

Zuversicht



- Für jüngere Gruppen geeignet

Material

- O-Saft in der Flasche
- Gläser
- Grüne Lebensmittelfarbe
- Blanko Zettel „Zuversicht zum Abreißen“
- Stifte
- Schere

Ablauf

- **Vorbereitung:** Flasche O-Saft mit Lebensmittelfarbe grün färben
- Flasche mit gefärbtem O-Saft vor die Gruppe stellen (nicht sagen, dass es O-Saft ist)
- Gruppe fragen: Würdet ihr das im Supermarkt kaufen oder einfach so trinken?

→Gruppe ekelt sich vermutlich davor und niemand würde es trinken

- Gruppenleiter*in: Ich verspreche euch, dass das nicht eklig ist. Ich weiß, was drin ist. Das kennt ihr alle. Wer möchte es probieren?
- Diejenigen, die etwas wollen, etwas in die Gläser füllen und trinken lassen
- Frage stellen: Warum habt ihr das jetzt getrunken?
- Weitere Fragen: Warum hättet ihr es im Supermarkt nicht gekauft? Warum habt ihr mir vertraut, dass es gut ist?

→optimale Antwort von der Gruppe: Du hast gesagt, dass das gut schmeckt und wir es mögen. Wir haben dir vertraut.

- **Heute geht es um das Thema Zuversicht**
- Was heißt „Zuversicht“?
- Habt ihr eine Idee, wie unser Experiment am Anfang zu Zuversicht passt?
- Zuversicht heißt, dass man darauf vertraut, dass etwas gut wird. Der grüne Saft sah für euch am Anfang eklig aus. Ihr kanntet das nicht, wusstet nicht,

was drin ist, deshalb wolltet ihr es nicht trinken. Dann habe ich euch gesagt, dass ihr mir vertrauen könnt. Ich weiß, dass es gut schmeckt und ihr das kennt. Ihr habt mir also vertraut, dass der Saft gut schmeckt. Das ist Zuversicht. Ihr vertraut darauf, dass etwas gut wird.

- Wo begegnet uns Zuversicht im Alltag?
- Beispiele: Zuversicht, dass eine Klassenarbeit gut wird / Zuversicht, dass es ein schöner Urlaub wird / Zuversicht, dass man in der Gruppenstunde viel erlebt / Zuversicht, dass der Nachmittag mit der Freund*in Spaß bringt
- Wer hat eine Idee, wie man Zuversicht weitergeben kann?
- Ideen sammeln und auf das vorbereitete Blatt zum Abreißen schreiben
- Mögliche Ideen: Komplimente / anderen Zuhören / füreinander beten / Umarmung / Danke sagen / für etwas dankbar sein /
- Erklärung: Wir wollen unsere Ideen jetzt auf dieses Blatt schreiben. Danach hängen wir das hier im Gruppenraum auf. Jedes Mal kann sich jeder von euch einen Zettel abreißen und das tun, was darauf steht. So können wir vielen von euch Zuversicht und ein Lächeln ins Gesicht schenken



Zuversicht

zum Abreißen

Seven vertical lines for writing, spaced evenly across the page.