

Übersicht der Distanzbereiche (im reellen Raum)

Intime Distanz

- direkter Körperkontakt bis zur Entfernung von ca. 60 cm
- Eindringen bedarf besonderer Erlaubnis, meist enge Vertraute
- ist vom Status des Gesprächspartners/der Gesprächspartnerin sowie der eigenen Stimmung abhängig
- Verletzung löst Unlust bis hin zu Flucht- bzw. Kampfverhalten aus

→ **Unerwünschtes Eindringen ist eine Grenzübertretung!**

Gesellschaftliche oder soziale Distanz

- schließt Berührungen aus (Schutzfunktion)
- ca. 1,50 bis 4 m Körperabstand
- für unpersönliche Angelegenheiten
- Bereich der bewussten Wahrnehmung anderer Menschen
- Abgleich:
 - Zustimmung = Zutritt in persönliche Distanzzone
 - Ablehnung = Aufforderung zum Verlassen

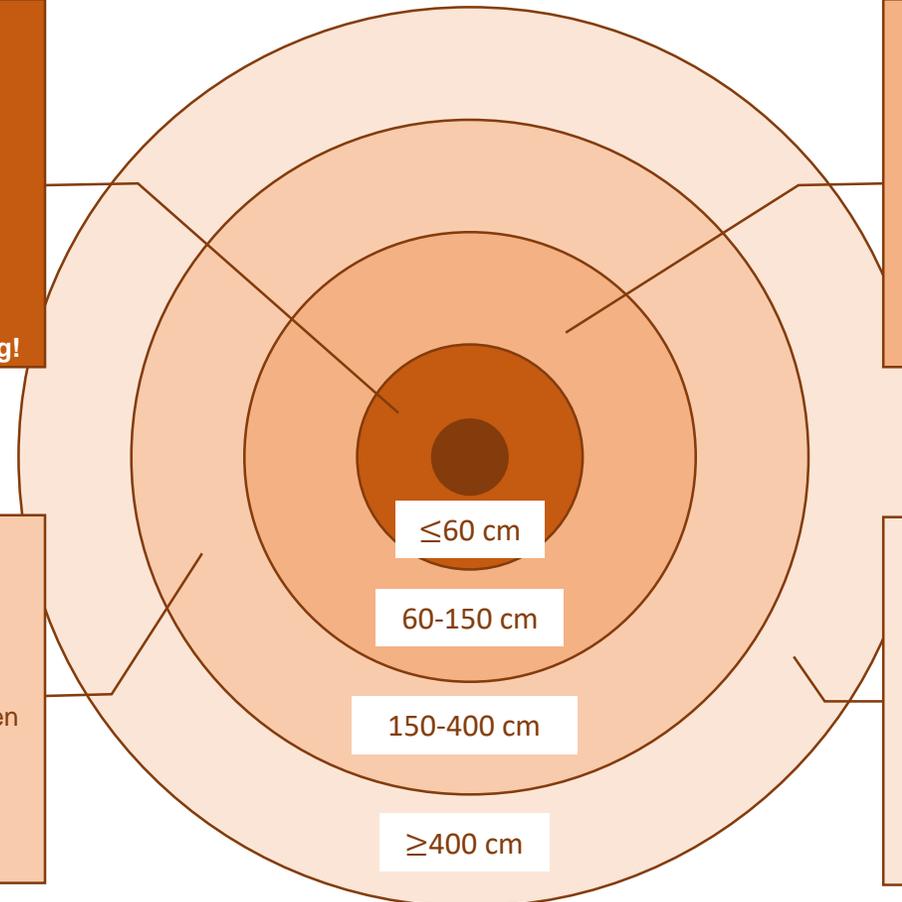
Persönliche Distanz

- ca. 60 bis 150 cm Körperabstand
- Eindringen dürfen bspw. gute Freunde, Verwandte, usw. – gibt Auskunft über Bekanntheits- und Sympathiegrad
- Verletzung ruft Unwohlsein hervor, dass bspw. durch Vermeidung von Blickkontakt, Muskelanspannung, optische Fixierung usw. kontrolliert werden soll
- ist zur Seite geringer, diese Annäherungsrichtung ist demnach für persönliche Gespräche besser geeignet
- Beachtung bei Sitzplatzzuweisung

Öffentliche Distanz

- beginnt bei ca. 4 m
- Unproblematischer Abstand zur Erfüllung des Sicherheitsbedürfnisses

→ **persönliche Beziehungsgestaltung ist erschwert**



- *Im virtuellen Raum verschwinden diese räumlichen Distanzbereiche, die Kommunikation entscheidet über empfundene Nähe und Distanz.*

Achtung und Wirksamkeit der Distanzbereiche im lernförderlichen Unterricht

Grundlegender Aspekt sozialer Interaktionen ist das Respektieren des persönlichen Freiraumes der jeweils anderen.



Die Einhaltung der Abstände unterstützt das Sicherheitsgefühl. „Auf-die-Pelle-rücken“ kann zu Bedrohtheit, Angst, Unlust und Ablehnung führen.

Die während der Sozialisation erlernten Distanzbereiche sind eine besonders starke Ausdrucksform nonverbaler Kommunikation. Sie variieren u.a. in Abhängigkeit von den Entwicklungsständen, Kulturkreisen und Religionen.



Das Kennen und Erkennen der Distanzbereiche befördert deren Beachtung und Einhaltung.

Die erlebte Distanz zu Menschen ist ebenso davon abhängig, ob sie positive oder negative Erlebnisse vermitteln.



Positiv erlebte Situationen stärken, unterstützen und befördern das körperliche „In-Beziehung-Treten“ und ermöglichen Annäherung und Vertrauen.

Die psychologische Distanz widerspiegelt ein allgemeines Entfernungsgefühl. Je größer der Abstand zu einem Ort oder Ereignis, umso abstrakter ist das geistige Bild.



Zeitlich und/oder örtlich nähere Personen erscheinen aufgrund dessen als Lerngegenstände bzw. Lernanlässe besser geeignet.

Gegenüber Abweichungen zum „Vertrauten“ bzw. Menschen, die man als anders wahrnimmt, halten die meisten unbewusst einen unangemessenen Abstand. Menschen trauen sich eher diese anzusprechen, wenn es bereits jemand vor ihnen getan hat.



Dieses (unbewusste) Verhalten sollte sich selbst bewusst gemacht und persönlich kommuniziert werden. Die Lehrkraft zeigt und befördert situativ die Einhaltung der unbedrohten Bereiche.