Charly Perler

Einflussfaktoren zur Wirksamkeit von erlebnispädagogischen Massnahmen

Nachdiplomstudium angewandte Erlebnispädagogik 2014
CURAVIVA Weiterbildung, Abendweg 1, 6060 Luzern in Kooperation mit planoalto Institut für systemisches Handeln Lehnackerstr. 31, 9033 Untereggen
Eingereicht im September 2014

Vorwort

Die vorliegende Arbeit befasst sich mit fünf Faktoren, welche die Wirksamkeit der Erlebnispädagogik beeinflussen. Ich habe mich für diese fünf Faktoren entschieden weil ich sie aufgrund meiner zehnjährigen praktischen Erfahrung im erlebnispädagogischen Bereich als sehr relevant erachte. Der Verständlichkeit halber habe ich einleitend mein Berufsfeld beschrieben und danach meine Definition des Erlebnisses und der Erlebnispädagogik erarbeitet. Basierend auf diesen Angaben habe ich in der Folge meine berufliche Tätigkeit in den letzten Jahren mit folgenden Wirksamkeitshypothesen analysiert.

- Beziehungen
- Ziele
- somatische Marker
- Die Solo's
- Transfer und Wandlungshilfen

Ich habe mich dabei auf die teilnehmende Beobachtung, die jeweiligen Auswertungsgespräche der verschiedenen Time Out's, unmittelbar danach und drei Monate später gestützt. Weitere Informationen erhielt ich durch steten Kontakt zu einweisenden Instanzen und zu ehemaligen Teilnehmern der Time Out's.

Bei der Analyse wurde jeder Wirksamkeitsfaktor theoretisch untermauert und zu meiner praktischen Arbeit in Bezug gesetzt. Ziel der Arbeit ist meine künftige Tätigkeit im erlebnispädagogischen Bereich zu optimieren. Die Arbeit rundet ab mit einem Fazit und den üblichen Dokumenten im Anhang.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung **4**

2. Definition **7**

2.1 Erlebnis 7

2.2 Erlebnispädagogik 8

3. Welche Faktoren beeinflussen die Wirksamkeit erlebnispädagogischer Time Out's? **10**

3.1 Wirksamkeitshypothese Beziehung 10

3.2 Wirksamkeitshypothese Ziele 13

3.3 Wirksamkeitshypothese Emotionen hinterlassen Spuren im Gehirn 16

3.4 Wirksamkeitshypothese Solo 18

3.5 Wirksamkeitshypothese Transfer oder Wandlungshilfen 20

4. Fazit **23**

5. Quellenverzeichnis **25**

6. Anhang **26**

6.1 Einzelbegleitung von S. 26

6.2 Reflexion des persönlichen Lernprozesses 30

1. Einleitung

Seit nun bereits 13 Jahren arbeite ich im Foyer des Bonnesfontaines in Freiburg, ein Kinder- und Jugendheim mit drei Wohngruppen zu je 8 Plätzen und einer Aussenwohngruppe mit 4 Studios. Die drei Gruppen teilen sich wie folgt auf, Unité 3 ist eine französischsprachige Schülergruppe im Alterssegment von 6 bis ca. 14 Jahren für Jungen und Mädchen, die Unité 2 ist das Pendant dazu für deutschsprachige Schüler und die Unité 1 ist eine Jugendgruppe im Alterssegment von 14 bis ca. 20 Jahren, ebenfalls für beide Geschlechter und mit der Besonderheit, dass sie auch deutschsprachige Jugendliche aufnimmt, welche gewillt sind die französische Sprache zu erlernen. Ein weiterer Sektor des Angebots des Foyer des Bonnesfontaines bildet die Aussenwohngruppe welche 4 Plätze für Jugendliche anbietet, die die Anforderungen für eine autonome Wohnform mitbringen. In meiner Funktion als Bezugserzieher arbeite ich auf der Unité 1 und der Aussenwohngruppe und bin vorwiegend für deutschsprachige Jugendliche verantwortlich.

Vor rund 10 Jahren wurde vom Foyer des Bonnesfontaines eine Struktur namens „Séjour de rupture“ ins Leben gerufen, hierbei handelt es sich um ein französischsprachiges Angebot, bei welchem Jugendlichen eine einwöchige Auszeit im Rahmen eines Aufenthaltes auf einer Alp angeboten wird. Dieses Angebot versteht sich als Krieseninterventi on, welche den Jugendlichen eine Reflexionszeit ausserhalb des gewohnten Rahmens ermöglicht.

Bei der Einführung des „Séjour de ruptur“ wurde seitens des Jugendamtes Freiburg und einzelner sozialer Einrichtungen die Kritik laut, dass in unserem zweisprachigen Kanton einmal mehr nur für französischsprachige Jugendliche eine dringend notwendige Struktur angeboten wird. Da ich zu dieser Zeit meine Zertifikatsausbildung an der Wildnisschule im Rahmen des Lehrganges natursportliche Erlebnispädagogik abgeschlossen hatte, erhielt ich von der Direktion das Angebot mich um die deutschsprachigen Anfragen zu kümmern. Als wesentlicher Unterschied zwischen diesen beiden Angeboten ist zu erwähnen, dass das „Séjour de rupture“ als Pilotprojekt lanciert wurde, welches breit abgestützt, mit einem fixen Team von drei Personen funktioniert und gemäss einem Jahresplan alle zwei Wochen stattfindet. Mein Angebot bezog sich hingegen nur auf gelegentliche Anfragen, welche von Schulen, Privatpersonen, Heimen (auch intern), Pflegefamilien und Jugendrichtern an uns gerichtet wurden. Auf Grund der personellen Kapazität konnte für mein Time Out Angebot auch keine Werbung gemacht werden. Ich habe in dieser Zeit als Einzelperson und zuweilen mit verschiedenen Begleitpersonen gearbeitet. Meine Einsätze mussten jeweils kurzfristig geplant und realisiert werden und es galt jeweils eine Vertretung für meine Arbeit auf der Unité 1 zu finden. Als weiterer markanter Unterschied ist zu erwähnen, dass das „Séjour de rupture“ stationär in einer Alphütte durchgeführt wird, meine Angebote fanden ausschließlich draussen in der freien Natur in Form von Trekkings und gelegentlich auch als Kanutouren statt.

In meinen Time Out Angeboten übernehmen die Jugendlichen als Guide die Führung und tragen die volle Verantwortung für die Gruppe, die Routen- und Etappenplanung, die Wahl der Biwakplätze und der Einkaufsmöglichkeiten. Ich stehe ihnen bei der gesamten Planung nur als Berater zur Verfügung. Sie sind es, die letztendlich die relevanten Entscheidungen treffen und diese in der Folge aber auch verantworten müssen. Zu Beginn des Time Outs erkläre ich ihnen den Gebrauch von Karten und Kompass um sich im Gelände orientieren zu können. Zu diesem Zeitpunkt gebe ich auch die Rahmenbedingungen bekannt wie Start- und Zielpunkt, es werden keine öffentlichen Verkehrsmittel benutzt, es werden keine elektronischen Geräte mitgeführt, es wird ausschliesslich draussen übernachtet und ich behalte mir ein Vetorecht vor, von welchem ich aber nur Gebrauch mache um die Sicherheit der Gruppe zu gewährleisten. Die Jugendlichen führen ein Tagebuch in Stichwortform, welches jeweils abends beim Tagesrückblick geführt wird. Auf der Basis dieses Tagebuches erarbeiten die Jugendlichen während ihrem Solo eine schriftliche Arbeit im Bezug auf Ihre Situation und ihre Ziele. Im Verlauf der letzten zehn Jahre durfte ich rund 20 Jugendliche in solchen Time Out's begleiten, aus den Auswertungsgesprächen, welche unmittelbar nach dem Time Out und nochmals drei Monate später stattfanden, weiss ich, dass meine Interventionen in vielen Fällen eine positive Wirkung zeigten und zu entsprechend guten Feedbacks seitens der einweisenden Instanzen führten.

Mir ist es nun ein Anliegen diese positive Wirkung begründen zu können, zum einen um meine Arbeit besser erklären zu können und zum anderen um sie zu optimieren. Meine Fragestellung lautet also: Welche Faktoren beeinflussen die Wirksamkeit von erlebnispädagogischen Time Outs? Ziel meiner Arbeit ist es, grundlegende Erkenntnisse zur Wirksamkeit der Erlebnispädagogik zu erhalten und meine künftigen Angebote damit optimieren zu können. Zu diesem Zweck habe ich

mir auf der Basis meiner praktischen Erfahrung, diverser Fachbücher und aus den theoretischen Grundlagen der Ausbildung „Nachdiplomstudium angewandte Erlebnispädagogik“ einige Wirksamkeitshypothesen erarbeitet. Es ist mir klar, das meine gewählten Themen nur einen kleinen Teil der Bandbreite erlebnispädagogischer Arbeit abdecken. Mir war bei der Auswahl aber wichtig, mich an Themen zu halten, welche für mich persönlich prägnant sind und mit welchen ich in den letzten 10 Jahren gearbeitet habe. Anhand dieser Wirksamkeitshypothesen versuche ich meine Arbeit im Bereich der Erlebnispädagogik zu analysieren und zu optimieren. Es ist mir dabei wichtig, neu erlernte Methoden und Ansätze aus dem „Nachdiplomstudium angewandte Erlebnispädagogik“ in meine künftigen Angebote einzubauen.

