höchstem Niveau gehalten werden kann.

ihre Ängste bezüglich ihrer Gesundheit und auch über ihre Sorgen sprechen zu können, aber auch zeigt sich, dass diese Art von Gesprächen in Familien zu selten geführt werden. Dieses Projekt sucht diese Gespräche, gibt Raum für Fragen um gemeinsam Antworten zu finden und dann Botschafter im Clip zu werden. Durch die Möglichkeit, sich kreativ auszudrücken, erfahren die Schülerinnen und Schüler viel über sich selbst und lernen, sich mit all ihren Stärken und Schwächen anzunehmen sowie die Leistung, den Mut und das Talent der Mitschülerinnen und Mitschüler anzuerkennen und sich dadurch herausfordern lassen. Das ist der größte Gewinn im Projekt.

Projekt Superklasse

Abschlussbericht 2017

6. Was ist am Projekt gut gelungen, was war weniger gut aus Sicht aller Beteiligten?

Die bildliche Darstellung der Ergebnisse entwickelt sich immer weiter, da das Projektteam sich in Verbindung mit den Schülerinnen und Schülern verschiedener Schulklassen ständig weiterentwickelt und neuen Erfahrungen Rechnung getragen wird. Es gelingt dem Projektteam immer mehr, die Kinder und Jugendlichen zum Schauspielen zu animieren und sich auch in diesem Bereich auszuprobieren. So bekommen die Clips eine

weitere höhere Qualität.

In dieser Reihe war zum ersten Mal ein Gymnasium dabei und was dabei zeigte sich, dass diese Kinder eine stärkere Selbstwirksamkeit zeigten. Sie konnten in ihrem Leben bereits mehr Erfolgserlebnisse verbuchen und die Erfolge ihrer eigenen Person zuschreiben. In der gemeinsamen Arbeit zeigte sich dadurch ein wesentlich höheres Selbstvertrauen.

7. Welche Schlussfolgerungen können aus dem Projekt hinsichtlich einer Weiterführung gezogen werden?

Für die Schülerinnen und Schüler ist dieses Projekt von besonderem Wert, da sie dabei sehr viel über sich selbst erfahren und sie selbstbewusster werden. Die Klassengemeinschaft wird gestärkt und die Lehrkräfte entdecken Fähigkeiten an den Schülerinnen und Schülern, von denen sie bisher nichts wussten. Die Bedeutung und der Wert von Gesundheit werden bewusster wahrgenommen.

Auch erfährt das Projektteam über den Feedbackbogen, welche nachhaltige Wirkung erzielt wird. Auch nach einem Jahr erhält

es noch Feedbacks und die Jugendlichen sagen, dass sie ein positiveres Bild von sich selber bekommen haben und ihr Selbstbewusstsein dauerhaft gestärkt wurde.

Das Projektteam hofft noch vielen Schulklassen diese Möglichkeit geben zu können.

Jede Schule, die einmal am Projekt teilgenommen hat, lädt wieder in neue Klassen ein. Auch für die Schulen bedeutet dieses Projekt öffentlichkeitswirksame Aufmerksamkeit und trägt zum Weiterdenken bei den Lehrkräften bei.

Projekt Superklasse

Abschlussbericht 2017

1. Auf der Reise



Was beschäftigt 14- 15-Jährige? Es sind die Fragen: Wer bin ich? Was macht mich aus? Wer kann ich sein? Gerade diese Zeit benötigt achtsame, aufmerksame Begleiter, denn in keinem Alter ist die Freude an sich selbst und auch die Verzweiflung daran so groß. In ihrem Songtext haben sie genau das zum Thema gemacht, es ist die Suche nach sich selbst, die

REFRAIN:

*Auf der Reise, werd` ich weiser,
meine Reise zu mir hin.
Ich entscheide, wie ich lebe,
entscheide wer ich bin.
Auf der Reise, werd` ich weiser,*



Frage nach den richtigen Entscheidungen, die Unsicherheit, aber auch die Leichtigkeit, die so nur in jungen Menschen zu finden ist. Die Jugendlichen waren im Anschluss sehr stolz auf ihren Clip und haben sich gegenseitig dafür Anerkennung ausgesprochen.

*meine Reise zu mir hin.
Ich entscheide, wie ich lebe, entscheide wer ich bin
Was ich gebe, was ich nehme,
ist alles in mir drin
und verlier ich meine Wege,
und weiß nicht mehr wohin,*

Projekt Superklasse Abschlussbericht 2017

denn das Ziel ist der Weg dahin.

Vers 1

*Ich versteh' nicht wer ich bin,
macht die Suche nach mir Sinn?*

Ich gehe meinen Weg, doch wo führt er mich hin?

Ein Zug bringt meine Träume,

fährt in mein Leben rein.

Seh` nur die nächste Kurve

und steig ich wirklich ein?

Ich fürchte meine Ängste,

sie halten mich zurück

ist das hier meine Reise`,

führt sie zu meinem Glück?

Meinem Leben lass ich freien Lauf,

die Suche geb ich niemals auf.

Ich brauche Sicherheit

und irgendwas das bleibt.

STROPHE 2

denn um Steine auf dem Boden,

mach ich ja keinen Bogen,

nicht immer alles richtig,

ich mach was, das ist wichtig.

Ein Gleis hat hier sein Ende

und wirft mich aus der Bahn.

Im Nebel meiner Sorgen,

such ich `nen neuen Plan.

Steine liegen auf dem Weg,

ich bleibe erst mal steh`n.

Wir räumen's aus dem Weg,

jetzt kann ich weiter geh`n.

BRIDGE:

Meinem Leben lass ich freien Lauf,

die Suche geb' ich niemals au.f

Ich brauche Sicherheit

und irgendwas das bleibt.

RAP

Auf geht's, ab geht's, zeig was du kannst .

Hör auf zu labern und fang endlich an.

Du gehst, du läufst, du fällst auf dem Weg,

erwarte nicht, dass dich ein anderer trägt.

Geb dich niemals auf, das ist verlorene Zeit.

Entscheid dich für das Richtige, sonst hast du Bitterkeit.

Als Mitläufer kommst du ans Ziel nie ran,

nur an das Ziel der anderen dran.

Pass auf vor Leuten, die Steine vor dich rollen.

Umgib dich nur mit solchen,

die das Beste für dich wollen.

Folge nicht den Massen, sei ein Original.

Wenn du dich verbiegst, wäre das katastrophal.

Projekt Superklasse

Abschlussbericht 2017

2. Hinterm Rücken



Als zweites Projekt durfte das Team eine 7. Klasse des Corvey-Gymnasiums kennenlernen, eine Klasse mit starkem Selbstbewusstsein, einer Freiheit im Ausdruck und einer hohen Selbstwirksamkeit. Sie beschäftigten sich mit den Auswirkungen des Lästerns und überlegten sich, was die Gründe des Lästerns sind, etwas das in ihrer Klasse häufig auftrat und die Klassengemeinschaft behinderte. Sie entdeckten, dass Sensationslust, oder auch der Wunsch sich einer Gruppe dazu gehörig zu füh-



len, oder auch um sich selbst besser darzustellen zum Lästern verführen kann. Denn es hilft vermeintlich, sein verletztes oder gekränktes Ego wieder zu stärken. Eigenschaften, die bewusstgemacht, dann doch keiner haben möchte. Erzählt und geschauspielert haben sie dann diese Geschichte mit großem Ausdruck und hohem schauspielerischen Können. Der Mut im Ausdruck dieser Kinder ist seitdem Inspiration für die Teilnehmer der folgenden Projekte gewesen.

Projekt Superklasse

Abschlussbericht 2017

Rap 1 :

*Er, warum gerade er?
Von all den Jungs, das ist nicht fair.
Und dann lässt sie uns im Stich,
sie denkt nur an sich und wo bleib ich*

Strophe 1

*Man, hey, das glaubt ihr nicht,
ich hab grad was gehört.*

M Clique:

*Sie hatte etwas Besseres,
sie hat unsern Tag zerstört
war doch klar,
Ja! Ich hab`s gewusst,
sie war schon immer so,
nach außen hin macht sie auf nett,
dann macht sie so ´ne Show*

Bridge:

*Das hätt`ich nie von ihr gedacht,
dass sie jetzt mit ihm rummacht,
war doch alles nur gelogen,
sie hat uns auch voll betrogen.*

Refrain 1:

*M1. Hinter´m Rücken,
da spür ich was
reden, flüstern, was soll denn das?
M2. das soll ihr wehtun,
das wünsch ich ihr,das geht ja gar nicht,*

das macht man nicht mit mir.

