CURAVIVA weiterbildung

# Erlebnispädagogik in der Berufswahl

## Abschlussarbeit

Niklaus Frei, Krattigen 2016

# Inhaltsverzeichnis


**1. Vorwort 3**

**2. Einleitung 4**

2.1. Fragestellung 4

2.2. Ziele 5

2.2.1. Abgrenzung 5

2.3. Berufswahl 6

2.4. Die 10 Schlüsselkompetenzen 6

**3. Empirische Studien 8**

3.1. Persönlichkeitsentwicklung durch Outdooraktivitäten 8

3.2. Identitäts- und Persönlichkeitsentwicklung in der Jugendarbeit 9

3.3. Erlebnispädagogik in der offenen Jugendarbeit 9

**4. Verknüpfung der Studien mit meiner Praxis 10**

4.1. Klettern und Abseilen 10

4.2. Trekking 11

4.3. Waldleben, Feuerküche 12

4.4. Ski- oder Schneeschuhtouren 13

4.5. Roadmovie 13

4.5.1. Einzelbegleitung (Praxisprojekt) 14

**5. Auswertung, Fazit 15**

5.1. Persönlicher Lernprozesses während der Weiterbildung 16

5.1.1. Linienarbeit, Ressourcenkosmos 16

5.1.2. Roadmovie 16

5.1.3. Rollenspiel Elternausflug 17

**6. Literaturverzeichnis 18**

# 1. Vorwort

Diese Abschlussarbeit entstand im Rahmen des Nachdiplomstudiums Erlebnispädagogik HF bei Planoalto und Curaviva. Im ersten Teil der Weiterbildung absolvierte ich den Nachdiplomkurs Natursportliche Erlebnispädagogik von August 2013 bis August 2014. Nach einem Jahr Pause, um weitere Erfahrungen in der Praxis zu sammeln, absolvierte ich den Nachdiplomkurs Angewandte Erlebnispädagogik von August 2015 bis September 2016.

Für diese Arbeit machte ich mich auf die Suche nach empirischen Studien über die Wirksamkeit der Erlebnispädagogik, um diese mit meinem Arbeitsalltag zu verknüpfen.

# 2. Einleitung

Ich arbeite in einem Berufsabklärungs- und Berufswahlangebot (Navi) mit Jugendlichen zwischen 15 Jahren und 20 Jahren.

Die Jugendlichen kommen in der Regel während 4 Wochen für die Abklärung und die Berufswahl zu uns. Mit den Jugendlichen arbeiten wir sehr individuell an ihren Zielen, da ihre Ausgangslagen und die Möglichkeiten sehr unterschiedlich sind. Die Jugendlichen haben schulische Hürden (schlechte Zeugnisse) oder psychische Hürden (Ängste, fehlende Motivation) zu überwinden oder ihnen fehlt die Unterstützung von ihrem Umfeld.

Ausserdem begleiten wir Jugendliche, welche in einem Internat wohnen und ein 10. Schuljahr absolvieren mit der Berufswahl. Diese Jugendlichen wollen/sollen nach diesem Schuljahr eine Lehrstelle in Angriff nehmen. Mit diesen Jugendlichen habe ich während einem Nachmittag pro Woche die Möglichkeit erlebnispädagogische Aktivitäten zu unternehmen.

## 2.1. Fragestellung

Die Jugendlichen, welche das 10. Schuljahr absolvieren, arbeiten während 3 Tagen pro Woche in einem Praktikumsbetrieb oder beim internen Arbeitsagogen. An den anderen 2 Tagen haben sie Schule, Berufswahlcoaching und Erlebnispädagogik/Sport. Zu Beginn des Schuljahres sind die meisten Jugendlichen motiviert für den Berufswahlprozess. Nach den ersten Absagen sinkt die Motivation. Die Jugendlichen sind verunsichert und haben Angst, der Arbeitswelt nicht gerecht zu werden. Durch diese Angst und die fehlende Zuversicht kommen die Jugendlichen mit der Lehrstellensuche nicht so recht vorwärts. Sie wollen z.B. in ihrer Freizeit keine Bewerbungen schreiben oder haben es „vergessen“. Einblicktage und Schnupperlehren können eine grosse Herausforderung sein. Sie werden gar nicht erst angetreten oder vorzeitig abgebrochen.

Ob eine Lehrstelle zu finden ein intrinsischer Wunsch des Jugendlichen oder vor allem eine Anforderung vom Umfeld ist, ist für mich zu Beginn jeweils sehr schwer abzuschätzen. Die Eltern, das Umfeld und ich als Coach erwarten, dass die Jugendlichen möglichst schnell eine Ausbildung starten. Doch was ist, wenn sie noch nicht parat sind? Vielleicht müssen die Grundvoraussetzungen für eine erfolgreiche Ausbildung zuerst noch mehr ausgebildet werden?

Aus diesen Überlegungen möchte ich in dieser Arbeit folgende Frage beantworten:

**Wie kann die Erlebnispädagogik die Jugendlichen im Berufswahlprozess unterstützen?**

Als Voraussetzung für einen erfolgreichen Lehrabschluss erwarten die Ausbildungsfirmen überfachliche Kompetenzen, welche die Lehrlinge bereits mitbringen sollten. Diese überfachlichen Kompetenzen sind in den 10 Schlüsselkompetenzen zusammengefasst und im Kapitel 2.4 erläutert. Diese können in der Lehrzeit noch weiter ausgebildet und gestärkt werden. Sind jedoch

beim Lehrstart zu viele Defizite und somit Hürden vorhanden, wird eine zufriedenstellende Lehrzeit für den Lehrling und den Lehrbetrieb stark erschwert.

In dieser Arbeit möchte ich mit der folgenden Frage die Erlebnispädagogik mit den 10 Schlüsselkompetenzen zusammen bringen:

**Welche von den 10 Schlüsselkompetenzen können durch erlebnispädagogische Aktivitäten gefördert werden?**

## 2.2. Ziele

In dieser Arbeit will ich anhand wissenschaftlichen Studien und der Fachliteratur die Wirksamkeit der Erlebnispädagogik für die oben genannten Themen aufzeigen. Dieses Wissen soll mir als Grundlage für die erlebnispädagogischen Aktivitäten dienen. Dadurch fällt es mir leichter, die Erlebnispädagogik (EP) im Arbeitsteam zu vertreten und zu stärken um mich für weiter EP-Interventionen einzusetzen. Je mehr Personen vom Team und vom Umfeld von der positiven Wirkung der EP überzeugt sind, desto besser können sich die Jugendlichen darauf einlassen und sehen einen Nutzen für sich darin.

Ich erhoffe mir, durch das Studieren der Fachliteratur neue Inputs und Ideen für die Gestaltung der erlebnispädagogischen Aktivitäten, welche für den Berufswahlprozess unterstützend wirken, zu bekommen.

### 2.2.1. Abgrenzung

Diese Abschlussarbeit soll keine neue empirische Untersuchung sein, um die Wirksamkeit der EP in meinem Arbeitsalltag zu belegen. Um die Theorie anschaulicher zu erklären, möchte ich Praxisbeispiele aus meinem Arbeitsalltag schildern.

Das Lern- oder auch Komfortzonenmodell ist in der Erlebnispädagogik ein bekanntes Erklärungsmodell, welches in vielen Fachbüchern und Diplomarbeiten erklärt wird. In dieser Arbeit wird dieses Modell ganz bewusst nicht weiter erläutert.

## 2.3. Berufswahl

Im Berufswahlprozess müssen sich die Jugendlichen für einen oder mehrere Berufe entscheiden. Eine gutes Selbstwertgefühl und die nötige „Reife“ erleichtern die Entscheidungsfindung und die Lehrstellensuche. Kennen die Jugendlichen ihre Stärken und Schwächen, fällt es ihnen einfacher, geeignete Berufe für sich zu suchen.

Sich gut zu kennen und zu vertrauen ist auch während dem Bewerbungsverfahren sehr wichtig. Beim Vorstellungsgespräch sollte man offen und ehrlich über sich und seine Situation Auskunft geben können. Von den 10 Schlüsselkompetenzen sind gute Umgangsformen, Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit bereits im Bewerbungsverfahren wichtige Eigenschaften.

## 2.4. Die 10 Schlüsselkompetenzen

In diesem Kapitel sind die 10 Schlüsselkompetenzen erklärt. Weitere Materialien, welche für den Schulunterricht gebraucht werden können, sind auf Berufsberatung.ch bei den zusätzlichen Infos vom Kanton Bern erwähnt.

**Einsatzfreude**
Ich zeige meinem Lehrbetrieb was ich kann und was ich erreichen will. Motivierte Lernende kriegen spannendere Arbeiten.

**Lernbereitschaft**
Ich bleibe am Ball, in der Schule und im Betrieb. Die Lehre ist da, um zu lernen. Ich frage, wenn ich etwas nicht verstehe.

**Selbstständigkeit**
Ich denke mit und handle - wo möglich - selbstständig. Ich zeige dem Lehrbetrieb, dass er auf mich zählen kann.

**Verantwortungsbewusstsein**
Ich erledige jeden Auftrag so, dass ich zu meiner Arbeit stehen kann. Ich kontrolliere das Resultat. Ich gestehe Fehler ein und helfe mit, diese zu beheben.

**Pünktlichkeit**
Wenn ich einen Termin nicht einhalten kann, teile ich dies frühzeitig mit.

**Zuverlässigkeit**
Mein Team kann sich auf mich verlassen.

**Ausdauer**
Ich halte durch, auch wenn mich die Arbeit zwischendurch langweilt. Viele Ziele erreiche ich nur mit der nötigen Ausdauer.

**Ordnungssinn**

Ich stelle Dinge an ihren Platz zurück, wenn ich sie nicht mehr brauche. Ich hinterlasse meinen Arbeitsplatz sauber und aufgeräumt.

**Teamfähigkeit**

Wenn ich hilfsbereit bin, dann sind meine Arbeitskollegen auch bereit mich zu unterstützen. Ich spreche mich mit ihnen ab. In einem guten Team fällt vieles leichter und die Arbeit macht Spass.

**Höflichkeit und Umgangsformen**

Zu Kundinnen und Kunden, aber auch zu Mitarbeitenden bin ich höflich. Ich begrüsse sie mit ihrem Namen. Wenn ich ihn vergessen habe, frage ich nach. Habe ich mal schlechte Laune, brauchen es nicht alle mitzukriegen.

# 3. Empirische Studien

Als Forschungszugang dienten mir Studien aus Deutschland von erlebnispädagogischen Kurzzeitprojekten. Die empirischen Studien über die EP sind, wie auch die EP selber, sehr breit und unterschiedlich. Die Teilnehmergruppen können u.a. Manager, Kinder, Strafgefangene, Studenten oder behinderte Personen sein. In den folgenden Kapiteln erwähne ich Studien, welche möglichst auf die Jugendlichen in meinem Berufsalltag übertragbar sind.

Vielen empirischen Studien über die EP wird wegen den kleinen Fallzahlen eine mangelnde Aussagekraft vorgeworfen. Rein aus naturwissenschaftlicher Sicht mag diese Kritik stimmen. Die vielen verschiedenen Studien konnten alle eine positive Entwicklung der Teilnehmer nachweisen. Könnte man diese vielen „kleinen“ Studien zu „grösseren“ Studien mit einer aussagekräftigen Teilnehmerzahl zusammenfassen, wäre der wissenschaftliche Nachweis über die Wirksamkeit der Erlebnispädagogik ganz bestimmt erbracht.

## 3.1. Persönlichkeitsentwicklung durch Outdooraktivitäten

In einer von Günter Amesberger (1992) durchgeführten Studie konnte bei sozial Benachteiligten und bei Sportstudenten eine Veränderung der Persönlichkeit festgestellt werden. Die grössten positiven Veränderungen sind in der **Kommunikation** und in Bezug auf das **Selbstwertgefühl** aufgetreten. Da die sozial Benachteiligten vor der Untersuchung ein geringeres Selbstwertgefühl hatten als die Sportstudenten, zeigte sich bei ihnen die Änderung des Selbstwertes deutlicher. Bei Personen, welche sich von Anfang an nicht auf die Selbsterfahrung einlassen wollten, wurde beim Selbstwert Verbesserung sichtbar. Will man seinen Selbstwert vor einer Bedrohung schützen, wirkt dies wie ein Panzer, welcher die Entwicklung verhindert. Die verbesserte Kommunikation zeigte sich während der Untersuchung in den Gruppendiskussionen. Nach anfänglichem Widerstand, konnten die Teilnehmer ihre Gefühle besser mitteilen.

Ebenfalls eine positive Veränderung zeigte sich bei der **Zielorientiertheit**, der allgemeinen **Befindlichkeit**, der **Lebensstrategie**, der **Beziehungs**- und der **Konfliktfähigkeit**. Die veränderte Lebensstrategien zeigten sich z. B. durch eine schnellere Überwindung von persönlichen Krisen, einen Wechsel von provokativ-destruktivem zu initiativ-konstruktivem Verhalten, selbstverantwortlicheren Problemlösungen oder der Bereitschaft, mehr Zeit der persönlichen Entwicklung zu widmen.

Die festgefahrenen sozialen Rollen wurden erst nach einem ernsthaften Konflikt (Rauferei, nächtlicher Unfall und einer Suchaktion) aufgegeben. Nach den emotional stark bewegenden Ereignissen entwickelte sich eine Vertrauensbasis und Zunahme der Gruppenkohäsion. Dies macht deutlich, dass eine echte und ernsthafte Herausforderung, welche nicht künstlich herbeigeführt ist, schneller neue Rollen und Verhaltensweisen für die Teilnehmer ermöglicht (vgl. Amesberger 1992: 184-214).

## 3.2. Identitäts- und Persönlichkeitsentwicklung in der Jugendarbeit

Conny Vogel (2005) untersuchte einen Kurs mit arbeitslosen Jugendlichen, die sich zu dieser Zeit in einer 3-monatigen Qualifizierungsmassnahme des Arbeitsamtes befanden. Durch diesen Kurs wurde die Persönlichkeitsentwicklung der Teilnehmer positiv beeinflusst. Das **Selbstwertgefühl** konnte verbessert werden, sie trauten sich und ihren Fähigkeiten mehr zu. Die Teilnehmer wurden angeregt, **sich** selbst in ihrem Handeln und auch ihre **Umwelt** bewusster **wahr- und anzunehmen**. Die Teilnehmer entdeckten Fähigkeiten, welche sie bei sich nicht vermuteten.

Um sich als eigenständige Person während eines Projektes einbringen und für sich bedeutungsvolle Erfahrungen machen zu können, ist ein gutes Selbstwertgefühl sehr wichtig. Ob sich ein Teilnehmer einzubringen wagt, hängt besonders vom Selbstwert und der Erfolgszuversicht ab. Werden die Herausforderungen angenommen, bieten sich viele Gelegenheiten zum Ausprobieren neuer Rollen und Fähigkeiten. Die gemachten Erfahrungen decken sich meist mit früheren Erfahrungen, durch die Aktivität werden sie wieder in Erinnerung gerufen und neu bestärkt (vgl. Lakemann 2005: 102-106).

## 3.3. Erlebnispädagogik in der offenen Jugendarbeit

Stefan Sommer (2005) konnte mit seiner Studie in der offenen Jugendarbeit eine deutliche Veränderung in der Gruppenstruktur und den persönlichen Beziehungen einiger Jugendlicher zueinander feststellen. Freundlichere **Kommunikationsformen** fördern das Verständnis und die Fähigkeit zur Zusammenarbeit. Dadurch konnten die Jugendlichen **zielgerichteter** an einer bestimmten Sache arbeiten und waren eher in der Lage, persönliche Differenzen im Interesse einer funktionierenden Teamarbeit und für das gemeinsame Ziel zurückzustellen.

Das Kommunikationsverhalten bei Diskussionen und das Gruppenklima verbesserte sich bei einer 2-tägigen Aktivität „dank“ einer Krise in einer engen Hütte. Beim Krisengespräch setzten sich die Jugendlichen ernsthaft und offen mit der Gruppe, den offensichtlichen Kommunikationsproblemen und den Geschehnissen auseinander.

