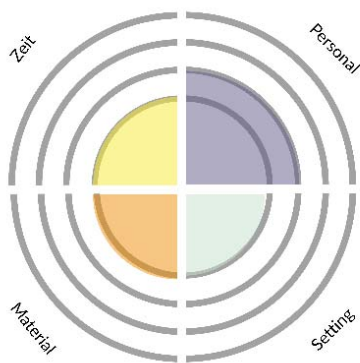


Nähe-Distanz-Check

Ressourcenbarometer



Dauer/Zeit

20-40 Minuten, je nach Gruppengröße und anschließender Diskussion.

Personal

1-2 Personen, je nach Gruppengröße

Material

zum Markieren der Grenzen wird benötigt:
z.B. Kreide oder Klebeband.

Setting

Ruhiger Ort mit Platz für einen Sitzkreis und eine Aufstellung der SuS.
Mindestens 2 SuS können sich gegenüberstehen und im Raum bewegen.

Ausgangslage / Anlass / Herausforderung

Entweder, wenn es bereits Grenzverletzungen gab oder präventiv in einer "Sozialen Lernen"-Einheit.

Zielgruppe

Alle SuS. Gruppengröße ist variabel. Bei großen Gruppen kommt eventuell nicht jede/r SuS dran, dafür werden Grenzen von SuS deutlich, die einem vorher unklar waren. In kleinen Gruppen könnte man mehr diskutieren und alle SuS partizipieren lassen.

Was ist das anvisierte Ziel der Methode?

SuS werden sich über eigene Grenzen bewusst, können diese (durch)setzen und erkennen Grenzen anderer an und haben Verständnis für unterschiedliche Bedürfnisse

Kompetenzen

Emotionen und Impulse regulieren
Selbsteinschätzung, Fremdeinschätzung
Kommunizieren von Bedürfnissen
Respektieren von Grenzen (anderer, aber auch eigener)

Beschreibung

Übung einmal vormachen:
2 Personen stellen sich mit genügend Abstand voneinander auf. Eine Person bewegt sich langsam auf die andere Person zu und bleibt dort stehen, wo sie die Grenze der anderen Person einschätzt. Der Punkt wird markiert. Danach bewegt sich diese Person wieder auf die andere zu und diese stoppt die Person an ihrer tatsächlichen Grenze. Man vergleicht diese dann mit der vorherigen Markierung. Diskussion über die verschiedenen Bedürfnisse und/oder die Fähigkeit, wie gut SuS Grenzen einschätzen können.