

Zu Hause helfen, aber nicht alles allein machen

B1.2 - FAMILIE, REGELN UND EIGENE GRENZEN



Wortschatz zum Text

Deutsch	Englisch / Erklärung
der Haushalt	household
die Hausarbeit	housework
die Aufgabe	task
die Verantwortung	responsibility
die Pflicht	duty
die Regel	rule
die Grenze	boundary / limit
die Vereinbarung	agreement
die Unterstützung	support
die Belastung	burden / pressure
der Streit	argument
die Erwartung	expectation
die Enttäuschung	disappointment
die Müdigkeit	tiredness

Deutsch	Englisch / Erklärung
die Gerechtigkeit	fairness
die Liste	list
der Plan	plan
der Wochenplan	weekly plan
die Absprache	agreement / arrangement
die Rücksicht	consideration
aufräumen	to tidy up
putzen	to clean
einkaufen	to shop
den Müll rausbringen	to take out the trash
sich kümmern um	to take care of
übernehmen	to take over
erledigen	to complete / to do
sich beschweren	to complain
ansprechen	to bring up
ungerecht	unfair
zuverlässig	reliable
überfordert	overwhelmed

Meine zusätzlichen Wörter / Notizen:

Zu Hause helfen, aber nicht alles allein machen

B1.2 - FAMILIE, REGELN UND EIGENE GRENZEN

Seit ihre Mutter wieder mehr arbeitete, half Mia zu Hause deutlich mehr als früher. Am Anfang fand sie das selbstverständlich. Ihre Mutter kam oft müde nach Hause, ihr kleiner Bruder Ben vergaß ständig seine Sportsachen, und ihr Vater arbeitete manchmal bis spät am Abend. Mia räumte die Küche auf, brachte den Müll raus, half Ben bei den Hausaufgaben und kaufte auf dem Heimweg noch schnell Brot oder Milch. Sie wollte nicht, dass ihre Mutter alles allein machen musste.

Doch nach einigen Wochen merkte Mia, dass aus freiwilliger Hilfe fast eine feste Pflicht geworden war. Wenn die Spülmaschine voll war, rief ihre Mutter automatisch: „Mia, kannst du das bitte machen?“ Wenn Ben sein Zimmer nicht aufräumte, sollte Mia ihm helfen. Wenn etwas fehlte, fragte ihr Vater: „Kannst du kurz zum Supermarkt gehen?“ Das Wort „kurz“ hörte Mia immer öfter. Aber für sie war es nicht kurz, wenn sie danach keine Zeit mehr für ihre eigenen Aufgaben hatte.

Besonders schwierig wurde es in einer Woche mit zwei Klassenarbeiten. Mia wollte nach der Schule lernen, aber zu Hause warteten wieder mehrere Dinge auf sie. Ben brauchte Hilfe für ein Plakat, die Wäsche musste aufgehängt werden, und in der Küche standen Teller vom Mittagessen. Als Mia sagte, sie müsse lernen, antwortete ihre Mutter: „Wir müssen alle mithelfen.“ Mia wusste, dass das stimmte. Trotzdem hatte sie das Gefühl, dass „alle“ in Wirklichkeit oft „Mia“ bedeutete.

Am Abend saß Mia über ihren Matheaufgaben und konnte sich kaum konzentrieren. Sie war müde und ärgerte sich über Ben, der in seinem Zimmer Musik hörte. Gleichzeitig hatte sie ein schlechtes Gewissen, weil sie ihre Mutter nicht enttäuschen wollte. Am nächsten Tag schrieb sie die Klassenarbeit schlechter, als sie erwartet hatte. Das war für sie der Moment, in dem sie verstand: Wenn sie nie etwas sagt, ändert sich nichts.

Zuerst wollte Mia ihrer Familie einfach vorwerfen, dass alles unfair sei. Doch ihre Freundin Lea riet ihr, konkreter zu sprechen. „Sag nicht nur, dass du zu viel machst. Sag genau, was du machst und was du brauchst.“ Also schrieb Mia eine Liste: Küche aufräumen, einkaufen, Ben helfen, Wäsche aufhängen, Müll rausbringen. Daneben schrieb sie ihre eigenen Aufgaben: lernen, Projekt vorbereiten, Training, Pause. Als sie die Liste sah, wurde ihr klar, warum sie sich so überfordert fühlte.

Am Sonntag bat Mia ihre Familie um ein Gespräch. Sie sagte ruhig, dass sie gern helfe, aber nicht alles übernehmen könne. Ihre Mutter war zuerst überrascht und ein wenig verletzt. Sie meinte, Mia solle doch verstehen, wie stressig die Arbeit sei. Mia antwortete, dass sie das verstehe, aber dass auch Schule Arbeit sei. Ihr Vater hörte lange zu und sagte dann, dass sie vielleicht nie richtig besprochen hätten, wer wofür verantwortlich sei.

Gemeinsam machten sie einen Wochenplan. Ben musste ab jetzt seine Sportsachen selbst vorbereiten und zweimal pro Woche den Müll rausbringen. Der Vater übernahm den Einkauf am Freitag. Mia half weiterhin in der Küche, aber nicht jeden Tag. Außerdem sollte niemand mehr automatisch erwarten, dass Mia einspringt, wenn jemand seine Aufgabe vergessen hatte. Das war für Ben zuerst unbequem, aber auch für ihn wichtig.

In den nächsten Tagen funktionierte nicht alles perfekt. Ben vergaß den Müll einmal trotzdem, und die Küche blieb an einem Abend unordentlich. Aber diesmal war nicht sofort Mia verantwortlich. Ihre Mutter begann, öfter zu fragen: „Passt es dir gerade?“ statt einfach eine Aufgabe zu geben. Mia fühlte sich dadurch ernst genommen.

Sie lernte, dass Hilfe in der Familie wichtig ist. Aber Hilfe darf nicht bedeuten, dass eine Person dauerhaft mehr trägt als die anderen. Grenzen zu setzen ist nicht egoistisch, wenn man trotzdem Verantwortung übernimmt. Manchmal beginnt ein fairer Familienalltag nicht mit weniger Aufgaben, sondern mit einem ehrlichen Gespräch darüber, wer sie wirklich erledigt.



Fragen zum Text

1. Warum half Mia zu Hause am Anfang mehr als früher?

2. Welche Aufgaben übernahm Mia zu Hause?

3. Warum wurde die Hilfe für Mia mit der Zeit problematisch?

4. Warum störte Mia das Wort „kurz“?

5. Was passierte in der Woche mit zwei Klassenarbeiten?

6. Warum hatte Mia gleichzeitig Ärger und ein schlechtes Gewissen?

7. Was riet Lea Mia?

8. Warum schrieb Mia eine Liste?

9. Wie reagierte Mias Mutter zuerst auf das Gespräch?

10. Was erkannte Mias Vater im Gespräch?

11. Welche neue Aufgabe bekam Ben?

12. Welche zentrale Erkenntnis gewinnt Mia?



Multiple Choice

1. Warum half Mia zu Hause zuerst gern?

- ☐ A) Weil sie keine Hausaufgaben hatte.
- ☐ B) Weil sie ihre Mutter entlasten wollte.
- ☐ C) Weil Ben alles perfekt erledigte.
- ☐ D) Weil ihr Vater sie dafür bezahlte.

2. Was wurde für Mia mit der Zeit zum Problem?

- ☐ A) Sie durfte gar nicht mehr helfen.
- ☐ B) Ihre freiwillige Hilfe wurde fast automatisch erwartet.
- ☐ C) Ihre Familie wollte keinen Wochenplan.
- ☐ D) Sie musste jeden Tag zum Training.

3. Welche Aufgabe übernahm Mia nicht im Text?

- ☐ A) Die Küche aufräumen.
- ☐ B) Ben bei den Hausaufgaben helfen.
- ☐ C) Das Auto reparieren.
- ☐ D) Brot oder Milch kaufen.

4. Warum war die Woche mit zwei Klassenarbeiten besonders schwierig?

- ☐ A) Mia musste lernen und hatte trotzdem viele Aufgaben zu Hause.
- ☐ B) Ben war krank und musste ins Krankenhaus.
- ☐ C) Die Familie war im Urlaub.
- ☐ D) Mia hatte keine Schule.

5. Was meinte Mias Mutter mit „Wir müssen alle mithelfen“?

- ☐ A) Dass wirklich alle schon gleich viel machten.
- ☐ B) Dass die Familie gemeinsam Verantwortung tragen sollte.
- ☐ C) Dass Mia gar nichts mehr machen sollte.
- ☐ D) Dass Ben keine Aufgaben bekommen darf.

6. Warum schrieb Mia die Mathearbeit schlechter als erwartet?

- ☐ A) Weil sie nicht im Unterricht war.
- ☐ B) Weil sie müde war und sich kaum konzentrieren konnte.
- ☐ C) Weil sie ihr Heft verloren hatte.
- ☐ D) Weil Ben die Aufgaben versteckte.

