

# Beziehung mit Einfühlungsvermögen

## 3 Schritte auf dem Weg zur Verwirklichung der Aktivität



### Schritt 1 - Vorbereitende Phase

In der heutigen schnelllebigen Welt neigen wir dazu, uns immer mehr mit uns selbst zu beschäftigen und dabei manchmal unsere Beziehungen zu vernachlässigen, so dass wir immer weniger in der Lage sind, uns in andere einzufühlen. Beziehungen zu anderen und Einfühlungsvermögen können jedoch eine starke Bereicherung darstellen. Dabei lernen wir von Anderen, über uns und die Art, wie wir auf neue Erfahrungen zugehen. Somit können Sie diese Übung durchführen, wenn Sie der Meinung sind, dass junge Menschen wieder als Gruppe zu einander in Beziehung treten sollten. In einem ersten Schritt stellt man Überlegungen zu ihrer aktuellen Lebenssituation an: welche (kontroversen) Themen könnten sie interessieren. Bereiten Sie Moderationskarten vor und schreiben Sie ein kontroverses Thema auf jede Karte. Stellen Sie alles für diese Aktivität ansonsten erforderliche Material zusammen. Bereiten Sie auch Fragen vor, die Sie während der Diskussion in Schritt 2 stellen könnten.

### Schritt 2 - Aktivitätsphase

Verwickeln Sie die jungen Erwachsenen in einem ersten Schritt in ein Gespräch über das Lernen von Anderen. Warum ist es wichtig, etwas von der Meinung Anderer zu lernen? Warum bereichert das? Haben diese Erfahrungen dazu geführt, dass sie ihr Verhalten in gewisser Hinsicht oder die Art, wie sie auf Herausforderungen reagieren, geändert haben? Erläutern Sie den Teilnehmenden, dass die Menschen aufgrund unterschiedlicher Weltanschauung oder Erfahrungen, die sie gemacht haben, unterschiedlicher Meinung zu Themen sind. Wenn man Einfühlungsvermögen für die Ansicht anderer Menschen zeigt, geben wir uns die Möglichkeit, von ihren Erfahrungen zu lernen. Teilen Sie sie anschließend in 4-er Gruppen ein. Ein junger Mensch zieht eine Karte und sagt 3 Minuten lang seine Meinung zu einem kontroversen Thema (ohne unterbrochen zu werden). Der andere junge Mensch hört aufmerksam zu, darf aber nichts sagen. Ziel ist, dass die Zuhörer sich in die Sichtweise des Sprechenden einfühlen soll. Anschließend hat der zuhörende Partner nur eine Minute Zeit, um zu rekapitulieren, was der andere gesagt hat, ohne dabei jedoch eine eigene Meinung zum Ausdruck zu bringen. Zwischenzeitlich fungieren die anderen beiden als stille Beobachter und beurteilen anschließend, wie Tonfall und Körpersprache der Sprecher dazu beigetragen haben, die Botschaft zu vermitteln. Zum Abschluss diskutieren die jungen Erwachsenen ihre Rollen - was war schwer, was hat Spaß gemacht? Wie waren sie in der Lage, sich in die Person hineinzusetzen? Wie hat seine/ihre Sichtweise zu einer anderen Betrachtung des Themas beigetragen. Diese Aktivität kann mit umgekehrten Partnerrollen und anderen Themen wiederholt werden.



Art der Aktivität:  
Gruppendynamische Aktivität

Nutzen der Aktivität:  
Mit dieser Aktivität sollen bewusste Beziehungen zu anderen aufgebaut werden. Einfühlungsvermögen praktizieren und anderen Menschen gegenüber zeigen kann als Lernquelle dienen. Damit verhalten wir uns besser anderen gegenüber, was zu sinnvolleren Beziehungen führt.



Zeitliche Planung:  
Vorbereitung: 20 Minuten  
Umsetzung: 40 Minuten  
Prüfen des Lernfortschritts: 10 Minuten



Nachverfolgung der Aktivität:  
<https://www.understood.org/articles/en/teaching-with-empathy-why-its-important>



Weitere Komponenten der Value-Fallbeispiele:  
Es wird empfohlen, diese Aktivität mit jungen Menschen durchzuführen, die einander bereits kennen.  
Material:  
Moderationskarten  
Stifte

### Schritt 3 - Nachbereitende Phase

Zur Nachbearbeitung der Aktivität fassen die Teilnehmenden den Nutzen der Aktivität zusammen. Wie hat es sich angefühlt, sich in die Lage einer anderen Person zu versetzen? Diese Übung erweckt nicht nur das Bewusstsein der jungen Menschen für Empathie, sondern zeigt ihnen auch, dass Offenheit gegenüber neuen Erfahrungen eine wertvolle Lernquelle ist.



Zitierter Wert: