



KLARTEXT-Mentoring
Insel-Set · Raumstrukturierung

Insel-Set

Für Schule & OGS

FÜR WEN

Pädagogische Fachkräfte (INGRA)

INHALT

8 Begleitkarten + Handbuch, final.

Insel-Set – INGRA

Ziel

Für INGRA ist das Insel-Set die physische Ebene zu Barometer und kLAR-Modell: ein konkreter Ort für das, was sonst nur als Zustand (Barometer) und Skript (kLAR) existiert.

Prinzipien

- Visuelle Strukturierung statt wiederholter Ansagen
- Klare, wenige, immer gleiche Regeln
- Wiederkehrende Rituale
- Selbstständige Nutzung
- Entlastung im Alltag

Die 8 Inseln

Regel-Insel • Ruhe-Insel • Arbeits-Insel • Bewegungs-Insel • Kreativ-Insel • Gesprächs-Insel • Emotions-Insel • Material-Insel

Einbindung in Barometer & kLAR

Grün: alle Inseln frei. Gelb: Regel-/Ruhe-Insel selbstständig (Joker-Mechanismus).

Orange: Ruhe-Insel = kLAR-Schritt R, Emotions-Insel = kLAR-Schritt A, INGRA begleitet aktiv. Rot: keine freie Wahl, Feuerwehr-Protokoll gilt. Grau: erschöpft oder orientierungslos – weiß selbst nicht, was es braucht. Ruhe-Insel, nicht drängen.

Umsetzung, Anleitung & Quellen

Umsetzung

- 1 Inseln markieren (Symbol + Farbe) – Vorlage über Schuldrucker ausdrucken
- 2 Regeln kurz erklären, im Ritual verankern (z. B. Morgenkreis)
- 3 Bei Gelb/Orange aktiv auf die passende Insel verweisen
- 4 Regelmäßig reflektieren, ob die Zuordnung fürs jeweilige Kind noch passt

Mini-Anleitung: Insel-Badge anbringen

- 1 Badge-Vorlage ausdrucken (zu Hause, Copyshop oder – für INGRA/LK – über den Schuldrucker)
- 2 Laminieren – schützt vor Abnutzung an Boden oder Wand
- 3 Befestigen: doppelseitiges Klebeband (Wand/Boden) ODER lochen und aufhängen (Haken/Kordel)
- 4 Fertige Vinyl-Aufkleber gibt es optional auf Anfrage, kein Standard-Bestandteil des Sets

Quellen

Porges, S. (2011). Polyvagal-Theorie – bereits im KLARTEXT-Register bestätigt.

Mesibov, Shea & Schopler (2005). The TEACCH Approach to Autism Spectrum Disorders.

Siegel, D. (1999). Window of Tolerance.

Kuypers, L. (2011). Zones of Regulation.

Calming Corners – PBIS-/traumainformierte Forschung, 29.07.2026 recherchiert.

Porges 2011 bestätigt. Mesibov/Shea/Schopler, Siegel als „vorgeschlagen, bitte gegenprüfen“ markiert. Kuypers/Calming Corners eigenständig recherchiert und belegt.



Regel-Insel

Regel-Insel

ZWECK / ORT

Ort für kurze Klärungen, Mini-Regelgespräche und Orientierung.

REGELN

- Nur kurze Gespräche (1–2 Minuten)
- Keine Diskussionen
- Klärung → zurück zur Aktivität

NUTZEN

- Kinder wissen, wo sie Unsicherheiten klären können.
- Verhindert, dass Regelgespräche den Raum blockieren.



Ruhe-Insel

Ruhe-Insel

ZWECK / ORT

Selbstregulation, Reizreduktion, Rückzug.

REGELN

- Leise sein
- Nicht sprechen
- Max. 5 Minuten
- Keine Medien oder Geräuschspielzeuge (Ausnahme: Noise-Cancelling-Kopfhörer)

NUTZEN

- Kinder können sich selbstständig beruhigen.
- Unterstützt Emotionsregulation und Reizfilterung.



Arbeits-Insel

Arbeits-Insel

ZWECK / ORT

Fokus, Aufgabenbearbeitung, Lernzeit.

REGELN

- Konzentration
- Keine Gespräche
- Aufgaben sichtbar (Mini-Whiteboard)

NUTZEN

- Klare Struktur für Kinder mit Fokus-Schwierigkeiten.
- Minimiert Ablenkung und Chaos.



Bewegungs-Insel

Bewegungs-Insel

ZWECK / ORT

Motorische Pausen, Energieabbau.

REGELN

- 30–60 Sekunden
- Nur definierte Bewegungen (z. B. 3 Sprünge, 5 Schritte)
- Kein Rennen

NUTZEN

- Kinder können Energie regulieren, ohne den Raum zu stören.
- Unterstützt Impulskontrolle.



Kreativ-Insel

Kreativ-Insel

ZWECK / ORT

Zeichnen, Basteln, sensorische Materialien.

REGELN

- Materialien bleiben auf der Insel
- Kein Chaos mitnehmen
- 5–10 Minuten

NUTZEN

- Fördert Ausdruck, Feinmotorik und Selbstwirksamkeit.



Gesprächs-Insel

Gesprächs-Insel

ZWECK / ORT

Kurze 1:1-Gespräche.

REGELN

- Max. 3 Minuten
- Keine Konfliktbearbeitung (dafür Regel-Insel)

NUTZEN

- Strukturierte Gesprächsangebote ohne Raumstörung.



Emotions-Insel

Emotions-Insel

ZWECK / ORT

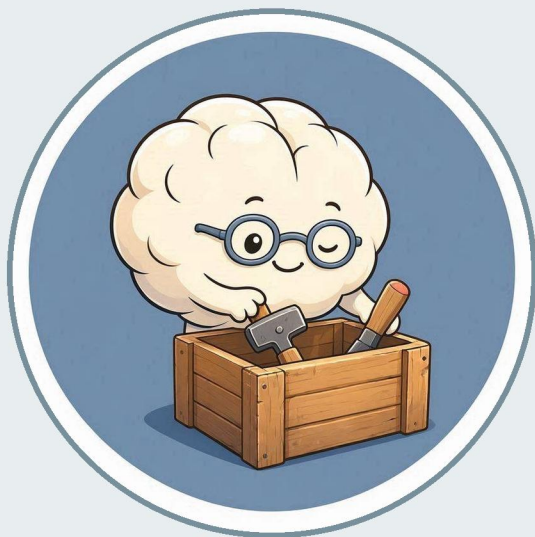
Gefühle benennen, Emotionskarten nutzen.

REGELN

- Gefühl benennen
- Passende Karte auswählen
- Kurze Reflexion

NUTZEN

- Unterstützt Emotionskompetenz und Selbstwahrnehmung.



Material-Insel

Material-Insel

ZWECK / ORT

Ort für Materialien, die Kinder selbstständig holen dürfen.

REGELN

- Nur erlaubte Materialien
- Nach Nutzung zurückbringen

NUTZEN

- Fördert Selbstständigkeit und Ordnung.