Meine Arbeit soll in keiner Weise wissenschaftlichen Ansprüchen genügen, sie ist eine persönliche Auseinandersetzung mit meiner beruflichen Tätigkeit, welche mir erlauben soll diese zu optimieren.

In meiner schriftlichen Arbeit wird der Begriff Erlebnispädagogik mit EP abgekürzt, der Lesbarkeit halber werde ich im Text in Abwechslung sowohl die weibliche als auch die männliche Form benutzen.

2. Definition

2.1 Erlebnis

Auch heute noch scheint es schwierig eine allgemein gültige, klare und einfache Definition von EP zu finden. Der Begriff Erlebnis hat in den letzten zwanzig Jahren in verschiedenen gesellschaftlichen Bereichen eine enorme Bedeutung erhalten, so ist er im touristischen Angebot heute kaum mehr wegzudenken. Von Erlebnisreisen über Erlebnisgastronomie bis hin zur Erlebnishotelerie wird vieles unter diesem Begriff angeboten und entsprechend oft gebucht. Auch unser Freizeitbereich ist von Erlebnissen nur so durchzogen, Erlebnisshopping, Erlebnisspielplatz, Erlebniswanderung, Erlebniskino etc. Es scheint fast so als ob der Ausdruck Erlebnis per se eine Qualitätssteigerung beinhaltet und stark verkaufsfördernd wirkt. Was aber ist ein Erlebnis genau? Hier zwei kurze Definitionen aus der Literatur:

„Erlebnis ist eine ganzheitlicher Akt, der Körper, Seele, Bewusstsein und Emotionen anspricht. Ein Erlebnis bezeichnet sich als besonders intensive Erfahrung mit hohem affektiven Gehalt aus. Ebenfalls gross ist die persönliche Relevanz, ein Erlebnis ist Ich-wirksam. Im Spannungsmoment eines Erlebnisses zeigt sich etwas Neues, für die Person bisher Fremdes oder Überraschendes. (Lexikon EP, Zuffelato Andrea, Kreszmeier Habiba Astrid, Zielverlag 2012, Seite 45)

„Erleben ist grundlegend, aber nicht einfach von `Wirklichkeiten` sondern von Zeit; Erlebnisse sind die einzige psychische Realität, sie definieren die Gegenwart im Erfahrungsstrom. Erleben ist Zeiterfahrung, nämlich der beständige Umschlagpunkt von Zukunft in Vergangenheit.“
(Erlebnis- und Abenteuerpädagogik, Hans G, Bauer, Rainer Hampp Verlag 2001, Seite 83)

Die beiden Zitate beinhalten sehr viele Aspekte, welche meinem Bild von Erlebnis entsprechen. Ein Erlebnis soll in diesem Sinn prägend auf mich einwirken, es sollte ganzheitlich erlebt werden, unter Einbezug von Körper, Seele, Bewusstsein und Emotionen. Wobei es meines Erachtens einer gezielt angeleiteten Reflexion bedarf um diesem Anspruch gerecht zu werden. Der Aspekt des Neuen, Überraschenden, für die Person bisher Unbekanntem, steigert den affektiven Gehalt und den Aspekt des Lernens. Wenn Bauer das Erlebnis als „einzige psychische Realität“ bezeichnet bedeutet das für mich auch eine Annäherung an den Konstruktivismus, welcher mir in meiner Arbeit mit den Jugendlichen erlaubt ihre bisherigen Erfahrungen und Sichtweisen zu hinterfragen und ein neues Selbstbild zu konstruieren. Weiter gefällt mir die bewusste Erfahrung der Zeit, der Gegenwart, des Hier und Jetzt, welche uns Erlebnisse viel intensiver wahrnehmen lässt. Aus meiner praktischen Erfahrung heraus, füge ich meiner Definition auch den Aspekt des gemeinsamen Erlebens an, er führt zu einer intensiveren Wahrnehmung der Erlebnisse durch gemeinsame Reflexion und Austausch über das Erlebte.

2.2 Erlebnispädagogik

EP ist ebenfalls eine Ausdruck, der heute in aller Munde ist, viele Aktivitäten welche im Outdoor stattfinden bedienen sich des Begriffs EP, von Schulen, therapeutischen Einrichtungen, Seilgärten, natursportlichen Aktivitäten bis hin zu Managementschulungen. Die amerikanische Association for Experiental Education definiert EP als einen Prozess, in welchem Lernende sich Wissen, Fertigkeiten und Werte über direkte Erfahrungen aneignen.

Bei Kreszmeier/Hufenus finden wir folgende Definition in „Wagnisse des Lernens“ (Haupt Verlag, 2000, Seite 25):
„Eine aktive Unternehmung, meist, aber nicht ausschließlich in der Natur, meist, aber nicht ausschliesslich mit Jugendlichen, meist, aber nicht ausschließlich in einer Gruppe, meist, aber nicht ausschließlich mit pädagogischen Zielen?“

Aus systematischer Sicht betrachtet ist EP „Praxis und Theorie der Leitung und Begleitung persönlichkeitsbildender Lernprozesse mit handlungsorientierten Methoden. EP fördert den Menschen in seine Sozial- und Selbstkompetenz über primäre, sinnliche (Natur-) Erfahrungen, über das Lernen durch Handeln, über die Kraft der Metaphern und über die direkte Reflexion. Sie öffnet mit ihren handlungsorientierten Methoden und Spielformen einen anderen, unbekannten (Lebens-) Raum, der aus sich heraus verlangt, das „Alte“, scheinbar Sicherheit gebende, zu prüfen, neue Ressourcen und Fähigkeiten zu entwickeln sowie versteckte Ressourcen und Fähigkeiten an Licht zu bringen und einzusetzen. EP setzte die reformpädagogische Forderung nach Ganzheitlichkeit, Naturverbundenheit und Praxisbezug, Menschennähe und Gesellschaftsfähigkeit in der Praxis um. EP entstand und entsteht immer dort, wo Erzieher, Begleiter, Therapeuten, die ein ganzheitliches Menschenbild und Verständnis von Lernen hatten, Kinder, Jugendliche und Erwachsene in einem Entwicklungsprozess begleiten sollen und wollen. Wo es nicht ausschließlich um stoffliche Lerninhalte, sondern um persönliche Wachstumsprozesse geht, wo alternative Lernräume und neue Lernfelder erschlossen werden. Systemische EP nimmt Haltung und Grundannahmen systemischer Praxis und Theorie auf und verbindet sie mit Handlungslernen, Lernen durch Erleben und metaphorischer Arbeit sowie mit initiatorischer Naturerfahrung. Dazu erweitert sie das handlungsorientierte Methoden-Repertoire.“ (Lexikon EP, Zuffelato Andrea, Kreszmeier Habiba Astrid, Zielverlag 2012, Seiten 45/46)

Meine Definition von EP schliesst sich heute diesen Definitionen aus der Literatur weitgehend an, wobei ich eine gute, tragfähige Beziehung mit den Protagonisten als unabdingbare Grundvoraussetzung ansehe um mittels erlebnispädagogischen Methoden und Modellen eine nachhaltige Entwicklung der Jugendlichen zu fördern. In den letzten zehn Jahren habe ich vorwiegend auf der Basis des NDK natursportliche Erlebnispädagogik gearbeitet, so wie sie an der

Wildnisschule vermittelt wurde. Das Lernzohnenmodell und das Solo waren in meiner Arbeit zentrale Bestandteile, mit meinen Time out's versuchte ich die zu begleitenden Jugendlichen aus ihrer Komfortzohne heraus zu bringen, mit ihnen zusammen in der Lernzohne Erfahrungen zu machen und diese in Gesprächen Abends am Lagerfeuer zu reflektieren und mit ihren Zielen und ihrem realen Leben in Verbindung zu bringen, was in etwa einem Outwardbound plus Modell entsprach. Meine Arbeitsweise war sicherlich bereits durch Ressourcen-, Lösungsorientierung und in bescheidenen Ansätzen durch metaphorische Arbeit geprägt. Durch den Lehrgang „angewandte Erlebnispädagogik" bei Planoalto wurde ich im Verlauf des letzten Jahres auf andere Sicht- und Arbeitsweisen der EP aufmerksam, ein ganzheitliches Menschenbild, Prozessgestaltung, -wahrnehmung und -begleitung, Handlungsorientierung, systemische Betrachtung einer Situation und Methoden wie metaphorisches Arbeiten, Kreativtechniken und rituelle Gestaltung sind nur einige zu erwähnende Aspekte welche mein Bild der EP verändert und bereichert haben.

3. Welche Faktoren beeinflussen die Wirksamkeit von erlebnispädagogischen Time Out's?

3.1 Wirksamkeitshypothese Beziehung

In meiner Arbeit als Sozialpädagoge bin ich es gewohnt auf der Beziehungsebene mit meinen Klienten zu arbeiten. Beim Zusammenleben auf der Wohngruppe entstehen tragfähige Beziehungen, welche den Jugendlichen ein Gefühl der Akzeptanz und des Angenommenseins vermitteln, ungeachtet aller Schwierigkeiten welche sie mitbringen. Ich achte dabei darauf eine Vertrauensbasis mit den Jugendlichen zu entwickeln, welche eine offene und ehrliche Kommunikation zwischen uns ermöglicht. In einem stationären Rahmen mit längerfristigen Platzierungen sind dem Aufbau solcher Beziehungen wenig Grenzen gesetzt, es besteht viel gemeinsame Zeit, durch gemeinsame Erlebnisse und Erfolge kann die Beziehung gepflegt und gefestigt werden. In diesem Rahmen ist es durchaus möglich, Jugendlichen sozio-emotionale Erfahrungswerte anzubieten an welchen sie sich orientieren, wachsen und sich entwickeln können. In einem erlebnispädagogischen Setting wie einem wöchigen Time Out ist ein solcher Beziehungsaufbau nur begrenzt möglich. Im Rahmen der systemischen Arbeit steht die Beziehungsarbeit eher im Hintergrund, wobei ein Bezug und ein Rapport, also ein Verhältnis des Vertrauens und der Zustimmung doch Grundvoraussetzungen sind. Die Begleitung fokussiert sich dann aber stark auf die Autonomie, die Stärkung der Selbständigkeit und der Selbstwirksamkeit. Für mich ist es daher sehr wichtig, bereits vor dem Time Out mindestens einen, idealerweise aber mehre Kontakte zu den Jugendlichen und ihrem Umfeld zu pflegen. Zum Umfeld der Jugendlichen zähle ich hierbei die Familie, die Schule, wichtige Bezugspersonen und die einweisende Instanz. Im Rahmen dieser ersten Kontakte gelingt es, sich kennen zu lernen, eine klare Auftragsabklärung zu machen, Ziele zu formulieren, Erwartungen zu relativieren und Widerstände abzubauen. In der Praxis werden meine Einsätze aufgrund der Dringlichkeit aber oft sehr kurzfristig geplant und umgesetzt, was sich negativ auf diese wichtige Vorarbeit auswirkt. Im ungünstigsten Fall mache ich diese Vorarbeit in einem Gespräch mit dem Umfeld unmittelbar vor dem Start des Time Out's. Die Erfahrung zeigt, dass in solchen Situationen eine klare Auftrags- und Zielabklärung nur mangelhaft durchgeführt werden kann, was sich daher negativ auf das ganze Setting auswirkt. Es ist dann auch so, das ev. vorhandene Widerstände erst im Time Out selber abgebaut werden müssen, was kostbare Zeit in Anspruch nimmt.

Um eine tragfähige Beziehung zu den Jugendlichen innerhalb kurzer Zeit aufzubauen, bediene ich mich auch verschiedener Pacingtechniken. Übersetzt bedeutet Pacing Schritt, Schritthalten, angleichen, gleichziehen. Das Pacing entstammt dem Neuro-Linguistischen Programmieren, hierbei werden die eigenen Verhaltensweisen der zu führenden Person bewusst angeglichen, mit dem Ziel deren Vertrauen zu gewinnen.

„Vertrauen wird definiert als subjektive Überzeugung von der Richtigkeit, Wahrheit bzw. Redlichkeit von Personen, von Handlungen, Einsichten und Aussagen eines anderen.“
(de.wikipedia.org/wiki/pacing and leading)

„Je grösser das Vertrauen in die Begleitung ist, und dieses wird zum grössten Teil durch Angleichungstechniken erreicht, desto intensivere Prozesse werden möglich“
(Lexikon EP, Zuffelato Andrea, Kreszmeier Habiba Astrid, Zielverlag 2012, Seite 120)
Dieses Angleichen findet auf verschieden Ebenen statt, im nonverbalen Bereich über Angleichung der Körperhaltung und dem kopieren oder spiegeln von Bewegungen, Mimik und Gesten. Im sprachlichen Bereich durch angleichen der Stimmlage, der Lautstärke, der Sprechgeschwindigkeit und der Verwendung ähnlicher oder gleicher Wörter.

Obwohl die Neuro-Linguistische Programmierung bis anhin keine Beweise für die Wirksamkeit des Pacings erbringen konnte, mache ich in meiner Praxis sehr gute Erfahrungen damit. Mir geht es dabei vor allem darum, die Jugendlichen dort abzuholen wo sie in ihrer Entwicklung stehen, mir ein Bild ihrer Situation machen zu können, welche durch ihre Erfahrungen und ihr Wertesystem

geprägt wurde. Erst auf der Basis einer vertrauens- und verständnisvollen Beziehung ist es für sie möglich, sich auf einen begleiteten Reflexionsprozess einzulassen, erlernte Verhaltensmuster in Frage zu stellen, verdeckte Ressourcen zu entdecken und neue Rollen auszuprobieren. Ich achte und respektiere in diesem Zusammenhang die Jugendlichen als Experten, was die Fragen ihres Lebens angehen. Ich gehe in meiner Haltung davon aus, dass die Jugendlichen über alle notwendigen Ressourcen und Fähigkeiten verfügen um anstehende Probleme zu lösen und ihr Leben zu bewältigen.

Bei der Wirksamkeit meiner Interventionen zeigen sich markante Unterschiede zwischen Jugendlichen, welche ich bereits als Bezugsperson über längere Zeit im Foyer des Bonnesfontaines betreut habe und Jugendlichen, welche von externen Stellen im Time Out platziert wurden. Weiter zeigen sich deutliche Unterschiede zwischen Jugendlichen, welche von externen Stellen platziert wurden, die in einer oppositionellen Haltung dem Time Out gegenüber verharrten und Jugendlichen bei denen es gelungen ist sie für das Vorhaben zu motivieren.

Jugendliche, bei denen ich bereits seit geraumer Zeit als Bezugserzieher tätig war, verfügen schon lange vor dem Time Out über eine tragfähige Beziehung zu mir. Das bestehende Vertrauen und die gegenseitige Bekanntheit wirkt sich sehr positive auf die Zielabklärung aus, es ermöglicht den Jugendlichen, sich sehr offen auf Erfahrungs- und Lernprozesse einzulassen. Diese Jugendlichen wagen sich während des Time Out auch an grössere Herausforderungen heran weil sie auf die Begleitung durch eine vertraute Person zurückgreifen können. Hier ist es auch möglich die Jugendlichen über längere Zeit auf das Time Out vorzubereiten und so Voraussetzungen zu schaffen, welche bereits vor der eigentlichen Intervention zu einer lernreichen Auseinandersetzung mit dem Projekt führen.

Bei Jugendlichen, welche von externen Stellen platziert wurden, ist es notwendig den ganzen Beziehungsaufbau erst zu erarbeiten, sie brauchen Zeit um das notwendige Vertrauen aufzubauen was in der Folge weniger Zeit lässt für die eigentlichen erlebnispädagogischen Interventionen. Die Qualität der aufgebauten Beziehung ist weiter stark abhängig von den Sozialkompetenzen welche diese Jugendlichen gemäss ihrem Entwicklungsstand mitbringen. Als weiteren Negativfaktor erachte ich den Sachverhalt, dass das Time Out oft als Sanktion eingesetzt wird und den Jugendlichen auch als solche kommuniziert wird. Hier bestehen oft grosse Widerstände und eine oppositionelle oder gar verweigernde Haltung, welche erst abgebaut werden muss, bevor Ziele gesetzt und ein erlebnispädagogisches Lernfeld betreten werden kann.

3.2 Wirksamkeitshypothese Ziele

„Der Begriff Ziel bezeichnet einen in der Zukunft liegenden, erstrebenswerten oder angestrebten Zustand, den eine Veränderung zum gegenwärtigen Zustand auszeichnet. Ein Ziel ist ein mehr oder weniger definierter Endpunkt eines Prozesses. Ziele definieren sich durch Inhalt, Zeitrahmen, Erreichbarkeit und Erfüllungsgrad, sie könne durch bewusste Handlungen verfolgt werden. In der Pädagogik gelten Ziele als Unterscheidungskriterien zwischen willkürlichem Handeln und Professionalität.“ (Lexikon EP, Zuffelato Andrea, Kreszmeier Habiba Astrid, Zielverlag 2012, Seite 256)

Zielfindungsprozesse sind an sich bereits ein Stück intensiver Arbeit mit dem Klienten und seinem Umfeld, welche im Vorfeld der eigentlichen erlebnispädagogischen Unternehmung stattfindet. Hier gilt es den verschiednen Anspruchstellern wie Klienten, einweisenden Instanzen, Bezugspersonen, vorgesetzten Instanzen aber auch der Leitung selber gerecht zu werden. Idealerweise kann die Leitung Ziele und Erwartungen abholen, sie auf einen gemeinsamen Nenner bringen und einen Auftragskontext aufbauen. In meiner Praxis zeigt sich aber oft die Realität, dass der ganze Zielfindungsprozess durch die Kurzfristigkeit der Anfragen stark in den Hintergrund tritt. Oft sind im Anfrageformular zum Time Out wage oder gewagte Ziele definiert, welche weder mit dem Klienten selber noch mit dessen Umfeld besprochen wurden, sondern von der einweisenden Instanz nach Gutdünken formuliert wurden. Nicht selten gleichen diese Ziele und Erwartungen einem Streich mit dem Zauberstab welcher in einem einwöchigen Time Out aus einem demotivierten, sich selbst gefährdenden, oft delinquenten Jugendlichen ein verantwortliches, sozial angepasstes Mitglied unserer Gesellschaft machen soll. In den Vorgesprächen zum Time Out muss ich solche Erwartungen vielfach korrigieren und herunterschrauben. Unerreichbare Ziele und Erwartungen führen unweigerlich zum Scheitern und einer weiteren negativen Erfahrung für den Klienten. Oft ist es nötig zu erklären, dass EP im besten Fall einen Entwicklungsprozess in Gang setzen kann, welcher in einer Nachbetreuungsphase vom Umfeld des Jugendlichen gehegt und gepflegt werden muss, um eventuell erst nach geraumer Zeit Wirkung zu zeigen. In der EP werden Ziele auf verschiedenen Ebenen definiert, zum einen sind es Ziele auf der Ebene des Erkennens, zum anderen Ziele des Wandels.

