

ZUVERLÄSSIGKEIT

INHALT

Zuverlässigkeit was ist das?.....	1
Was sagt die Bibel?.....	1
Ich bin zuverlässig- Teste dich!	2
Tipps für Zuverlässigkeit	4
Eine kleine Übung.....	6
Foto Challenge	7

Zuverlässigkeit Teil 1

ZUVERLÄSSIGKEIT WAS IST DAS?

Sich auf jemanden Verlassen zu können, ist ein gutes Gefühl. Es gibt Sicherheit und stärkt Beziehungen. Aber im Leben macht man unterschiedliche Erfahrungen.

Welcher dieser Zitate würdest du zustimmen und welcher nicht? Warum?

- „Wer sich auf andere verlässt, der ist verlassen.“

- „Ein guter Mensch ist zuverlässiger als eine steinerne Brücke“

- „Die eigene Zuverlässigkeit lernt man erst schätzen, wenn man sich auf andere verlassen muss.“

- „Wenn wir mit unseren Mitmenschen zu rechnen beginnen, merken wir erst, wie unberechenbar sie für uns sind.“

WAS SAGT DIE BIBEL?

Auf einer Skala von 1–10:
Wie wichtig ist euch Zuverlässigkeit in einer
Freundschaft oder Beziehung?

1

5

10

Warum behauptet Salomo
in Sprüche 20,6, dass es nur wenige verlässliche
Menschen gibt?

Was erlebt ihr in diesem Zusammenhang im Alltag?

In Sprüche 20,11 wird behauptet, man könne am Verhalten erkennen, ob jemand zuverlässig ist.
Stimmt ihr dem zu? Warum oder warum nicht?

Wie müsste sich ein Mensch verhalten, den man an seinem Handeln und Reden anmerkt, dass er verlässlich ist?

ICH BIN ZUVERLÄSSIG- TESTE DICH!

1. Sie sind nützlich und lästig zugleich: Hausaufgaben. Wie erledigst Du Deine?
 - Hauptsache, es geht schnell! Ich kopiere gern Texte aus dem Internet und nutze sie für mich.
 - Im Schulbus. Da habe ich genügend Zeit zum Abschreiben!
 - Gleich nach der Schule. Dann habe ich es hinter mir!

2. Ein Kumpel wartet auf Deinen Anruf, doch Deine Handykarte ist leer...
 - Ich schicke heute Abend eine Mail. Dann kann ich ihm alles erklären...
 - Das reicht auch morgen! Er hat mich auch schon mal vergessen.
 - Es gibt auch öffentliche Telefone. Ich rufe ihn von dort aus an.

3. Du schreibst mit zwei Schulfreunden ein Referat. Wie gehst Du vor?
 - Zunächst schreibe ich meinen Textentwurf. Dann stimmen wir ihn miteinander ab!
 - Mal sehen, was die anderen schon gemacht haben!
 - Ich opfere mich und tippe das Referat!

4. Der DVD-Abend beginnt um 20.00 Uhr. Wann läutest Du an der Tür?
 - Überpünktlich: Ich bin meistens 15 Minuten eher da!
 - Duschen, stylen...das kann dauern. Bin oft später dran! Was soll's! So bin ich halt...
 - Punkt 20.00 Uhr! Ich komme nie zu spät!

5. Kein Bock auf Schule! Mal ehrlich: Wie oft hast Du schon geschwänzt?
 - Ich gehe immer zur Schule. Es sei denn, ich bin krank!
 - Ich gebe es zu: Zwei- oder dreimal hatte ich einfach keine Lust!
 - Oh je! Das kann ich echt nicht mehr zählen! Ich muss jetzt immer ein ärztliches Attest vorlegen!

6. Ein/e Freund/in ruft Dich an. Er/sie hat Liebeskummer! Wie reagierst Du?
 - Ich wimmle ihn/sie ab und frage, ob wir nicht morgen in der Schule darüber reden können...
 - *Ich höre mir alles an. Aber richtig helfen kann man ja nicht!*
 - *Ich fahr sofort zu ihm/ihr! Er/sie braucht jemanden zum Reden!*

TIPPS FÜR ZUVERLÄSSIGKEIT

- 1. Stehe zu deinem Wort.** Einer, der wahrscheinlich wichtigsten Schritte, um Vertrauen zu bilden, ist, dein Wort zu halten. Auch wenn es um Kleinigkeiten geht, kann eine Absage oder das Nichteinhalten von Absprachen zu Haarrissen im Fundament deiner Vertrauenswürdigkeit führen.



- Wenn auch gelegentlich vorkommende, kleine Fehlverhalten für sich nicht wie eine große Sache erscheinen, können sie sich doch aufaddieren. Mit der Zeit werden die Menschen in deinem Leben dich für weniger vertrauenswürdig ansehen.



- 2. Stehe zu deinen Versprechen.** Vertrauen erfordert, dass die Leute an deine Verlässlichkeit glauben. Wenn du also ein Versprechen abgibst, halte es auch ein.

- Wenn du ein Versprechen wirklich nicht einhalten kannst, sei ehrlich genug und erkläre der Person, der du es gegeben hast, persönlich, warum du es nicht länger erfüllen kannst.
- Gerade, wenn du etwas Wichtiges versprochen hast, ist es mit einer einfachen Entschuldigung vielleicht nicht getan. Du musst vielleicht ein neues Versprechen abgeben, um es der Person gegenüber wiedergutzumachen. Halte dieses neue Versprechen unbedingt ein, egal was passiert!
- Spiele das ursprüngliche Versprechen nicht herunter. Egal wie klein und unwichtig ein Versprechen erscheint, verstehe, dass es für die andere Person vielleicht eine weit größere Bedeutung haben könnte als für dich. Wenn du es nicht erfüllst, könnte das eine große Enttäuschung für die andere Person sein.

3. Sei konstant. Ein wichtiger Teil der Definition von Verlässlichkeit ist, deinen Worten viele Male und über einen langen Zeitraum hinweg Taten folgen zu lassen. Per Definition ist jemand dann verlässlich, wenn du quasi immer auf ihn zählen kannst.



- Denke daran, dass ein- oder zweimal zu deinen Worten zu stehen noch keine ausreichend solide Grundlage für Vertrauen in deiner Beziehung schafft

Zuverlässigkeit Teil 2

EINE KLEINE ÜBUNG



Die Gruppe stellt sich gegenüber auf sodass man sich in die Augen Schauen kann. Ein Freiwilliger stellt sich auf eine höhe ca 1,5m und lässt sich rückwärts in die Arme der Gruppe fallen.

Wie habt ihr euch gefühlt?

Warum ist es so wichtig an dieser Stelle zuverlässig zu sein?

Was wäre passiert, wenn einer seine Aufgabe nicht zu 100% erfüllt hätte.

FOTO CHALLENGE

Präsentiert eure Ideen wie man Verlässlichkeit noch auf einem Foto darstellen kann

- ❖ Ihr habt 10 min Zeit eine Idee zu entwickeln
- ❖ Von den unterschiedlichen Ideen werden Bilder gemacht
- ❖ Das beste Bild wird für die Adventjugendhomepage genommen um den Pfadfinderwert darzustellen