

Reflektionskarten - Meine Stärken

3 Schritte auf dem Weg zur Verwirklichung der Aktivität



Schritt 1 - Vorbereitende Phase

Ausgestattet mit einem Satz Karten gehen Kinder und junge Menschen auf eine Schatzsuche nach ihren individuellen Stärken.

Erstellen Sie einen Kartensatz mit mindestens 25 Karten. Jede Karte enthält eine Frage / Aussage wie beispielsweise:

- ✓ Das kann ich (sehr) gut ...
- ✓ Das mag ich an mir ...
- ✓ Ich habe dieses Ziel erreicht ...
- ✓ Ich bin sehr dankbar für ...
- ✓ Heute bin ich stolz auf mich, weil ...
- ✓ Ich würde das gerne lernen (können) ...
- ✓ Als Superheld hätte ich diese Superkraft ...
- ✓ Ich bin neugierig auf ...
- ✓ Hilf mir, wenn ich Hilfe benötige ...
- ✓ Darf ich einen Tag ganz ohne Regeln leben

Schritt 2 - Aktivitätsphase

Die Karten werden gemischt und mit der Oberseite nach unten gestapelt oder einfach auf dem Tisch verteilt. Die Spieler ziehen nacheinander eine Karte, lesen sie laut vor und beantworten die Frage oder vervollständigen den Satz.

Spielvariante - ich bin Du: Die anderen Spieler ziehen eine Karte und versetzen sich in die Rolle des anderen und beantwortet die Frage für ihn/sie. Anschließend folgt eine Diskussion über die Folgerichtigkeit der Antwort.

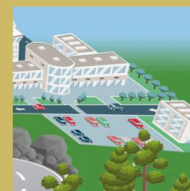
Schritt 3 - Nachbereitende Phase

Schließen Sie eine Gruppendiskussion ein, um den jungen Menschen zu helfen, über das nachzudenken, was sie gelernt haben:

- ✓ Was hast Du über Deine Freunde / Klassenkameraden gelernt?
- ✓ Was hast Du über Dich selbst gelernt?
- ✓ Wie war es, etwas Positives über Dich selbst zu sagen?
- ✓ Wie kann das dazu beitragen, Vertrauen aufzubauen?

Teilen Sie die Botschaft des Spiels:

Wie haben viele gute Eigenschaften, die noch niemand kennt. Wir sollten immer an alle unseren guten Eigenschaften denken! „Sie können die jungen Menschen auch auffordern, der Gruppe zu sagen, was sie an jedem Einzelnen schätzen.



Art der Aktivität:
Arbeit zu zweit mit Reflektionskarten

Nutzen der Aktivität:



Zeitliche Planung:
Vorbereitung: 30 Minuten
Umsetzung: 90 Minuten.
Prüfen des Lernfortschritts:
30 Minuten



Nachverfolgung der Aktivität:

<https://www.jugendarbeit-rm.de/kreisjugendring-rems-murr-ev/service/materialien/die-staerkekarten/>

Schatzkiste der Stärken für Kinder und Jugendliche:
120 Karten mit 12-seitigem Begleitheft (Beltz Therapiekarten)



Weitere Komponenten der Value-Fallbeispiele:
Die Übung sollte in einer vertrauensvollen Atmosphäre durchgeführt werden



Zitierter Wert: