

At kende sig selv og hinanden

Tillid og tryghed er nøglen i gode fællesskaber

- Lad os lave en tillidsøvelse
- Gå sammen to og to – lad dig falde tilbage imod din makker, så I lige får følelsen af at tabe balancen

Succesfulde sportsklubber er bygget på tillid og tryghed



Tillid og tryghed handler om god kommunikation med hinanden

Vigtigheden af feedback – anerkendelse

1. Fortæl fra hjertet hvad det var, personen gjorde, som påvirkede dig positivt.
2. Hvorfor det gjorde det.
3. Hvad du fik ud af det.
4. Give forslag til forbedringer ved igen at være konkret og specifik.

Kend dig selv og dine styrker

- Alle mennesker har i større eller mindre grad 24 styrker – uanset kultur, religion, land, sprog m.m.
- Man siger at der eksisterer 24 menneskeligt universelle styrker
- Vi bruger dem i forskellig grad og det er vigtigt at være bevidst om vores styrker, for at kunne bidrage til samarbejde

Kend dig selv og dine holdkammerater

Videre arbejde, hvis I ønsker:

- Lær mere om jeres styrker: <http://www.viacharacter.org/www>
- Den tager 10 minutter
- Gem dit resultat
- Tal om hvad jeres styrker er i klassen (brug oversigtsarket til at lære om styrkerne)
- I næste film/øvelse skal I lære mere om jeres klassekammerater