

## Spüren der eigenen Grenzen – Schutz

- SuS stehen einander paarweise gegenüber.
- Sie sehen einander an.
- Eine Person beginnt langsam Schritt für Schritt auf die andere zuzugehen.
- Die zweite Person spürt genau hin, wie weit darf sich die andere nähern, dann sagt sie „**Stopp!**“, worauf die sich nähernde Person **sofort** stehenbleibt.
- Nachsehen, wie viel Abstand mag, brauche ich?

Die gleiche Übung wird dann so durchgeführt, dass die stehende Person die Augen schließt oder es wird eine Augenbinde verwendet. Mit geschlossenen Augen erspürt die Person nun den für sie richtigen Abstand.

Danach Rollentausch!