7. Was riet Lea Mia?

- ☐ A) Mia sollte sofort gar nichts mehr machen.
- ☐ B) Mia sollte konkret sagen, was sie macht und was sie braucht.
- ☐ C) Mia sollte nur mit Ben sprechen.
- ☐ D) Mia sollte ihre Mutter ignorieren.

8. Was zeigte Mias Liste?

- ☐ A) Dass sie nur wenige Aufgaben hatte.
- ☐ B) Dass viele Aufgaben und eigene Pflichten zusammenkamen.
- ☐ C) Dass Ben immer alles erledigte.
- ☐ D) Dass der Wochenplan schon perfekt war.

9. Wie reagierte Mias Mutter zuerst?

- ☐ A) Sie war überrascht und etwas verletzt.
- ☐ B) Sie lachte über Mia.
- ☐ C) Sie verließ sofort das Haus.
- ☐ D) Sie verbot Mia das Lernen.

10. Was übernahm Mias Vater im neuen Wochenplan?

- ☐ A) Den Einkauf am Freitag.
- ☐ B) Bens Hausaufgaben.
- ☐ C) Mias Training.
- ☐ D) Jeden Tag die Küche.

11. Was änderte sich bei Ben?

- ☐ A) Er musste mehr Verantwortung für seine Sachen übernehmen.
- ☐ B) Er musste nichts mehr tun.
- ☐ C) Er bekam Mias ganze Schularbeit.
- ☐ D) Er durfte den Müll nie rausbringen.

12. Welche Aussage passt am besten zur Botschaft des Textes?

- ☐ A) In der Familie sollte nur eine Person alles organisieren.
- ☐ B) Helfen ist wichtig, aber Aufgaben müssen fair verteilt werden.
- ☐ C) Wer Grenzen setzt, ist immer egoistisch.
- ☐ D) Schule ist weniger wichtig als Hausarbeit.

Ordne zu

A	B
Mia half zu Hause mehr als früher	weil sie ihre Mutter entlasten wollte.
Ihre Mutter arbeitete wieder mehr	weil sie oft müde nach Hause kam.
Aus freiwilliger Hilfe wurde fast eine Pflicht	weil Mia immer häufiger automatisch gefragt wurde.
Das Wort „kurz“ störte Mia	weil die Aufgaben ihr trotzdem Zeit nahmen.
In der Klassenarbeitswoche wurde es besonders schwierig	weil Mia lernen musste und viele Aufgaben warteten.
Mia hatte ein schlechtes Gewissen	weil sie ihre Mutter nicht enttäuschen wollte.
Die schlechtere Mathearbeit wurde ein Wendepunkt	weil Mia merkte, dass sich ohne Gespräch nichts ändert.
Lea gab Mia einen Rat	weil Mia konkreter sprechen sollte.
Mia schrieb eine Liste	weil sie ihre Aufgaben sichtbar machen wollte.
Die Mutter war zuerst verletzt	weil sie selbst Stress hatte und sich nicht verstanden fühlte.
Mias Vater hörte lange zu	weil er die fehlende Absprache erkannte.
Die Familie machte einen Wochenplan	weil die Aufgaben fairer verteilt werden sollten.
Ben bekam eigene Aufgaben	weil er mehr Verantwortung übernehmen sollte.
Mia half weiterhin in der Küche	weil sie nicht jede Hilfe ablehnte.
Die Mutter fragte später öfter nach	weil sie Mias Grenzen ernster nahm.
Mia verstand etwas Wichtiges	weil Grenzen und Verantwortung zusammengehören.

Bringe in die richtige Reihenfolge

Nr.	Satz / Ereignis	Reihenfolge
1.	Mia schreibt eine Liste mit Hausaufgaben und eigenen Pflichten.	
2.	Die Familie erstellt gemeinsam einen Wochenplan.	
3.	Mia hilft zunächst freiwillig mehr im Haushalt.	
4.	Mias Mutter ist zuerst überrascht und verletzt.	
5.	Ben muss später seine Sportsachen selbst vorbereiten.	
6.	Mia schreibt eine Mathearbeit schlechter als erwartet.	
7.	Mias Mutter arbeitet wieder mehr und kommt oft müde nach Hause.	
8.	Mia merkt, dass aus Hilfe fast eine Pflicht geworden ist.	
9.	Lea rät Mia, konkret über Aufgaben und Bedürfnisse zu sprechen.	
10.	Mia sitzt abends müde über ihren Matheaufgaben.	
11.	Mia bittet ihre Familie am Sonntag um ein Gespräch.	
12.	Mias Vater erkennt, dass klare Absprachen fehlen.	
13.	Mia fühlt sich ernst genommen, als ihre Mutter öfter nachfragt.	
14.	In einer Woche mit zwei Klassenarbeiten warten viele Aufgaben zu Hause.	
15.	Mia versteht, dass Grenzen nicht egoistisch sein müssen.	
16.	Ben vergisst später trotzdem einmal den Müll.	



