©Mareike Hinze-Böhmermann

„Es gibt Grenzen - Wie weit gehst du?“

‚Halt mal! – Haste auch alle im Blick?‘ – Aktion 6

Ziel: Das Empfinden, wann bei jemandem eine Grenze überschritten wird, ist sehr unterschiedlich. Oft trauen sich Kinder und Jugendliche nicht zu sagen, dass bei ihnen eine Grenze überschritten wurde.
Eigene und fremde Grenzen und Grenzüberschreitungen zu erspüren kann in dieser Aktion durch verschiedene Nähe-Distanz-Übungen erlebt und geübt werden.

Zielgruppe: ab Klasse 5
Gruppengröße: 16-30 TN
Raumbedarf: 1 Raum je nach Gruppengröße
Zeitrahmen: 10-15 Minuten
Materialien: 2x A4-Zettel als Skala
Zusätzliches Material: Augenbinden, Klebeband

Ablauf:

Grenzen erspüren

In der Übung steht eine freiwillige Person, die sich in der Gruppe wohl und sicher fühlt, mit geschlossenen oder verbundenen Augen in der Mitte eines Kreises, den die anderen Gruppenmitglieder bilden.
Die Gruppe zieht den Kreis als Grenze immer enger, bis hin zu einer sanften Berührung.
Die Gruppenleitung verständigt sich mit der Gruppe über ein Zeichen für die einzelnen Schritte.
Beim ersten Zeichen verkleinert die Gruppe langsam den Kreis. Beim nächsten werden die Hände nach vorne gestreckt und der/ die Freiwillige sanft berührt. Das dritte Zeichen bedeutet, den Kreis weiter vorsichtig zu verkleinern, damit das blinde Gruppenmitglied eng in der Mitte steht. Danach lösen alle den engen Kreis zu einem weiten auf.
Der/ die Freiwillige wird aufgefordert, die Augen wieder zu öffnen bzw. die Augenbinde abzunehmen.
Während der Übung kann der/die Freiwillige jederzeit stoppen und die Übung abbrechen.
Anschließend können folgende **Reflexionsfragen** gestellt werden:

- Wie ist es enge Grenzen, Begrenzungen zu spüren?
- Wie war es Grenze zu sein?
- Wie war es, als die Hände da waren?
- Wie war es als die Hände weg waren?

Bei der folgenden Übung haben die Jugendlichen die Möglichkeit, darüber nachzudenken, wo ihre persönliche Grenze ist. Sie werden dazu aufgefordert, mit Klebeband einen Kreis oder ein Quadrat auf den Boden – einen Schutzraum, den niemand betreten darf außer sie selbst – zu kleben.
Anschließend setzt sich jede*r in ihren/ seinen Schutzraum und die Gruppe reflektiert folgende **Reflexionsfragen**:

- Bei welchen Bemerkungen, bei welcher Wortwahl hört für mich der Spaß auf?
- Wie nahe kann man euch körperlich kommen?
- Ab wann nimmst du was persönlich?
- Was ist für dich echt kein Spaß mehr?
- Welche Grenze darf nicht überschritten werden?

Nähe-Distanz-Barometer

Es werden Situationsbeispiele vorgelesen, in denen es sich um mögliche Grenzüberschreitungen handeln kann. Die Jugendlichen ordnen sich je nach ihrer eigenen Meinung auf einer Skala zwischen den Polen (A4-Zetteln) „absolut Okay“ und „Grenze überschritten“ ein. Dazu werden die beiden A4-Zettel ausgelegt.
Nach der Einordnung gilt es, Unterschiede wahrzunehmen und einzelne Personen können zu ihrer Position befragt werden.
Beispielsituationen:

- Dein*e Freund*in gibt dir einen Kuss.
- Ein Mädchen aus der Gruppe/ Klasse setzt sich immer wieder bei dir auf den Schoß.
- Deine Eltern kommen in dein Zimmer, ohne anzuklopfen.
- Deine kleine Schwester / dein kleiner Bruder kommt ins Badezimmer während du duschst.
- Der/ Die Lehrer*in beglückwünscht dich zu einer guten Note, legt den Arm um dich und klopft dir anerkennend auf die Schulter.
- Ein*e Gruppenleiter*in berührt bei einem Tobespiel mit Kindern deren Geschlechtsteil.
- Dein Kumpel begrüßt dich mit Küsschen links und rechts.
- Einer aus deiner Gruppe/ Klasse macht ein Foto von deiner/ deinem besten Freund*in auf dem Klo.
- In deiner Gruppenstunde wird immer wieder über die Brust und den Po eines Mädchens gelästert.

- Du bekommst im Chat Pornobilder zugeschickt.
- Du machst ein Foto auf der letzten Feier von dir und deinen Kumpels und stellst es ohne ihr Wissen ins Netz.
- Du bist abends auf einer Geburtstagsparty und ein Mädchen geht auf die Jungentoilette, weil bei den Mädchen besetzt ist.
- Du hast Kummer und dein Vater nimmt dich in den Arm und tröstet dich.
- Bei eurem Ferienlager gibt es die Tradition, dass sich bei Verabschiedungen alle einzeln umarmen.

- Ein*e Freund*in schickt dir ein Video von einer Schlägerei auf dein Handy

INTERAKTIVE FRIEDENSAUSSTELLUNG FÜR JUGENDLICHE

Hinweise

Gerade in Gruppen, in denen es bereits viele Grenzüberschreitungen gab, muss besonders sensibel mit diesen Übungen umgegangen werden!
Sollte es eher Vertrauensbeziehungen in kleineren Gruppen oder 2er-Paaren geben, können die Übungen auch in diesen geschützteren Teams begangen werden.
Die Großgruppe sollte aber dennoch zum Schluss eine Übung gemeinsam erleben.

Nutzbar für die Arbeit mit z.B.

Geschlechteridentitäten; Vertrauen; Selbst- und Fremdeinschätzung

©Mareike Hinze-Böhmermann