

Grenzen setzen



Kopf schütteln

Sich klein machen

Sich groß machen

Laut schreien

**Mit der Hand ein
Stopp-Signal setzen**

Nein!

Lass das sein!

Ich mag das nicht!

Das möchte ich nicht!

Im Kino sitzt jemand auf deinem reservierten Platz.

Du unterhältst dich mit deiner besten Freundin, als ein anderes Mädchen kommt und deine Freundin in ein anderes Gespräch verwickelt.

Im Sportunterricht wird immer wieder mit einem Ball auf dich geworfen.

Auf einer Familienparty kommt deine angetrunkene Tante auf dich zu, umarmt dich und will dich auf die Tanzfläche ziehen.

Empty rounded rectangular box for drawing.

Empty rounded rectangular box for drawing.

Wir sind alle Pflanzenknollen, die gerade frisch unter der Erde gesät wurden. Wir sind ganz klein. Um uns herum ist es dunkel. Es regnet. Wir spüren die Feuchtigkeit in der Erde. Einzelne Stellen unserer Wurzeln vergrößern sich durch den Regen.

Wir wachsen bis zur Grenze an der Erdoberfläche. Wir spüren die Wärme der Sonne. Wir möchten an die Oberfläche. Unsere Pflanzentriebe wachsen. Wir erreichen die Erdoberfläche. Regen und Sonne wechseln sich ab. Wir wachsen Stück für Stück.

Mittlerweile haben wir schon einen großen Blumenstengel mit mehreren Blättern. Ganz oben merken wir, dass sich eine Knospe gebildet hat. Die Sonne scheint. Unsere Blätter dehnen sich weiter aus. Die Knospe öffnet sich langsam und Stück für Stück. Endlich ist sie ganz offen und reckt sich der Sonne entgegen. Wir genießen den leichten Wind und drehen uns zu allen Seiten.

Als es langsam dunkel wird, ziehen wir uns zurück. Die Knospe schließt sich wieder, die Blätter kommen enger zum Blumenstengel und die Pflanze wird wieder etwas kleiner.

Es wird Abend und wir machen uns wieder ganz klein, damit wir uns für einen neuen Tag erholen können.

Das Stopp-Schild

