

Vertrauenskurs

3 Schritte auf dem Weg zur Verwirklichung der Aktivität



Schritt 1 - Vorbereitende Phase

Verteilen Sie Hindernisse im Raum, beispielsweise Stühle, Tische, Bücher, Stifte usw.

Führen Sie die Übung mit zwei Personen durch.

Die jungen Menschen bilden 2-er Gruppen. Sie können die 2-er Gruppen so zusammensetzen, dass die jungen Menschen neue Beziehungen aufbauen können oder sie können sie selbst ihre Partner wählen lassen.

Schritt 2 - Aktivitätsphase

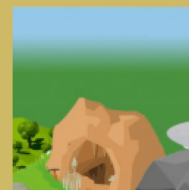
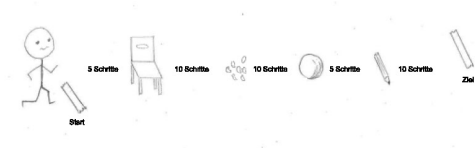
Erläutern Sie, dass eine Person als „Führer“ die andere Person als „Läufer“ durch einen Hinderniskurs führen wird. Die Augen der „Läufer“ sind geschlossen oder verbunden und sie müssen sehr genau zuhören.

Jetzt schließen die „Läufer“ ihre Augen. Die „Führer“ stehen neben ihren Läufern und geben jetzt verbal Anweisungen, um von einer Raumseite zur anderen zu gelangen. Dann tauschen die Partner die Rollen und gehen in die entgegengesetzte Richtung zurück.

Schritt 3 - Nachbereitende Phase

Diskutieren Sie dann folgende Fragen mit den jungen Menschen:

- ✓ Wie war es, einander blind zu vertrauen?
- ✓ Habt Ihr Euren Partnern vertraut?
- ✓ Wie hast Du die Aufgabe erfolgreich erledigt?
- ✓ Kannst Du Dir eine Situation im Alltagsleben vorstellen, in der Du jemandem „blind“ vertrauen musst? Kannst Du ein Beispiel nennen?
- ✓ Kannst Du eine Person benennen, der Du am meisten vertraust?
- ✓ Kannst Du eine Person benennen, der Du am wenigsten vertraust? Wie könnte Dein Vertrauen gewonnen werden?
- ✓ Wie fühlt es sich an, wenn Dir jemand vertraut?
- ✓ Hast Du je jemandes Vertrauen missbraucht? Wenn ja, erkläre, was passiert ist? Wie hast Du Dich gefühlt? Was ist später passiert?
- ✓ Was würdest Du heute anders machen?



Art der Aktivität:
Vertrauenskurs

Nutzen der Aktivität:
Die Bedeutung des Vertrauens durch den Aufbau positiver Beziehungen verstehen



Zeitliche Planung:
Vorbereitung: 15 Minuten
Umsetzung: 60 Minuten
Prüfen des Lernfortschritts: 30 Minuten



Nachverfolgung der Aktivität:



Weitere Komponenten der Value-Fallbeispiele:
Material: Hindernisse im Raum - z. B. Stuhl, Ball, Steine, Buch, Stift ...
Augenbinden (Option)
Die Übung sollte in einer vertrauensvollen Atmosphäre durchgeführt werden



Zitierter Wert:

Ihre Notizen:

✓ ...

✓ ...

