

Vorurteile überwinden

➤ Von Menschen, die wir besser kennen, glauben wir, einschätzen zu können, wie sie sich in bestimmten Situationen verhalten, was sie mögen und was nicht, usw. Wir machen uns ein Bild von der Person und kategorisieren. Wenn diese Person dann anders handelt, sind wir verwirrt, überrascht oder sogar entsetzt, enttäuscht. Wir haben nicht berücksichtigt, dass wir uns alle weiter entwickeln und neue Erfahrungen machen, die unser weiteres Handeln beeinflussen.

✿ Alle TN schreiben auf einen Zettel 3 schwierige Fragen, und überlegen, welchem TN sie welche Frage stellen wollen. Dann überlegen sie zuerst für sich selbst, welche Antwort sie vom jeweiligen TN vermuten und notieren die vermutete Antwort stichwortartig. Dann werden die Fragen an die ausgewählten Personen gestellt. Die Antworten werden notiert.

Mögliche Fragen:

- ◆ Was ärgert dich bei anderen Menschen am meisten?

- ◆ In welcher Situation hast du zuletzt gelogen?
- ◆ Welche Ziele strebst du in deinem Leben an?
- ◆ Wo liegen deine besonderen Fähigkeiten?
- ◆ Was denkst du über mich?
- ◆ Welche Gefühle kannst du am schwersten beherrschen?
- ◆ Wie hängen Liebe und Sexualität für dich zusammen?
- ◆ Wie leicht findest du Anschluss?
- ◆ usw.

Nun können alle vergleichen, wieweit die vermutete Antwort mit der tatsächlichen übereinstimmt. Dann können die beiden darüber sprechen, warum sie sich anders eingeschätzt haben, ob Vorurteile bestehen, usw.

Fragen für einen Austausch im Plenum:

- ◆ Wieweit haben die tatsächlichen Antworten mit den vermuteten übereingestimmt?
- ◆ Was haben wir im Austausch mit den anderen erfahren?
- ◆ Was hat uns am meisten überrascht?

📝 Zettel, Stifte

Mein Lobpsalm

➤ Für viele Menschen ist es leicht zu sagen, was sie nicht können und schwer zu beschreiben, was sie an sich selbst mögen. Oft wird das, was ich kann, von mir und von anderen als selbstverständlich angenommen.

✿ Psalm 139,14 wird vorgelesen und ausgeteilt:

„Ich danke dir, dass du mich so wunderbar gestaltet hast. Ich weiß: Staunenswert sind deine Werke.“

Nun sollen alle TN einen Lobpreis auf sich selbst schreiben. Dafür soll ein besonders schönes Papier verwendet werden, um den Wert zu unterstreichen.

Vorher muss vereinbart werden, ob der Psalm nachher vorgelesen wird oder bei jedem/r TN persönlich bleibt.

Danach können die TN im Plenum ihren Psalm vorlesen, wenn so vereinbart.

Fragen für eine Austauschrunde:

- ◆ Wie ist es mir beim Schreiben des Psalms gegangen?
- ◆ Wurde mir etwas Neues bewusst?

📝 Schönes Papier, Stifte, Psalm

” WENN DU DICH NICHT SO ZEIGEN KANNST, WIE DU WIRKLICH BIST, DANN BRAUCHST DU VIEL ENERGIE, UM DEIN WAHRES GESICHT ZU VERSTECKEN. (RUPERT FEDERSEL)