Auf der Ebene des Erkennens können folgende Ziele genannt werden:

Persönlich

- Verborgene Ressourcen erkennen
- Grenzen erfahren
- Eigene Schwierigkeiten bewusst wahrnehmen
- Eigene Emotionen wahrnehmen

Gruppen und Systeme

- Gruppenpotenzial wahrnehmen
- Rollenverhalten erkennen
- Verborgene Konflikte sichtbar machen
- Macht und Rangverhältnisse klären.

Auf der Ebene des Wandels sind es:

Persönlich

- Selbstvertrauen gewinnen
- Selbstwahrnehmung verbessern
- Vermeintliche Grenzen überschreiten
- Selbstständigkeit erlangen
- Entscheidungsfähigkeit erlangen
- Eigene Emotionen verstehen
- Distanz gewinnen
- Ausdauer, Durchhaltewillen und Kontinuität üben
- Sich führen lassen
- Verantwortung für sich übernehmen
- Körperwahrnehmung verbessern
- Erhöhung der Frustrationstoleranz

Gruppen und Systeme

- Vertrauen zu anderen gewinnen
- Einfühlungsvermögen in andere fördern
- Teamgeist fördern
- Kooperation üben
- Führung üben
- Verantwortung für andere übernehmen
- Neue Rollen ausprobieren
- Soziale Zusammenhänge verstehen

(Lexikon EP, Zuffelato Andrea, Kreszmeier Habiba Astrid, Zielverlag 2012, Seite 260)

In Situationen welche es zeitlich nicht erlauben eine eigentliche Zielabklärung zu machen, stütze ich mich oft auf die oben genannten allgemeinen Ziele der Erlebnispädagogik und versuche die Erwartungen mit diesen allgemeinen Zielen anzugleichen. Hiermit wird bereits eine große Bandbreite der Selbst- und Sozialkompetenzen und des persönlichen Wachstums angesprochen. Hinsichtlich der Zielabklärung ergeben sich markante Unterschiede zwischen Jugendlichen welche im Foyer platziert sind und jenen, welche kurzfristig im Time Out platziert werden. Bei den mir seit längerer Zeit bekannten Jugendlichen ist es möglich die Zielabklärung aufgrund einer guten Kenntnis der ganzen Situation zu machen. Hierbei besteht eine Vertrauensbasis welche es erlaubt Zielsetzungen zu formulieren die nicht losgelöst von jeder Realität sind und den Bedürfnissen der Jugendlichen entsprechen. Hier können auch Methoden der Zielfindung angewendet werden wie Kreativtechniken, Symbolarbeit oder szenisches Arbeiten. Ziele sind um so bedeutungsvoller, je mehr affektiver Gehalt und Identifikation damit erreicht wird. Gelingt es eigene Ziele zu definieren, kann davon ausgegangen werden dass der Jugendliche mit einer gewissen Eigenverantwortung an den Zielen arbeitet. Für mich als Erlebnispädagoge bedeutet dies, mich auf den Entwicklungsprozess des Jugendlichen konzentrieren zu können und ihn in einer begleitenden Funktion beim Erreichen seiner Ziele zu unterstützen.

„Gelingt es Menschen die inneren Wünsche und Anliegen, die eigenen Visionen und Fantasien zu entlocken und diese passend zur Systemumwelt mitzugestalten dann werden sie in der Prozessbegleitung zu einem Passepartout, der Türen und Wege eröffnet und Unglaubliches ermöglicht.“ (Lexikon EP, Zuffelato Andrea, Kreszmeier Habiba Astrid, Zielverlag 2012, Seite 225)

3.3 Wirksamkeitshypothese Emotionen hinterlassen Spuren im Gehirn

Bildgebende Verfahren wie Positronen-Emissions-Tomographie und funktionale Magnet-resonanztomografie sind in den letzten Jahrzehnten rasant weiterentwickelt worden. Sie ermöglichen uns heute Menschen „live und in Farbe“ beim Denken und Fühlen zuzuschauen. Es ist nach wie vor nicht möglich zu sagen, warum bestimmte Sinneseindrücke bestimmte biochemische Prozesse auslösen und neuronale Strukturen generieren. Durch beobachten besonders aktiver Hirnregionen lassen sich aber Schlüsse ziehen über die Intensität emotionaler Wirkungen.

Der Neurowissenschaftler Antonio Damasio widerlegte in den neunziger Jahren die Trennung von Geist und Gehirn sowie Geist und Körper. Laut seinen Aussagen sind Emotionen und Kognitionen nichts anderes als biochemische Prozesse und neuronale Strukturen. Werden wir z.B. von einem Hund angeknurrt, sind unsere Emotionen meist mit körperlichen Reaktionen verbunden wie beispielsweise Herzrasen, Muskelspannung, schwitzende Handflächen usw. Diese körperlichen Reaktionen bestehen immer schon bevor unser Gehirn uns ein gefühlsmäßiges Einschätzen der Situation erlaubt. Er unterscheidet also zwischen Emotionen, welche er als Körperzustände versteht und Gefühlen welche die bewusste Wahrnehmung oder einen geistigen Bewertungsprozess dieser Körperzustände bedeuten.
Sein Kollege Joseph LeDoux drückt es auch so aus, „der mentale Aspekte der Emotionen, das Gefühl, ist ein Sklave Ihrer Physiologie, nicht umgekehrt. Wir zittern nicht weil wir uns fürchten und wir weinen nicht weil wir traurig sind, wir fürchten uns weil wir zittern und wir sind traurig weil wir weinen.

Zur Illustration dieses vermeintlichen auf dem Kopf Stellens, bedient sich LeDoux eines Beispiels: Ein Wanderer läuft durch den Wald und sieht eine Schlange? Was passiert? Von der Netzhaut des Auges wird die Information an den Thalamus, eine zentrale Schaltstelle im Hirn gemeldet. Von dort gelangt sie zum visuellen Cortex, einem Teil des Großhirns und wird unter Mitwirkung weiterer Strukturen verarbeitet. Dieser Vorgang braucht Zeit. Um aber von der Schlange nicht gebissen zu werden, läuft parallel ein wesentlich schnellerer Prozess ab: eine rudimentäre Information zur „Schlange“ wird an die Mandelkerne geleitet, die umgehend für eine Mobilisierung des Körpers sorgen. Das heisst Puls, Blutdruck und Muskelspannung steigen an und noch bevor die „grauen Zellen“ also das Grosshirn uns Verhaltensalternativen vorschlagen kann, signalisiert der Körper, dass nun nicht lange gedacht sondern rasch entschieden werden muss. Die Mandelkerne sind es die über Botenstoffe die Entscheidung des Körpers aufnehmen und so letztlich für das Überleben des Organismus sorgen.“ (Erleben und Lernen, Bernd Heckmair/Werner Michel,Reinhardt Verlag 2012, Seite79)

Die im Beispiel zitierte „rudimentäre Information zur Schlange“ kann auch als somatischer Marker bezeichnet werden. Ein somatischer Marker erzeugt Körperzustände und erst in der Folge werden diese Körperzustände durch das Grosshirn bewertet und in Gefühle umgewandelt. In den genannten Beispielen mit dem knurrenden Hund oder der Schlange resultiert das Gefühl von Angst.

Somatische Marker können aber genauso zu positiven Gefühlen führen. Nehmen wir das Beispiel von Situationen in denen wir in einen „Flow“ kommen, „man vergisst in solchen Momenten die Zeit erlebt sich im eigenen Tun im Hier und Jetzt, ohne diese ständigen Gedanken an das was alles war und was noch auf uns zukommt. Man verschmilzt förmlich mit dem was man tut. Es ist ein Zustand höchster Präsenz und inneren Verbundenheit. Hirnforscher bezeichnen diesen Zustand auch als Kohärenz. Das was wir dabei erleben ist ein Gefühl von Befreiung und Glück, solche Momente höchsten Glückempfindens sind Sternstunden im Leben eines Menschen.“
(Wie Kinder heute wachsen, Herbert Renz-Polster/ Gerhard Hüter, Pelz Verlag 2013, Seite 71)

Uns allen sind solche Erfahrungen aus unserer Kindheit bekannt, auch wenn wir uns kaum mehr daran erinnern können was uns denn damals dermassen fasziniert hat, spüren wir noch heute das wunderbare warme Gefühl das sich in uns ausgebreitet hat, diesen Körperzustand des Entspanntseins, der inneren Ruhe in Verbindung mit einem Glücksgefühl.