Finde den Fehler im Inhalt

1. Mia half zu Hause weniger, seit ihre Mutter wieder mehr arbeitete.

2. Mia wollte ihrer Mutter von Anfang an gar nicht helfen.

3. Ben bereitete seine Sportsachen immer zuverlässig selbst vor.

4. Das Wort „kurz“ bedeutete für Mia wirklich immer nur eine Minute.

5. In der Woche mit zwei Klassenarbeiten hatte Mia zu Hause nichts zu tun.

6. Mia schrieb die Mathearbeit besser als erwartet.

7. Lea riet Mia, ihrer Familie nur wütende Vorwürfe zu machen.

8. Mias Mutter reagierte zuerst völlig gleichgültig auf das Gespräch.

9. Mias Vater sagte, dass keine Absprachen nötig seien.

10. Nach dem Gespräch musste Mia alle Aufgaben allein übernehmen.

11. Ben bekam im Wochenplan keine eigenen Aufgaben.

12. Mia lernte, dass Grenzen setzen immer egoistisch ist.



Schreibe über eine Familie, in der Hausarbeit nicht fair verteilt ist. Beschreibe, welche Aufgaben eine Person übernimmt, warum sie sich überfordert fühlt und wie ein Gespräch oder ein Plan helfen kann. Erkläre auch, warum Helfen und eigene Grenzen zusammengehören.

[illegible]

Lösungen

Fragen zum Text

1. Mia half mehr, weil ihre Mutter wieder mehr arbeitete, oft müde nach Hause kam und Mia die Familie unterstützen wollte.
2. Sie räumte die Küche auf, brachte den Müll raus, half Ben bei den Hausaufgaben und kaufte manchmal ein.
3. Die Hilfe wurde problematisch, weil aus freiwilliger Unterstützung fast eine feste Pflicht wurde.
4. Es störte sie, weil die Aufgaben für andere kurz wirkten, aber ihr oft wichtige Zeit für Schule und Erholung nahmen.
5. Mia musste lernen, aber zu Hause warteten wieder viele Aufgaben auf sie, sodass sie sich überfordert fühlte.
6. Sie ärgerte sich, weil sie so viel übernehmen musste, hatte aber ein schlechtes Gewissen, weil sie ihre Mutter nicht enttäuschen wollte.
7. Lea riet ihr, nicht nur allgemein zu sagen, dass alles unfair ist, sondern konkret zu nennen, was sie macht und was sie braucht.
8. Sie schrieb eine Liste, um sichtbar zu machen, welche Aufgaben sie zu Hause und für die Schule hatte.
9. Sie war zuerst überrascht und ein wenig verletzt, weil sie selbst unter Stress stand.
10. Er erkannte, dass die Familie nie richtig besprochen hatte, wer wofür verantwortlich ist.
11. Ben musste seine Sportsachen selbst vorbereiten und zweimal pro Woche den Müll rausbringen.
12. Mia erkennt, dass Hilfe wichtig ist, aber fair verteilt sein muss und Grenzen nicht egoistisch sind.

Multiple Choice

1. B) Weil sie ihre Mutter entlasten wollte.
2. B) Ihre freiwillige Hilfe wurde fast automatisch erwartet.
3. C) Das Auto reparieren.
4. A) Mia musste lernen und hatte trotzdem viele Aufgaben zu Hause.
5. B) Dass die Familie gemeinsam Verantwortung tragen sollte.
6. B) Weil sie müde war und sich kaum konzentrieren konnte.
7. B) Mia sollte konkret sagen, was sie macht und was sie braucht.
8. B) Dass viele Aufgaben und eigene Pflichten zusammenkamen.
9. A) Sie war überrascht und etwas verletzt.
10. A) Den Einkauf am Freitag.
11. A) Er musste mehr Verantwortung für seine Sachen übernehmen.
12. B) Helfen ist wichtig, aber Aufgaben müssen fair verteilt werden.

Lösungen

Zuordnung

1. 1. Mia half zu Hause mehr als früher — weil sie ihre Mutter entlasten wollte.
2. 2. Ihre Mutter arbeitete wieder mehr — weil sie oft müde nach Hause kam.
3. 3. Aus freiwilliger Hilfe wurde fast eine Pflicht — weil Mia immer häufiger automatisch gefragt wurde.
4. 4. Das Wort „kurz“ störte Mia — weil die Aufgaben ihr trotzdem Zeit nahmen.
5. 5. In der Klassenarbeitswoche wurde es besonders schwierig — weil Mia lernen musste und viele Aufgaben warteten.
6. 6. Mia hatte ein schlechtes Gewissen — weil sie ihre Mutter nicht enttäuschen wollte.
7. 7. Die schlechtere Mathearbeit wurde ein Wendepunkt — weil Mia merkte, dass sich ohne Gespräch nichts ändert.
8. 8. Lea gab Mia einen Rat — weil Mia konkreter sprechen sollte.
9. 9. Mia schrieb eine Liste — weil sie ihre Aufgaben sichtbar machen wollte.
10. 10. Die Mutter war zuerst verletzt — weil sie selbst Stress hatte und sich nicht verstanden fühlte.
11. 11. Mias Vater hörte lange zu — weil er die fehlende Absprache erkannte.
12. 12. Die Familie machte einen Wochenplan — weil die Aufgaben fairer verteilt werden sollten.
13. 13. Ben bekam eigene Aufgaben — weil er mehr Verantwortung übernehmen sollte.
14. 14. Mia half weiterhin in der Küche — weil sie nicht jede Hilfe ablehnte.
15. 15. Die Mutter fragte später öfter nach — weil sie Mias Grenzen ernster nahm.
16. 16. Mia verstand etwas Wichtiges — weil Grenzen und Verantwortung zusammengehören.

Reihenfolge

1. 1. Mias Mutter arbeitet wieder mehr und kommt oft müde nach Hause.
2. 2. Mia hilft zunächst freiwillig mehr im Haushalt.
3. 3. Mia merkt, dass aus Hilfe fast eine Pflicht geworden ist.
4. 4. In einer Woche mit zwei Klassenarbeiten warten viele Aufgaben zu Hause.
5. 5. Mia sitzt abends müde über ihren Matheaufgaben.
6. 6. Mia schreibt eine Mathearbeit schlechter als erwartet.
7. 7. Lea rät Mia, konkret über Aufgaben und Bedürfnisse zu sprechen.
8. 8. Mia schreibt eine Liste mit Hausaufgaben und eigenen Pflichten.
9. 9. Mia bittet ihre Familie am Sonntag um ein Gespräch.
10. 10. Mias Mutter ist zuerst überrascht und verletzt.

Lösungen

Reihenfolge (Fortsetzung)

11. 11. Mias Vater erkennt, dass klare Absprachen fehlen.
12. 12. Die Familie erstellt gemeinsam einen Wochenplan.
13. 13. Ben muss später seine Sportsachen selbst vorbereiten.
14. 14. Ben vergisst später trotzdem einmal den Müll.
15. 15. Mia fühlt sich ernst genommen, als ihre Mutter öfter nachfragt.
16. 16. Mia versteht, dass Grenzen nicht egoistisch sein müssen.

Fehler finden

1. Mia half zu Hause deutlich mehr, seit ihre Mutter wieder mehr arbeitete.
2. Mia half am Anfang freiwillig, weil sie ihre Mutter entlasten wollte.
3. Ben vergaß ständig seine Sportsachen, und Mia sollte oft helfen.
4. Für Mia nahmen diese kurzen Aufgaben oft wichtige Zeit für Schule und Erholung weg.
5. In dieser Woche warteten zu Hause mehrere Aufgaben auf Mia.
6. Mia schrieb die Mathearbeit schlechter als erwartet.
7. Lea riet Mia, konkret zu sagen, was sie macht und was sie braucht.
8. Mias Mutter war zuerst überrascht und ein wenig verletzt.
9. Mias Vater erkannte, dass sie nie richtig besprochen hatten, wer wofür verantwortlich ist.
10. Nach dem Gespräch wurden die Aufgaben fairer verteilt.
11. Ben musste seine Sportsachen selbst vorbereiten und zweimal pro Woche den Müll rausbringen.
12. Mia lernte, dass Grenzen nicht egoistisch sind, wenn man trotzdem Verantwortung übernimmt.