



## Allein – in der Gruppe

### Zielgruppe

- 1./2./3. Zyklus

### Kompetenzen

- SuS werden sich bewusst, wann sie lieber allein sind, wann sie lieber in Gruppen sind und welche Erwartungen sie an gute KollegInnen/FreundInnen haben.

### Arbeits- und Sozialformen

- Austausch in der Klasse oder Kleingruppe

### Zeitfenster

- 30 Minuten

### Vorbereitung/Material

- Bilder zu «Allein sein», «Freundschaft» und «in der Gruppe sein» suchen.

### Ablauf

Zeit	Inhalt	Material
	Wichtig: Antworten werden durch LP und SuS nicht bewertet.	
30'	<p>LP zeigt Bilder zu «Allein sein», «Freundschaft» und «in der Gruppe sein».</p> <p>In der Klasse oder in Kleingruppen tauschen sich die SuS zu folgenden Fragen aus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wann bist du gerne alleine?</li> <li>• Gibt es einen Ort, wo du besonders gerne alleine bist?</li> <li>• Gibt es einen Ort, wo du nicht gerne alleine bist?</li> <li>• Welches Gefühl oder welche Gefühle kann das Alleinsein bei dir auslösen?</li> <li>• Wo spürst du dieses Gefühl/diese Gefühle?</li> <li>• In welcher Situation bist du nicht gerne alleine?</li> <li>• Gibt es eine Gruppe, in der du dich besonders wohl fühlst? Was ist dort speziell?</li> <li>• Gibt es einen Ort, wo du besonders gerne mit anderen Leuten bist?</li> </ul>	



- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Brauchst du Freunde/Freundinnen?</li><li>• Was macht diese Menschen zu deinen Freunden/Freundinnen?</li><li>• Was magst du besonders an deinen Kollegen/deinen Kolleginnen/deinem Freund/deiner Freundin?</li><li>• Weisst du, wie es sich anfühlt aus einer Gruppe ausgeschlossen zu werden?</li></ul> |  |
|---|--|

### Quelle

- Aus: «Body talk Junior. PEP Prävention Essstörungen Praxisnah. Download (13.09.2021)  
<https://www.pepinfo.ch/media/docs/Projekte-PEP/Bodytalk-PEP-Junior/Anleitung-zu-allein-in-Gruppen.pdf>