*M1. Hinter`m Rücken,
was läuft denn da?*

Dies´ Gezicke geht mir richtig nah.

*M2. Ich dreh bald durch,
ich halt`s nicht aus.*

*Jetzt wird`s persönlich
und ich lass jetzt alles raus.*

Rap 2:

*Hey, das ist doch nicht,
Klar, das ist doch sein Gesicht.
Wetten das, die knutschen rum,
der hat doch `ne Freundin, ist der dumm?
Man was ist das für ein Idiot,
damit ist der für uns jetzt tot.*

*Hey, sag mal hast du mal dein Handy da?
Dann mach ein paar Fotos von dem neuen Paar.*

Strophe 2:

*Hey, man, das glaubst du nicht
hast du das schon gesehen?*

M Clique:

*Wir haben die ganze Zeit gedacht,
du würdest mit ihm geh`n.
War doch klar, ja, ich hab`s gewusst,
er war schon immer so,
nach außen hin macht er auf nett,
dann macht er so ´ne Show.*

Projekt Superklasse Abschlussbericht 2017

Bridge:

*Das hätt`ich nie von ihm gedacht,
dass er so linke Sachen macht,
war doch alles nur gelogen,
er hat sie doch voll betrogen.*

Refrain 2:

*Hinter`m Rücken da spür ich was
reden, flüstern, was soll denn das?*

*Das soll ihm weh tun,
das wünsch ich dir,
das geht ja gar nicht,
das macht man nicht mit mir.*

*Hinter`m Rücken,
was läuft denn da?*

Dies` Gezicke geht mir richtig nah.

*Ich dreh bald durch,
ich halt`s nicht aus.*

*Jetzt wird`s persönlich,
und ich lass jetzt alles raus*

Rap3

Das Gift, in einem Wort,

tropft in meine Seele bleibt für lange dort.

*Es frisst, und du merkst es nicht,
wenn alles um dich herum zerbricht.*

*Und gegen das Gift wäre ich gern immun,
jetzt hab`ich damit viel zu viel zu tun.*

*Du kriegst es nicht aus deinem Leben,
irgendwas bleibt immer kleben.*

Refrain 3:

*Hinter`m Rücken,
da war doch was?*

Reden, flüstern, was sollte das?

*Willst du was sagen,
dann grade aus.*

*Dann sag`s persönlich,
oder halt dich lieber raus.*

*Hinter`m Rücken,
ich sag dir was!*

Hör auf zu lästern, was soll denn das?

Wohin das führt all diese Lästerei?

*Dann mach nicht mit,
und du bist endlich frei.*

Projekt Superklasse Abschlussbericht 2017

3. Der Held in dir



Das dritte Projekt wurde wiederum in einer 8. Klasse durchgeführt, dieses Mal in der Stadtteilschule Gyula-Trebtsch. Diese Gruppe Jugendlicher störte sich an der mangelnden Hilfsbereitschaft und auch der Gleichgültigkeit vieler Menschen im Umgang mit den eigenen und den Umweltressourcen. Sie haben erfahren, dass dem anderen zu helfen das eigene körperliche



und seelische Wohlbefinden stärkt und vor Depressionen schützt, denn wenn sich Menschen für das Wohl anderer einsetzen, werden Hormone wie Opioid und Oxitoxin vom Gehirn ausgeschüttet. Studien beweisen mittlerweile, dass der Einsatz für Andere Depressionen vorbeugen kann.

Projekt Superklasse

Abschlussbericht 2017

Vers 1

*Du stehst nur einfach da,
nun greifst du hier jetzt ein?
Du spürst in dir das Richtige,
doch du bleibst hart wie Stein.*

*Liegt das alles nur an dir?
Es wird täglich demonstriert.
Dann zeig es doch den anderen,
wie man richtig reagiert*

Refrain1 und 2:

Bist du für andere da, oder ein Egoist?

*Bist du ein warmes Licht,
dass man nicht schnell vergisst?*

*Geb` etwas von dir her,
dann magst du dich viel mehr.*

*Nicht erst im Irgendwann,
dein Platz ist jetzt und hier,
der Held in dir*

Vers2

Es geht hier nicht um dich, oder bist du hier allein?

*Und wär` das alles anders rum,
wär` das dann gemein?*

*Er denkt nicht so wie du und kommt es dann zum Streit,
hey, denkst du jetzt was Anderes,
weil ein anderer nur noch schreit?*

Refrain 3:

Ich bin für andere da, ich bin kein Egoist.

*Wär` gern ein warmes Licht,
das man nicht schnell vergisst.*

*Geb` etwas von mir her,
dann mag ich mich viel mehr.*

*Nicht erst im Irgendwann,
mein Platz ist jetzt und hier, der Held in mir.*

Rap:

*Ein wahrer Held,
ist nicht wie Supermann,
er fliegt auch nicht,
braucht auch keinen Fan.*

*Er hat ganz oft Angst,
stark ist er nicht*

und in jedem Spiegel siehst du immer sein Gesicht.

*Er ist der, der an andere denkt
und nicht sich selbst in den Vordergrund drängt.*

*Denn es ist zwar nett, wenn du superwichtig bist,
aber wichtiger wäre es, wenn du supernett bist.*

*Es ist nicht schwer so ein Alltags-Held zu sein,
dafür braucht man keine Schule
und auch sicher keinen Verein.*

*Jeder kann es sein, scheint wie ein warmes Licht,
ein ganz normaler Mensch, so wie du und ich.*

Projekt Superklasse Abschlussbericht 2017

4. Es juckt mich nicht



Das vierte Projekt wurde mit Schülerinnen und Schülern einer Arbeitsgruppe aus drei verschiedenen Klassenstufen, Jahrgang 7-9 der Stadtteilschule Lurup.

Diese Jugendlichen haben sich mit nur schwer lösbaren Konflikten beschäftigt. Sie haben Geschichten aus ihrer Erfahrungswelt in den Strophen erzählt, in denen sie sich hilflos dem Konflikt ausgesetzt sahen. In gemeinsamen Gesprächen haben die Schülerinnen und Schüler mit dem Projektteam einen gesund erhaltenden Umgang in solchen Situationen erarbeitet



und im Songtext beschrieben. Kann keine Lösung in einem Konflikt erzielt werden, oder ist dieser nicht lösbar, weil der Konfliktpartner nicht bereit ist an einer Lösung mitzuwirken, sondern diese bewusst vermeidet, ist eine Weiterentwicklung nicht mehr möglich, gesundheitliche Beeinträchtigungen sind die Folge. Um sich dann trotzdem zu schützen, bedarf es der Gelassenheit. Die Jugendlichen entschieden sich für die Haltung

„Es juckt mich nicht!“

Projekt Superklasse Abschlussbericht 2017

Vers 1:

*Und wir,
sitzen hier und warten
und hören dir auch zu.
Wie schade dass du gar nicht merkst,
nicht jeder kann`s wie du.
So gern würden wir verstehen,
jeder Widerstand tabu.
Du gehst einfach weiter deinen Weg
und wir lernen nichts dazu.*

Vers 2:

*Ich schenk dir mein Vertrauen
und erzähl dir was von mir.
Du lachst mich aus und lehnst mich ab,
ich bin zutiefst verletzt von dir.
Hast den wunden Punkt gefunden,
trittst weiter auf mir rum.
Spürst du hier denn gar nichts mehr,
ich nehm` dir das echt krum.*

Bridge

*Meine Freude geb ich gar nicht her,
sonst wird`s die reinste Qual.
Und weiter geht es so nicht mehr,
ich hab`s versucht eintausend Mal*

Refrain:

*Es juckt mich nicht,
wenn du stärker bist.
Weil die wahre Stärke im Innern ist.
Ja - ich bin anders,
aber das betrifft auch dich.
Es juckt mich nicht,
weil ich etwas weiß.
Dein Weg führt nur in die Einsamkeit,
Es juckt mich nicht,
allein der Dialog bringt den Erfolg.
Es juckt mich nicht,
dein Problem mit mir.
Ist doch nur deins, was ist denn mit dir?
Ich krieg`s nicht hin, warum steh`n wir hier?
Was juckt dich denn so sehr an mir?
Mid
Und wenn ich seh` wie andre` leiden,
ich hätte es so gern, wenn es völlig anders wär`
Ich muss entscheiden was im Leben wichtig ist.
Gemeinsam finden wir den aller besten Kompromiss.
Ich lass nicht zu, dass so ne Sorge,
irgendwann mich kalt erwischt,
mich oben nimmt und in die Tiefe reißt.*

Projekt Superklasse Abschlussbericht 2017

5. Eine Art Magie



Im fünften Projekt haben sich die Jugendlichen einer 7. Klasse der Stadtteilschule Süderelbe mit der positiven Kraft und Wirkung der Musik auf die eigene Gesundheit beschäftigt. Sie erzählen in ihrem Song, dass das Hören von Musik ihnen geholfen hat schwierige Situationen zu meistern oder erträglicher zu machen. Es sind auch hier erlebte Erfahrungen, die die Jugendlichen in den Strophen erzählen und beim Hören bleibt der Eindruck nicht aus, dass viel zu viele Kinder viel zu viele Erfah-



rungen machen müssen, für die sie eindeutig zu jung sind, um unbeschadet daraus hervorgehen zu können. Dass das Hören von Musik jedoch eine enorme Kraft hat, ist mittlerweile auch der Wissenschaft bekannt. Bekannt ist, dass Musik hören und im Besonderen auch das Musizieren die Ausschüttung von Stresshormonen verringert und die Konzentrationsfähigkeit erhöht, Musik den Herzschlag, den Blutdruck, die Atemfrequenz und die Muskelspannung verändert und deshalb für therapeutische Zwecke nicht mehr wegzudenken ist.

Projekt Superklasse

Abschlussbericht 2017

Vers1:

*Mein Vertrauen nur noch Scherben,
sie liegen angespült am Strand.
Unsere Freundschaft liegt begraben
und verloren hier im Sand.
Und auf einmal war es anders,
konnte nicht mehr zu dir geh`n.
Und die Welt sie drehte weiter*

*und ich blieb alleine stehen.
Und die Jahre die mir fehlen,
sind für mich gestohlene Zeit.
Tiefe Spuren hinterlassen,
das Gefühl der Einsamkeit*

Bridge:

*Kommen Ängste und Sorgen zu nah,
flieg ich weit weg, ganz ohne Gefahr.*

Refrain:

*Es ist das Licht in dunkler Nacht,
das mich einfach glücklich macht.
Ich fühle mich befreit, hab´ Sicherheit.
Und sie schenkt mir Lebenslust,*

*nimmt mir Panik, Angst und Frust.
Fliege, flieg, und spür´ `ne Art Magie.*

Vers2:

*Alte Ängste werfen Schatten
und sie nehmen mir das Licht.
Denn im Dunkeln bin ich hilflos,
wehren kann ich mich auch nicht.
Die Entscheidung ist gefallen,
ich darf dich nicht mehr seh`n.
Unser Traum, der ist verloren
und ich treib´ in meinen Tränen.*

Mittelteil

*Ich erträum mir meine Wünsche
mit den Klängen dieser Welt.
Ich mach eine Reise durch die Töne,
wo mir alles so gefällt.
Und ich seh die Welt in Farben.
Eine Leiter baut sich auf.
Und sie zieht mich aus dem Graben,
ein Himmel macht sich auf.*

Ref3

*Die Magie löst sich jetzt auf
und die Klänge bleiben aus.
Wenn in meiner Welt - der letzte Ton fällt,
der Ton fällt.*

Projekt Superklasse

Abschlussbericht 2017

*Entwickelt und verantwortet von Annette Quinton,
Referentin für Gesundheits- und Sozialmanagement,
wird das Projekt Superklasse seit 2009 durchgeführt.
Es ist von der BzGA als Good Practice Projekt ausgezeichnet.*

*Finanziert wird Superklasse von der Techniker
Krankenkasse, der Stabsstelle Inklusion der Behörde für Schule und Berufsbildung
Projektträgerin ist die steg Hamburg mbH.*

*Weitere Infos und Bewerbung für einen Song/Videoclip unter:
Annette Quinton: www.projektsuperklasse.de oder annette.quinton@projektsuperklasse.de
Eva Koch: eva.koch@steg-hamburg.de , Tel. 040 - 43 13 93 38*

*Layout: Annette Quinton
Audio- und Videoproduktion: What's Up Studio, Alter Schulweg 11d, 25373 Ellerhoop,
Telefon: 0 41 20 - 90 97 07, <mailto:info@whatsupmp.com>*

