



Reflexion bei riskanten Erlebnissen

Stell dir ein konkretes Risikoerlebnis vor, das du eingehen möchtest und trage es unten ein.
Beantworte die Fragen der Checkliste schriftlich. Grundbedingung: Ehrlichkeit mit sich selbst!

Risikoerlebnis

1. Was erhoffe/verspreche ich mir von meinem Vorhaben?
2. Was könnten die Folgen meines Vorhabens sein?
 - a) für mich?

 - b) für andere?
3. Wie sind die Bedingungen (Zeitpunkt, Umgebung, Erreichbarkeit usw.)?
4. Wie bin ich «zwäg»?
5. Bin ich mit jemandem zusammen und mit wem?
6. Break; nochmaliges Abchecken der Punkte 2 bis 5. Sind die Folgen abzuschätzen, sind sie vertretbar und kann die Verantwortung dafür übernommen werden? Sind die Voraussetzungen und Umstände günstig?
7. Entscheidung: Möchte ich das Risiko eingehen oder suche ich nach einem anderen, weniger riskanten Erlebnis?