

Methode:

Soziometrisches Aufstellen / Erfahrungsbarometer

Inhaltliche Profilierung: Positionierungsimpulse mit reflexiven Nachfragen

Einsatzszenario: vgl. dazu das Fortbildungsangebot 3 – Modell „Digital-demokratische Elemente im Unterricht integrieren“

Kurzbeschreibung:

soziometrisches Aufstellen im Unterrichtsraum zu verschiedenen Aussagen mit kurzen Gesprächen über Nachfragen zu den Positionierungen

- **Ziele:** vertiefende Fragen stellen, zu denen einzelne Schüler:innen etwas sagen können als erstes niedrigschwelliges Gesprächsangebot und um Schüler:innen kennen zu lernen, erste inhaltliche Eindrücke zu sammeln

Anmoderation: Wir haben für unseren Einstieg einige Aussagen mitgebracht, zu denen wir uns im Raum positionieren werden. Darüber wollen wir dann mit euch ins Gespräch kommen. Positioniert euch bitte zu folgender Aussage in einem Spektrum von „ich stimme zu“ bis „ich lehne ab“ – das heißt, ihr könnt euch zwischen den beiden Aussagen im Raum verteilen.

- **Grundfrage,** die im Anschluss an die räumliche Positionierung immer gestellt werden kann: Warum habt ihr euch hier positioniert?

Positionierungsimpulse:

- **„Wenn ich mein Handy nicht an habe, habe ich Angst, etwas zu verpassen.“**
 - **Reflexive Nachfragen:** Was bedeutet „etwas verpassen“ für dich – geht es um Informationen, soziale Kontakte oder etwas anderes? Glaubst du, dieses Gefühl wird eher durch dein Umfeld oder durch dich selbst verstärkt? In welchen Situationen tritt dieses Gefühl besonders stark auf? Bzw. Warum denkt ihr, ihr verpasst nichts bzw. kaum etwas?
- **„Ich genieße es, wenn ich Zeit ohne Handy und Internet verbringen kann.“**
 - **Reflexive Nachfragen:** Woran merkst du, dass es dir dann gut geht? Worin liegt für dich der Reiz oder der Gewinn in diesen Offline-Zeiten? Gibt es Momente, in denen du das Bedürfnis nach Offline-Sein unterdrückst? Warum? Stellt euch vor, ihr würdet regelmäßige Offline-Zeiten bewusst einplanen – was würde sich für euch verändern?

- **„Es kommt oft vor, dass ich mich vergesse und viel mehr Zeit am Handy verbringe, als ich geplant hatte.“**
 - Reflexive Nachfragen: Was sind typische digitale Tätigkeiten, die dich „einsaugen“ - und was reizt sich daran? Wie fühlst du dich danach? Habt ihr Strategien, um euch zu stoppen und wenn ja, welche sind das? Was unterscheidet aus deiner Sicht „verlorene Zeit“ von „guter digitaler Zeit“? Gibt es für dich persönliche Warnsignale, die anzeigen, dass es zu viel wird?
- **„Ich bekomme manchmal so viele Nachrichten aufs Handy, dass es mich total nervt.“**
 - Reflexive Nachfragen: Was macht die Menge an Kommunikation manchmal belastend? Wie beeinflusst eine Nachrichtenflut deine Konzentration oder Stimmung im Alltag? Fühlt ihr euch verpflichtet auf Nachrichten schnell zu antworten bzw. zu reagieren? Was wünscht ihr euch anders, damit keine Nachrichtenflut entsteht oder für euren eigenen Umgang? Wenn ja, warum? Ihr steht bei „mich nervt es nicht/kaum“ – erlebt ihr keine „Nachrichtenflut“ auf eurem Smartphone oder habt ihr gute Strategien damit umzugehen?
- **„Ich schalte regelmäßig mein Handy bewusst aus, um Zeit für mich zu haben“**
 - Reflexive Nachfragen: Was hilft dir dabei, diesen Schritt bewusst zu machen – und/oder was macht es schwer? Wie unterscheidet sich dein Erleben bspw. von gemeinsamer Zeit mit Freund:innen mit und ohne Handypräsenz? In welchen Momenten ist digitale Stille für dich besonders wertvoll? Gibt es Regeln seitens eurer Eltern, wie lange und wie ihr eure Handys nutzen dürft? Was sind das für Regeln und wie findet ihr diese? habt ihr diese Regeln gemeinsam ausgehandelt?
- **„Ich habe das Gefühl, mein Online-Ich ist manchmal anders als mein echtes Ich.“**
 - Reflexive Nachfragen: Was unterscheidet dein digitales Ich von dem, wie du dich im echten Leben zeigst oder fühlst? Glaubst du, dass du dich online anders inszenierst oder zeigst – und wenn ja, warum? Wie fühlt es sich für dich an, wenn diese beiden Seiten – online und offline – sehr unterschiedlich sind?