

Coaching af kadetter



Under 10 år
11 - 14 år
Over 14 år

Op til 6 personer 15 - 30 minutter

Inde

Ingen af delene

Formål med aktivitet

Andet



Materialer i skal bruge

En lille blok til at skrive
nogle stikord fra samtalen
ned



Sådan gør du dig klar

Denne aktivitet kan bruges,
hvis en kadet udviser
konfliktoptrappende
adfærd. Instruktøren skal
tale med kadetten under
fire øjne.



Beskrivelse af aktivitet

Instruktøren skal lade kadetten sætte ord på, hvad der gør vedkommende sur, vred, ked af det, glad, og hvad der giver kadetten energi. På baggrund af de ting, som kadetten nævner, skal instruktøren spørge ind til, om kadetten oplever nogle af de følelser, når vedkommende er sammen med de andre kadetter. Hvis kadetten fx tit oplever at blive vred til undervisningen, skal instruktøren igen lade kadetten sætte ord på, hvorfor vedkommende bliver vred.

Ved hele tiden at spørge ind til kadettens følelser og oplevelse af disse følelser, kan instruktøren måske bidrage til, at kadetten får nogle redskaber til at håndtere disse følelser.

En samtale som denne løser ikke nødvendigvis problemet hos kadetten. Den gør dog, at en instruktør og kadetten selv kan opnå bedre forståelse af, hvorfor kadetten udviser den pågældende adfærd.

Instruktioner du skal give deltagerne

Undervejs i samtalen kan der med fordel bruges formuleringer som "Hvorfor tror du, det er sådan?", "Hvad vil du gøre for at undgå det i fremtiden?", "Hvad kan vi gøre, for at du føler dig bedre tilpas?" etc.

Hvad du skal passe på

Der er ikke noget, som man skal passe på her, udover at man ikke overskrider kadettens personlige grænser, når man spørger om noget personligt.



Egnet til dette beredskabsfaglige emne



Variation af aktivitet

Denne form for samtale kan også bruges, hvis kadetten udviser destruktiv adfærd eller aktivt modarbejder undervisningen.

