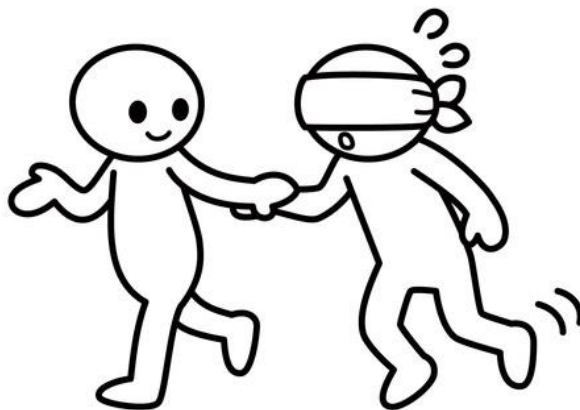


# Trygghetsleken: Å være en veiviser for en som er «blind»



Lag en hinderløype sammen med deltakerne , eller ha en klar på forhånd.

Det bør minst være en 8 – 10 forskjellige hinder i løypa.

Dere kan være ute eller inne, eller litt begge dele.

To og to skal hjelpe hverandre gjennom denne hinderløypa. Den ene har først bind for øynene. Det veldig viktig at han/hun ikke ser noe som helst. Den som kan se, skal føre “den blinde” gjennom løypa. Det er opp til dere hvordan denne løypa blir, men det er viktig at det er tid slik at begge to (partnerne) får ledet den andre gjennom løypa.

For å komme igjennom, over, under, rundt osv. hindrene, må lederen si hva som skal skje. For eksempel: “Bøy hodet!”, “Gå til venstre!”, “Løft bena!”, “Krabb på alle fire!” osv.

Viktig: Den som har bind for øynene skal hele tiden føle seg trygg på at den andre legger til rette slik at hindrene blir lettest mulig. Den blinde skal føle seg trygg og ikke bli redd for å skade seg eller for at lederen skal tulle med denne eller med hensikt si noe som er feil. Lederen/den seende velger selv hvordan løypa skal være (rekkefølgen på hindrene) , men målet er at alle må igjennom alle hindrene.

---

## Evaluering av Trygghetsleken

Snakk sammen i plenum om følgende:

- *Stolte vi på hverandre?*
- *Hva var vanskelig?*
- *Hva var lett?*
- Er det noe med en slik lek som er relevant for det virkelige livet?  
(Kan vi lære noe av denne leken, noe vi kan ta med oss ut i den virkelige verden?)