Im Bezug auf die EP ist davon auszugehen, das bereits Kurt Hahn in seiner Erlebnistherapie diesen Mechanismus der somatischen Marker verwendete, wohl noch ohne mit bildgebenden Verfahren untermauerten, neurowissenschaftlichen Erklärungen des genauen Vorganges: „ Erlebnis ist dabei für Hahn nicht einfach etwas zufällig dem jungen Menschen wiederfahrendes sondern das Endprodukt eines pädagogisch weitgehend vorbedachten Plans. Aufgrund dieser pädagogisch gestalteten Erlebnisse entstehen bei den Jugendlichen jene unauslöschlichen Erinnerungen, die Hahn als Kraftquelle für entscheidende Augenblicke im späteren Leben ansieht. Erinnerungen sind in diesem Kontext sehr wohl lerntheoretisch zu verstehen, für Hahn erschöpfte sich seine Erlebnistherapie nicht in der gegenwärtig heilenden Wirkung, noch bedeutender war für Hahn die zukünftig schützende Wirkung der prägenden Erlebnisse in Form von heilsamen Erinnerungsbildern (helpfull memories) (Erlebnis- und Abenteuerpädagogik, Hans G, Bauer, Rainer Hampp Verlag 2001, Seite 31)

In meiner Praxis erlebe ich oft, dass Jugendliche am Auswertungsgespräch drei Monate nach dem Time Out sehr gute Erinnerungen an die emotional geprägten Momente haben, egal ob diese nun positiv oder eher negativ waren. Auch die zum Zeitpunkt der emotionalen Prägung eingebrachten Metaphern sind ihnen noch sehr präsent. Häufig sind diese emotional geprägten Momente durch überschreiten vermeintlicher Grenzen entstanden. Ob es nun das Erreichen eines Gipfels war, das Ende einer harten, verregneten Tagesetappe, die überstandene Nacht bei minus 19 Grad, die Nacht alleine im Solo, das Erkennen von eigenen Limiten oder ganz einfach das gut gelungene, selber gebackene Brot am Feuer. Für mich ist sehr klar, dass diese Momente immer ausserhalb der Komfortzone stattfinden. Es ist eben so klar, dass solche Erlebnisse pädagogisch gestaltet werden können und sollen. Freilich braucht es dazu eine gute Kenntnis der Situation des Jugendlichen und seiner Kapazitäten, wenn nun auch eine gute Beziehung zueinander vorhanden ist und selber gewählte Ziele den Jugendlichen motivieren, wird das Verlassen der Komfortzone fast immer zu einem

lehrreichen Unterfangen, das Entwicklung fördert und persönliche Wachstumsprozesse in Gang bringt. Die Erfahrung hat mir gezeigt, dass die Jugendlichen die besten Entwicklungen machen, welche ich auch nach den Time Out's, im Rahmen ihrer Platzierung im Foyer des Bonnesfontaines weiter betreuen konnte. Hier gelingt es „am Ball" zu bleiben und entdeckte Ressourcen dem ganzen Pädagogenteam zur Kenntnis zu bringen, damit diese gezielt eingesetzt und unterstützt werden können. In schwierigen Situationen kann ich mich zusammen mit den Jugendlichen auf ihre Erfahrungen aus dem Time Out beziehen und dort erlernte Lösungsstrategien anwenden.

3.4 Wirksamkeitshypothese Solo

In der Theorie der EP werden Solos als Reisen ins Innenleben beschrieben, sie stehen als kontemplativer Kontrast zur Dominanz von Bewegung. Sie sollten so gestaltet werden, dass sie möglichst wenig Ausrüstung benötigen um Ablenkungen zum Zeitvertreib zu vermeiden. Die unmittelbare Umgebung soll mit ihrer Reizarmut Raum zur Besinnung schaffen. Solis machen Sinn wenn sie in eine mehrtägige Tour eingebettet sind und im Idealfall eine Übernachtung beinhalten. Der Platz für das Solo wird entweder von der Leitung zugewiesen oder von den Protagonisten ausgesucht, dabei ist Blickkontakt unter den Jugendlichen und zu Leitung zu vermeiden. Natel, Bücher, Uhren und Genussmittel sind dabei tabu.

Von der Leitung ist im Zusammenhang mit Solos ein gutes Einfühlungsvermögen gefragt. Für viele der Teilnehmer bedeutet eine Nacht alleine im Wald eine riesige Herausforderung, welche mit Angst und Vorbehalten verbunden ist. Es ist deshalb sehr wichtig, die Protagonisten auf das Solo vorzubereiten.

In meiner Praxis fängt diese Vorbereitung bereits mit den Vorgesprächen an, hier spreche ich das Solo zum ersten Mal an und weise auf die Vorbereitung dazu hin. Das Solo wird von meiner Seite als Visionssuche vorgestellt in welcher, bereits während dem Time Out besprochene Lösungen und Strategien zu ihrer Problematik schriftlich festgehalten und konkretisiert werden. Das Stichworttagebuch welches die Jugendlichen während dem Time Out führen müssen, ist wesentlicher Bestandteil der schriftlichen Arbeit, welche die Jugendlichen im Solo erarbeiten. An den abendlichen Tagesrückblicken werden die wesentlichen Themen der Feedbacks in Stichworten festgehalten und auch das Solo ist immer Thema. Hier können anfängliche Vorbehalte und Ängste abgebaut werden und Strategien zum Umgang mit Angst entwickelt werden. In dieser Vorbereitungsphase zum Solo, welche üblicherweise vier oder fünf Tage dauert, ist es mir möglich die Kompetenzen und Grenzen der einzelnen Jugendliche auszuloten. Die Dauer des Solos beläuft sich auf ca. 20 Stunden und beinhaltet ein selbständiges Nachtessen und ein Frühstück. Die Wahl des Soloplatzes überlasse ich eigentlich immer den Jugendlichen, dabei definiere ich als erstes meinen Platz, die Jugendlichen können in der Folge die Distanz zu mir selber wählen wobei ich darauf bestehe, dass kein Sichtkontakt möglich ist. Weiter führen wir gemeinsam einen „Schreitest“ durch, das heisst, die Jugendlichen nehmen von ihrem Soloplatz aus mittels lauter Stimme Kontakt zu mir auf und ich beantworte ihre „Anfrage“ eben so laut um sicher zu stellen, dass eine schnelle Erreichbarkeit gewährleistet wird, falls in der Nacht Panik ausbricht oder andere Notfälle entstehen. Bevor sich die Jugendlichen in ihren Soloplätzen einrichten nehme ich einen Augenschein vor und vergewissere mich, dass sie nicht unter abgestorbenen Ästen biwakieren, andere Gefahren ausgeschlossen sind und das ihr Platz ausreichend Schutz vor Wind und Regen bietet. Bevor die Jugendlichen sich definitiv in ihr Solo zurückziehen, besprechen wir an meinem Standort gemeinsam ihre schriftliche Aufgabenstellung für diese Nacht. Hierbei handelt es sich immer um das Beantworten von Fragen, welche in unmittelbarem Zusammenhang mit ihrer Problematik stehen und welche auf die, im Time Out entdeckten Ressource und Fähigkeiten und den entwickelten Lösungsansätzen Bezug nehmen.

Zu später Stunde führe ich nach Absprache noch eine letzten „Kontrollgang“ durch um mich zu vergewissern, dass alles in Ordnung ist. Am nächsten Morgen besuche ich die Jugendlichen an ihren Soloplätzen und bespreche ihre schriftliche Arbeit mit ihnen. Nach Bedarf kann zu diesem Zeitpunkt nochmals nachgehakt und zusätzlich Zeit zur Verfügung gestellt werden.

Die Erfahrung zeigt, dass diese Solos immer eine enorme Wirkung auf die Jugendlichen haben, für die meisten von ihnen bedeuten sie eine grosse Herausforderung und sie sind am Tag danach entsprechend stolz auf sich. Die Tatsache, dass sie sich mit der schriftlichen Arbeit in diesem Rahmen nochmals intensiv mit ihrer Situation auseinandersetzen, führt zu einer emotionalen Verbindung mit den von ihnen erarbeiteten Lösungsvorschlägen, welche in der Folge sehr stark in ihrer Erinnerung bleiben. An den, dem Time Out folgenden Auswertungsgesprächen können die Jugendlichen meist aus dem Stegreif heraus über ihre Erfahrungen, Ziele und Visionen für die Zukunft berichten und auch Wochen oder Monate später sind diese Sachverhalte immer noch gut präsent.

3.5 Wirksamkeitshypothese Transfer und Wandlungshilfen

Transfer beschreibt die Übertragung von Wissen, erlernten Fertigkeiten, Fähigkeiten und Erkenntnissen, Haltungen und Werten aus einer Lernsituation in andere, ähnliche oder vergleichbare Situationen und Kontexte. (Lexikon EP, Zuffelato Andrea, Kreszmeier Habiba Astrid, Zielverlag 2012, Seite 166)

In der Theorie werden horizontaler und vertikaler Transfer unterschieden. Von horizontalem Transfer spricht man, wenn Lernsituation und Anwendungspraxis sehr ähnlich sind, so dass das Gelernte eigentlich nur wiederholt werden muss. Beispielsweise wird in meinen Time Out's am ersten Tag das Bauen eines Biwaks mit Schnüren und Blachen erlernt, in der Folge können die Jugendlichen beim Bau ihres Biwaks das Erlernte jeden Tag mit den gleichen Knoten und Spanntechniken wiederholen.

Beim vertikalen Transfer sind anspruchsvollere Übertragungsleistungen gefragt. So kann zum Beispiel in einem Time Out auf einem Trekking das Besteigen eines Gipfels mittels Ausdauer, Hartnäckigkeit und Willen gelingen und zu einem Erfolgserlebnis führen. Gestützt durch gezielte Reflexion ist es möglich dieses Erfolgserlebnis auf eine Alltagsituation wie zum Beispiel die Schule zu übertragen, wo mit derselben Ausdauer, Hartnäckigkeit und Willen gute Noten erzielt werden können. Wie bereits unter Punkt 4.3 beschrieben führen Erlebnisse und intensive Erfahrungen zur Entstehung neuer neuronaler Verbindungen im Hirn, welche durch positive Nutzung und Zeit zu starken Nervenverbindungen ausgebaut werden. Unter diesem Blickwinkel betrachtet, bieten Lernsituationen in Time Out's die Möglichkeit Samen zu pflanzen, der Transfer ist dann eher als hegen und pflegen dieser jungen Pflänzchen zu verstehen, damit sie später auch im Alltag wachsen und gedeihen.

Im Zusammenhang mit Transfer spricht die Theorie auch von zehn Transferthesen oder Wandlungshilfen: (Lexikon EP, Zuffelato Andrea, Kreszmeier Habiba Astrid, Zielverlag 2012, Seite 167) („Wagnisse des Lernens" Astrid Habiba Kreszmeier/ Peter Hufenus, Haupt Verlag, 2000, Seite 183)

Transfer ist nachhaltiger, je zielorientierter gearbeitet wird

Wie bereits erwähnt sind hier ureigene Ziele der Teilnehmer sehr wichtig, welche ihnen ermöglichen motiviert an ihren Zielen zu arbeiten und so zu persönlichem Wachstum und Erfolg führen. Erreichte Ziele führen zu Wohlbefinden und glücklich sein und begünstigen durch den emotionalen Aspekt den Transfer.

Transfer ist nachhaltiger, je besser die Vorphase gestaltet und Erlebnispädagogik in eine Kontext eingebettet ist

Die Gestaltung der Vorphase braucht Zeit, ich habe bereits darauf hingewiesen, dass grosse Unterschiede bestehen, zwischen Jugendlichen, welche von aussen im Time Out platziert wurden und jenen, welche vom Foyer des Bonnesfontaines platziert wurden. Bei letzteren konnte in Zusammenarbeit mit den entsprechenden Bezugerziehern immer eine gute Vorarbeit geleistet

und klare Ziele definiert werden. Diese Jugendlichen wurden in der Folge auch im Foyer weiterbetreut und es konnte gezielt mit den gemachten Erfahrungen, den entdeckten Ressourcen und Fähigkeiten gearbeitet werden, was den Transfer wesentlich positive beeinflusste.

Transfer ist nachhaltiger, wenn er schon im Erlebnis selbst geschieht

Dies ist meist der Fall wenn mit Frontloading oder Trainingsmethaphern gearbeitet wird. Hierbei wird die Aktivität oder die Handlung im Voraus thematisch „aufgeladen“. Die eigentliche Handlung folgt erst auf eine konkrete Zielarbeit. Hiermit wird versucht mehr Bewusstheit über den Sinn der Handlung zu erreichen.

Transfer ist nachhaltiger, je stärker und verinnerlichter die erlebten Bilder sind

Das Erreichen von starken, verinnerlichten Bildern wird meiner Meinung nach durch gut gewählte Ziele erreicht, diese haben für den Teilnehmer eine persönliche Relevanz und eine emotionale Betroffenheit. Zum Teil kann auch mit gezielter Reflexion an der Intensität der erlebten Bilder gearbeitet werden.

Transfer ist nachhaltiger wenn die Lernerfahrungen fokussiert werden

Zu diesem Zweck bediene ich mich in den Time Out’s den abendlichen Feedbacks oder Tagesrückblicke. Hier wird gezielt auf die gemachten Lernerfahrungen eingegangen und es können Bezüge zum Alltag hergestellt werden.

Transfer ist nachhaltiger, wenn das Erlebte nicht zerredet wird

Zweifellos haben Naturerlebnisse auch Wirkungen, ohne dass sie in der Folge noch durch Reflexionen aufgearbeitet werden müssen. Dies ist häufig der Fall, wenn das Erlebte beim Teilnehmer eine persönliche Betroffenheit auslöst, was von der Leitung meist ohne weiteres erkannt werden kann.

Transfer ist nachhaltiger, wenn das Erlebnis einen initiatorischen Charakter hat

Diesen Sachverhalt durfte ich während zwei Time Out’s auf eindrückliche Weise miterleben. Die beiden Jugendlichen wechselten heimintern von der Schüler- auf die Jugendgruppe wo ich arbeite. Der Wechsel war für beide Jugendlichen ein sehr wichtiges Ereignis, endlich gehörten sie zu den „fast“ Erwachsenen. Ich habe die Time Out’s mit der Heimleitung initiiert um mit den beiden Jugendlichen auf Visionssuche zu gehen und Ziele für ihren Aufenthalt auf der Jugendgruppe zu definieren. In beiden Fällen erlebte ich eine ausgesprochen gute Kollaboration und beide Jugendlichen verfolgten die definierten Ziele mit viel Ausdauer und Erfolg.

Transfer ist nachhaltiger, wenn Lernerfahrungen auf allen Ebenen erlebt werden und redundant sind

Das heisst wenn Lernerfahrungen sowohl körperlich als auch geistig, sowie bewusst und emotional erlebt werden. Oft bedarf es einer gezielten Reflexion um die Teilnehmer auf diese verschiedenen Ebenen zu sensibilisieren.

Transfer ist nachhaltiger, wenn Lernerfahrungen an andere weitergegeben werden

Das erlebe ich oft mit Gruppen, in denen jeder Jugendliche nacheinander die Rolle des Tagesverantwortlichen übernehmen muss. Diejenigen, welche die Erfahrung bereits gemacht haben geben ihr Wissen an die anderen weiter und vertiefen damit ihre Lernerfahrung. Spätestens wenn der andere aufgrund diese Inputs seine Aufgabe gut erledigt hat, verstärkt sich die Lernerfahrung deutlich durch diese Bestätigung.

Transfer ist nachhaltiger, wenn das System und die Systemumwelt die Lernerfahrungen unterstützen

Dies ist der wichtigste Grund weshalb ich bereits früh versuche die Systemumwelt des Jugendlichen mit einzubeziehen. Hier gelingt es oft Eltern, Lehrer oder Erzieher auf diesen Sachverhalt hin zu sensibilisieren, ihnen die Wichtigkeit ihrer Anerkennung der Lernerfahrungen des Jugendlichen zu verdeutlichen und sie zu motivieren mit diesen neuen Lernerfahrungen zu arbeiten und darauf aufzubauen.

4. Fazit

Im Verlauf meiner Arbeit bin ich zum Schluss gekommen, das eine institutionell eingebettete Erlebnispädagogik die besten Voraussetzungen betreffend der Wirksamkeit erlebnispädagogischer Time Out's bietet.

EP als fixer Bestandteil des Konzeptes im Foyer des Bonnesfontaines, würde eine längerfristige Begleitung der Jugendlichen ermöglichen, was sehr positiven Einfluss auf die von mir erwähnten Wirksamkeitshypothesen haben würde. Sicher würde hier die Möglichkeit bestehen, das gesamte pädagogische Personal des Foyer auf die Wirkungsaspekte der EP hin zu sensibilisieren wenn nicht gar intern auszubilden. Auf diese Art würde eine fachlich kompetente Zusammenarbeit sichergestellt.

Die ganze Vorphase eines Time out's würde hierbei enorm an Qualität gewinnen, es wäre möglich die Anmeldungsfristen für die Time Out's zu verlängern um entsprechend Zeit für den Beziehungsaufbau, die Auftragsklärung und die Zielfindung zu gewinnen. Das Erarbeiten von Zielen könnte in Zusammenarbeit mit fachlich kompetentem Personal und auf der Basis von guten Beziehungen und Kenntnis des Jugendlichen und seines Umfeldes erfolgen, es wäre genügend Zeit vorhanden um auch Kreativtechniken in den Zielfindungsprozess zu integrieren, was die Möglichkeit enorm erhöht, wirklich ureigene Ziele und Wünsche des Jugendlichen zu eruieren.

Die Jugendlichen könnten über längere Zeit auf ihr Time Out hin vorbereitet werden, es wäre klar, das ein Time Out nicht als Strafe verhängt wird sondern als integrativer Bestandteil der pädagogischen Begleitung gilt, für alle zugänglich ist und als Chance zu verstehen ist. Hierbei wäre es interessant, in der Vorphase Absolventen vorheriger Time Out's zu integrieren damit sie ihre Lernerfahrungen weitergeben und von der Peargroup aus Motivationsarbeit leisten könnten.

Ich denke es wäre sinnvoll das ganze Umfeld des Foyers, insbesondere einweisende Instanzen wie Schulen, Jugendrichter, Berufsbeistandschaften, Eltern und andere pädagogische Institutionen in Form von Präsentationen und Vorträgen über die Wirkungsweise unserer erlebnis-pädagogischen Arbeit zu informieren und zu sensibilisieren um Verständnis für für die längerfristigen Anmeldungen und die Wichtigkeit der Nachbetreuung zu erhalten. Hierbei wäre es sicher auch möglich sie vermehrt in die Funktion der Zeugenschaft einzubinden.

