



# Vertrauensparcours

**Kompetenz:** Beziehungsfähigkeit | **Zielgruppe:** Kinder & Jugendliche |  
**Notwendige Sprachkenntnisse:** keine

🎯 **Ziel des Spiels:** Die Bedeutung von Vertrauen für den Aufbau positiver Beziehungen verstehen

🕒 **Zeit:** 10 Minuten

👥 **Gruppengröße:** 5 – 30 Schülerinnen und Schüler

📍 **Platz:** Große Fläche

✂️ **Material:** Hindernisse im Klassenraum, Augenbinden (optional)

✓ **Vorbereitung:** Verteilen Sie Gegenstände als Hindernisse im Raum, zum Beispiel Stühle oder Tische.

oder mit einer Augenbinde durch einen Hindernisparcours führen wird. Die Personen mit den geschlossenen Augen müssen genau zuhören.

- ➡ Läuferinnen und Läufer schließen ihre Augen. Jede Lenkerin und jeder Lenker steht neben seiner oder ihrer Läuferin oder ihrem oder seinem Läufer und erteilt ihr oder ihm mündliche Anweisungen, um von einer Seite des Raums zur anderen Seite zu gelangen, ohne dass die beiden Partnerinnen oder Partner sich berühren.
- ➡ Die Lenkerin oder der Lenker wird der Laufpartnerin oder dem Laufpartner Anweisungen geben, um Hindernisse zu umgehen und zur anderen Seite des Raums zu gelangen.
- ➡ Anschließend tauschen die Partnerinnen oder Partner die Rollen und gehen zurück in die andere Richtung.

## Spielregeln:

- ➡ Führen Sie das Spiel mit zwei Personen vor.
- ➡ Die Schülerinnen und Schüler bilden Paare. Sie können die Paare bestimmen, damit die Schülerinnen und Schüler neue Beziehungen aufbauen, oder die Schülerinnen und Schüler ihre eigenen Paare wählen lassen.
- ➡ Erklären Sie, dass eine Person als „Lenkerin“ oder „Lenker“ die andere Person als „Läuferin“ oder „Läufer“ mit geschlossenen Augen

## Diskussion:

- ➡ Diskutieren Sie mit den Schülerinnen und Schülern und stellen Sie dabei die folgenden Fragen:
  - *Wie hat es sich angefühlt, sich gegenseitig blind zu vertrauen?*
  - *Habt ihr eurer Partnerin oder eurem Partner vertraut?*
  - *Wie konntet ihr die Aufgabe erfolgreich erfüllen?*

