

Die Expertinnen und Experten in meinem Kopf

Einnahme einer Außenperspektive in Entscheidungssituationen

Darum geht es

Die Übung hilft, eine Außenperspektive einzunehmen und ein aktuelles Problem/eine Entscheidungssituation aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten.

Dauer

30 Minuten

Material/Vorbereitung

- ruhige Stimmung
- genug Platz
- gemütliche Sitzgelegenheiten

Arbeitsform

Einzelarbeit

Vorgehen

Voraussetzung ist eine vertrauensvolle Atmosphäre! Teilnehmende können die Methode jederzeit verlassen, wenn sie möchten.

Die Jugendlichen stellen sich eine Person vor – vielleicht eine Person im Familien- oder Bekanntenkreis, ein Vorbild, einen berühmten Menschen, eine fiktive Persönlichkeit, einen Superhelden – der bzw. die ihre aktuelle Herausforderung problemlos bewältigen könnte.

Nun stellen sie sich vor, genau diese Person betritt jetzt den Raum. Sie notieren eine Reihe von Fragen, die sie dieser Person gerne stellen möchten und ordnen sie nach Wichtigkeit.

Was würde der Gesprächspartner bzw. die Gesprächspartnerin wohl darauf antworten? Die Jugendlichen versuchen sich mögliche Antworten vorzustellen und halten sie schriftlich fest. Die Antworten können sich ruhig widersprechen, sodass mehrere Alternativen aufgeschrieben werden können.

Zuletzt lesen sich die Jugendlichen die Antworten noch einmal durch und überlegen, welche Antwort am wahrscheinlichsten ist, welche unwahrscheinlich und welche in Frage kommen könnte.