Im Rahmen einer konzeptuell integrierten EP würde auch der ganze Bereich des Transfers enorm an Qualität gewinnen. Die ganze Vorphase könnte bereits unter Einbezug des Transfers gestaltet werden, beim Hegen und Pflegen der jungen Pflänzchen, welche aus den im Time Out gesetzten Samen sprießen, könnte auf geschultes, oder wenigstens sensibilisiertes Personal abgestützt werden um die Nachbetreuung zu gewährleisten.

Im Rahmen meiner Ausbildung zum dipl. Erlebnispädagogen, wurde mein Arbeitsvertrag von meinem Vorgesetzten dahingehend geändert, dass ich in Kooperation mit Planoalto das ganze Team des Séjour de ruptur in systemischer Erlebnispädagogik ausbilden darf. Das sehe ich in erster Linie als eine grosse Befriedigung und Anerkennung meiner Erfahrung, wichtiger ist mir aber die Chance, die Erlebnispädagogik, zusammen mit dem Team des Séjour de rupture als festen Bestanteil im Konzept des Foyer des Bonnesfontaines zu verankern.

5. Quellenverzeichnis

Literatur

Erlebnis und Abenteuerpädagogik, Hans G. Bauer, Rainer Hampp Verlag, München 2001

Erleben und Lernen, Bernd Heckmair/ Werner Michel, Reinhart Verlag, München und Basel 2011

Wie Kinder heute wachsen, Herbert Rentz-Polster/Gerald Hüther, Beltz Verlag, Weinheim und Basel 2013

Wagnisse des Lernens, Astrid Habiba Kreszmeier/Peter Hufenus, Haupt Verlag, Bern Stuttgart Wien 2000

Lexikon Erlebnispädagogik, Andrea Zuffelato/Astrid Habiba Kreszmeier, Ziel Verlag, Augsburg 2012

Internet

de.wikipedia.org/wiki/pacing and leading / 23.Juni 2014

6. Anhang

6.1 Einzelbegleitung von S.

S. wurde im Mai 2012 im Alter von 15 Jahren bei uns im Foyer des Bonnesfonatines auf der Jugendgruppe platziert. Ich wurde als ihr Bezugserzieher bestimmt. S. stammt aus einem sehr zerrütteten Familienverhältnis, sie wurde von ihrer Familie über Monate sich selber überlassen, was letztlich zu einer Gefährdungsmeldung seitens der Schule beim Jugendamt Freiburg und in der Folge zur Platzierung im Foyer führte. Die Lebensgeschichte von S. klingt schier unglaublich, sie wurde anlässlich eines Psychiatrieaufenthaltes ihrer Mutter, welche zu diesem Zeitpunkt unter starkem Medikamenteneinfluss stand, durch eine Vergewaltigung gezeugt. Ihre Mutter bemerkte die Schwangerschaft erst als es für eine Abtreibung bereits zu spät war. Der leibliche Vater konnte trotz verschiedener juristischer Bemühungen nicht ausfindig gemacht werden. Im Alter von 15 Monaten wurde S. in die Kinderabteilung des Inselspitals Bern eingeliefert, sie litt unter einer Schädelfraktur, einer Oberschenkelfraktur beider Beine, mehreren gebrochenen Rippen und ihr Körper war übersät mit Hämatomen. Diese Verletzungen stammen von einer Misshandlung, welche durch den damaligen Freund ihrer Mutter begangen wurde, während er S. hüten sollte. Die Misshandlung wurde zur Anzeige gebracht und der Täter dafür verurteilt.

S. wuchs bei ihrer Mutter auf, welche an einer schweren psychischen Erkrankung litt und zudem starke Alkoholikerin war. Sie wechselte ihre Lebenspartner sehr oft und liierte sich mehrmals mit gewalttätigen Männern. Aus einer dieser Beziehungen stammt der Halbbruder von S., um den sie sich mit zunehmendem Alter immer mehr kümmern musste, da er von seiner Mutter ebenfalls vernachlässigt wurde.

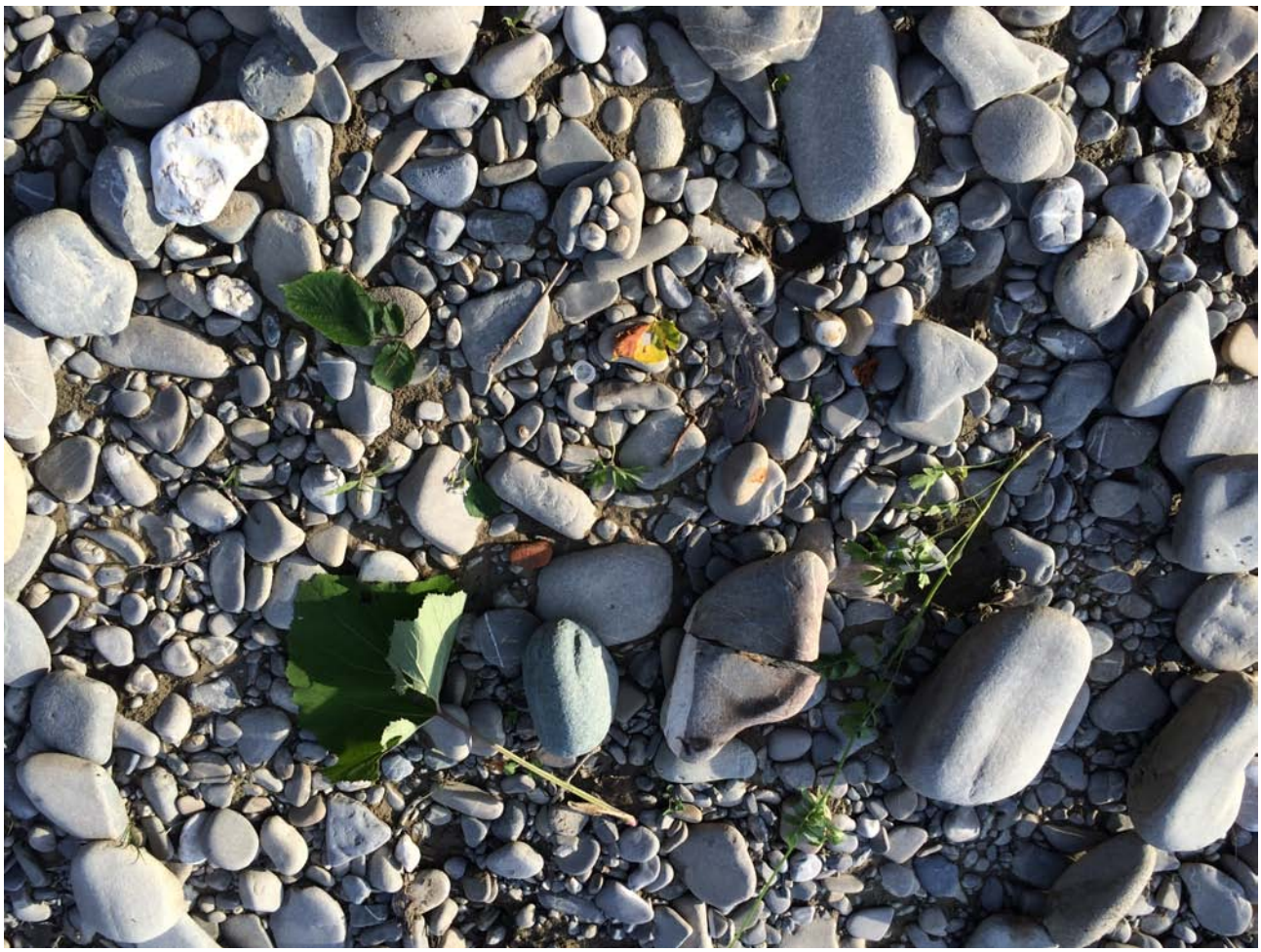
Ich habe S. im Juli 2012 während eines einwöchigen Time Out's begleitet. Das Time out wurde angeordnet, weil sich S. zusehends fallen lies. Nebst vielen Absenzen und unmittelbar abfallenden Leistungen in der Schule, kam es auch oft zu Verspätungen im Foyer, welche von Alkoholexzessen und Cannabiskonsum begleitet waren. Ich habe mich beim Time out für ein Trekking entschieden, weil ich glaubte, dass mit Aspekten wie des Unterwegseins, des Vorwärtskommens und der Autonomie gut an ihrer Situation und ihrer Ziele gearbeitet werden kann. Folgende Zielsetzungen wurden im Vorfeld formuliert: von ihrer Lehrerin und vom Jugendamt, , die Motivation für die Schule wieder zu finden, von ihrer Mutter, den Alkoholkonsum in den Griff zu bekommen, vom Erzieherteam war Kontinuität und Durchhaltewille gefragt, ihre eigenes Ziel war an Selbstsicherheit zu gewinnen. Das Trekking führte uns auf weiten Strecken im Wald, ich hielt es für wichtig, sie die Geborgenheit, Ruhe und Schönheit des Waldes spüren zu lassen. Unser Trekking wurde wie gewohnt durch sie selber geleitet, wobei ich nur beratend zur Seite stand und führte uns über ca. 50 Km von Moudon nach Freiburg. Als absolutes Novum erlaubte ich S. während dem Trekking ihr Handy mitzunehmen. Ich wusste wie wichtig ihr die Kontakte

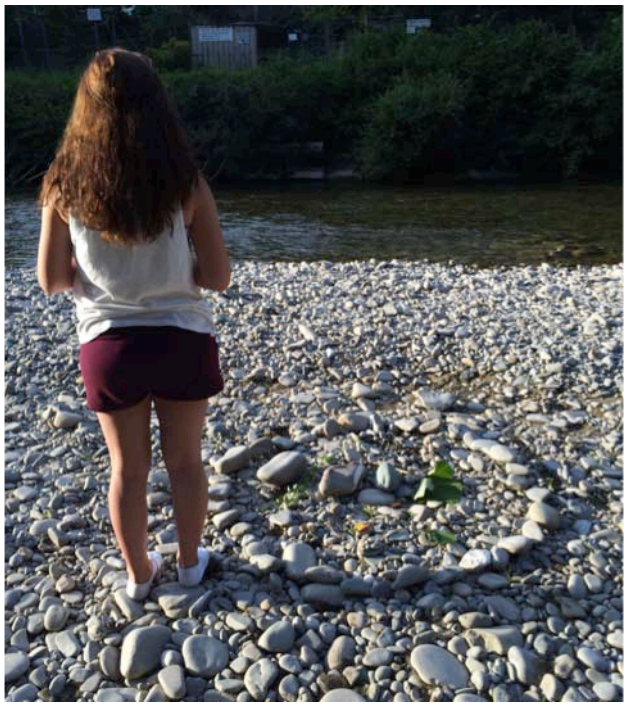
über soziale Medien zu ihrem Umfeld war. Der Gebrauch des Natels wurde in gegenseitigem Einverständnis beschränkt, sie durfte es während des Tages nur zum Fotografieren verwenden und Abends stand es ihr von 20.00h bis 22.00h zur freien Verfügung. An den täglichen Feedbackrunden am Abend am Feuer arbeiteten wir an ihnen Zielsetzungen, den neu entdeckten Ressourcen und Kapazitäten. S. gewann im Verlauf des Trekkings merklich an Selbstwertgefühl und Autonomie. Ich führe diesen positiven Effekt zu einem grossen Teil auf den Austausch an den abendlichen Feedbackrunden zurück. Ein für mich ein eher überraschender, sehr positiven Effekt hatte aber auch das Austauschen mit ihrem Freundeskreis über die sozialen Medien wie Instagram und Facebook. S. postete Fotos und Kommentare und erhielt umgehend positive Feedbacks von ihrer Peergroupe. Diese Rückmeldungen waren für S. von enormer Bedeutung, ihre ganze Schulklasse fieberte mit ihr mit. Sie erhielt sogar Kommentare von ihrer Lehrerin. Mittels Metaphern gelang ein relativ guter Transfer dieser Ressourcen in ihren Alltag. Nach dem Time out wurden mehrere Auswertungsgespräche durchgeführt, ein erstes mit der Familie und im Weiteren mit der Schule, dem Erzieherteam und der Jugendgruppe der Unité 1, sowie mit der einweisenden Instanz dem Jugendamt Freiburg. In diesen Auswertungsgesprächen gelang es, dem Umfeld die neu entdeckten Ressourcen und Fähigkeiten aufzuzeigen und sie zu motivieren daran weiter zu arbeiten. S. äusserte an einem dieser Gespräche, nach ihrer Ausbildung ein Jahre Ferien zu nehmen und im Wald leben zu wollen!

Wir begaben uns nach diesen Auswertungsgesprächen an den Fluss Sense in der Nähe ihres Wohnortes, wo sie als Kind viel Zeit verbrachte, hier durfte sie sich eine Platz aussuchen und sich an der Rinde eine Baumes mit einer Schnitzarbeit verewigen, dieser Platz sollte zu einem Kraftort für sie werden, an welchen sie immer wieder zurückkehren konnte um Energie zu tanken.

S. konnte in der Folge diese Erfahrungen verinnerlichen und machte grosse Fortschritte damit. In der Schule gelang ihr ein relativ guter Abschluss und sie fand eine Praktikumsstelle in einer Kinderkrippe. Im Time Out, entstand zu mir eine von Vertrauen geprägte Beziehung, diese ermöglichte mir in der Folge im Rahmen der Familientherapie und einer Psychoboxtherapie, ein sehr tiefschürfendes Aufarbeiten ihrer Vergangenheit. S. stabilisierte sich in dieser Zeit sehr gut und durfte, basierend auf ihrer grossen Autonomie, im Oktober 2012 von der Wohngruppe in ein internes Studio umziehen. In ihrer eigenständigen Wohnform entwickelte sie sich enorm gut und war sehr stolz auf das Erreichte. Es kam öfter vor, das wir an Wochengesprächen auf Situationen im Time out zurückgriffen um die guten Erfahrungen in Erinnerung zu rufen und daraus Motivation zu schöpfen. In Form einer Ressourcendusche, an welcher das ganze Erzieherteam teilnahm, versuchte ich ihr ihre positive Entwicklung der letzten Monate nochmals durch Rückmeldungen vor Augen zuführen. Dieses Gespräch wurde aufgezeichnet und wir haben eine Woche später auf der Basis dieser Aufzeichnung an ihrem Kraftort an der Sense einen Ressourcenkosmos gelegt, um ihr mit einer Kreativtechnik eine visuelle Verinnerlichung ihres Werdeganges zu ermöglichen.

An den folgenden Wochengesprächen bemerkte ich, dass S. die einzelnen Elemente aus diesem Ressourcenkosmos wie aus einem fotografischen Gedächtnis abrufen kann! Mir gelang es nur mit Mühe anhand der gemachten Fotos.





6.2 Reflexion des persönlichen Lernprozesses

Bereits der Einstieg in die beiden Ausbildungen NDK 1 und NDK 2 wurden für mich zu einer lehrreichen Erfahrung, nachdem ich jahrelang alleine im erlebnispädagogischen Feld tätig war, spürte ich nun in Gemeinschaft mit all den Erlebnispädagogen aus den zwei Gruppen ein starkes Gefühl der Zugehörigkeit und der Identität. Es war faszinierend mit zu erleben wie die gemeinsamen Ziele und Interessen mit diesen Menschen bei mir einen Motivationsschub auslösten. Im Verlauf der Ausbildung konnte ich miterleben wie sich diese beiden Gruppen in der Begleitung mit den Lehrtrainern formierten, koordinierten, akzeptierten und zu einem sehr starken System zusammenwuchsen. Jeder Intervention der Lehrtrainer führte zu einer regen Gruppendynamik und mobilisierte alle Ressourcen und den Zusammenhalt in den beiden Gruppen. Für mich ist es ein sehr eindrückliches und vor allem praktisches Beispiel dafür, was mit Erlebnispädagogik alles erreicht werden kann. In meiner Position als angehender Lehrtrainer hatte ich sicher einen speziellen Status in den Gruppen, die Art und Weise wie diese Position von den Lehrtrainern in den beiden Gruppen deklariert wurde, führte zu einer guten Akzeptanz und Integration. Ich empfinde es als absolute Bereicherung, in dieser Position den Lehrtrainern bei ihrer Arbeit über die Schultern schauen zu dürfen, gleichzeitig selber Mitglied dieses Systems zu sein und jeden Input der Lehrtrainer unmittelbar anhand der Wirkung in den Gruppen und auf deren Mitgliedern beurteilen zu können. Ja, ich denke, dass dieser Umstand wohl der essenziellste in meinem Lernprozess war.

Weiter habe ich sehr viel im Bereich der kreativ rituellen Prozessgestaltung gelernt, Übungen wie die Ressourcendusche, das Legen von linearen Darstellungen wie z.B. einer Lernbiographie, eines Ressoucenkosmos, eines Sozialkosmos usw. waren für mich tief bewegende Momente, welche mich mit der einhergehenden Reflexion immer einen Schritt weiter brachten und zu einem persönlichen Lernprozess führten. Hier bedarf es nun einer regelmässigen praktischen Anwendung der Methoden um diese zu verinnerlichen.

Betreffend meiner persönlichen Entwicklung betrachte ich das Solo, in welchem ich an der Leitbildentwicklung gearbeitet habe, als die prägnanteste Erfahrung. Hier wurde mir bewusst, was ich bisher erreicht habe, was ich für meine Zukunft will und bei welchen Menschen aus meinem sozialen Umfeld ich dazu Unterstützung finde. Die Fragestellungen welche zur Entwicklung des Leitbildes abgegeben wurden, bauen in logischer Folge aufeinander auf. Mir wurde mit jedem Beantworten einer Frage bereits die Antwort auf die nächste Frage klarer. Mir wurde dabei auch klar mit welchen Mitteln ich meine Ziele erreichen kann.

Ich stehe nun am Anfang meiner Kariere als Lehrtrainer , dank dem Vertrauen, welches ich in das Team von planoalto entwickelt habe, fühle ich mich sicher und von allen Seiten unterstützt um meinen persönlichen Lernprozess nun in die Praxis umzusetzen und selber Menschen auf ihrem Lebensweg zu begleiten. An dieser Stelle, ein herzliches Danke an alle!