Zu Beginn der Untersuchung fiel es einigen recht schwer, **Verantwortung** für sich und die anderen zu übernehmen. Im Alltag haben sie sich daran gewöhnt, dass jemand anderes die Verantwortung übernimmt und die Aufgaben anpackt. Am Ende der Untersuchung konnte eine Veränderung beobachtet werden. Die Jugendlichen konnten eigenverantwortlich handeln und diese Handlungen auch vor sich und anderen Personen vertreten.

Das **Selbstvertrauen** konnte durch den offenen Austausch von Meinungen, welcher vor allem gegen Ende des Projektes stattfand, gesteigert werden. Durch die damit verbundenen Rückmeldungen über die Wirkungen des eigenen Verhaltens auf andere, ist einigen ihre bisherige Rolle innerhalb der Gruppe klarer geworden. Durch das Lösen von Aufgaben, von denen die

Jugendlichen vorher nicht gedacht hätten, dass dies möglich sein würde, wurde auch das Selbstvertrauen der ganzen Gruppe besser. Durch die verbesserte Kommunikation und das gewonnene Gruppengefühl verstehen sie sich als Gruppe mit gemeinsamen Interessen welche „gemeinsam an einem Strang ziehen“.

Durch die aktive Beteiligung an den City Bound-Aktivitäten (Erlebnispädagogik in der Stadt) konnte eine weitere deutliche Veränderung in Bezug auf das Überwinden eigener Ängste bei der Interaktion mit bisher fremden Menschen erkennbar gemacht werden (vgl. Lakemann 2005: 118-128).

# 4. Verknüpfung der Studien mit meiner Praxis

Mit den im vorherigen Kapitel erwähnten Studien konnten die vielen Wirkungen der Erlebnispädagogik aufgezeigt werden. In diesem Kapitel versuche ich die Studienergebnisse mit den 10 Schlüsselkompetenzen und meinen Erfahrungen aus der Praxis zusammenzuführen.

## 4.1. Klettern und Abseilen

Das Klettern ist eine Mischung aus Einzel- und Partneraufgabe. Die kletternde Person muss sich mit dem Sichernden gut absprechen und sich auf ihn verlassen können. Während dem Klettern ist man auf sich alleine gestellt. Die Schwierigkeiten muss man selber ohne fremde Hilfe überwinden. Mit jedem kleinen Schritt oder Griff kommt man näher ans Ziel. Man erlebt, wie wichtig das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Stärken ist. Mit jedem Erfolg, mit jeder Route steigt das Vertrauen in sich und in den Kletterpartner. Durch die Auseinandersetzung mit dem Kletterpartner und dem Fels lernt man sich besser wahrzunehmen. Will man sein Ziel - das Ende der Route - erreichen, braucht es die nötige Einsatzbereitschaft und viel Durchhaltewillen. Je höher man in einer Kletterroute kommt, desto weniger Kraftreserven hat man zur Verfügung. Mit der nachlassenden Kraft braucht es einen umso grösseren Willen, das Ende der Route selbstständig zu erreichen.

Jugendlichen, welche Abenteuer und Adrenalin suchen, bietet das Klettern eine gute Möglichkeit. Ein stufenweiser Aufbau ermöglicht es den Jugendlichen, ihr Wissen und Können stetig in ihrer Lernzone zu verbessern. Zu Beginn hilft ein langsames Kennenlernen der Eigenheiten vom Fels mit anschliessendem Top-Rope Klettern. Beim Top-Rope Klettern wird man jederzeit vom Seil gehalten, da das Seil bereits am Umkehrpunkt eingehängt ist. Mit einer konzentrierten und verantwor-

tungsvollen Seilhandhabung können die Jugendlichen beim Vorausklettern und beim Einrichten am Top mehr Verantwortung übernehmen. Das Ziel ist, selbstständig eine Mehrseillängenroute zu klettern und anschliessend abzuseilen. Schon oft erlebte ich motivierte Jugendliche, welche möglichst schnell die Seilhandhabung lernen wollten, um selbstständig Abseilen zu können. Eine Mehrseillängenroute klettern zu können, bedeutet den “Höhepunkt” des Kletterprogramms.

Beim Klettern werden folgende Kompetenzen benötigt und gefördert:
**Einsatzfreude, Lernbereitschaft, Selbstständigkeit, Verantwortungsbewusstsein, Zuverlässigkeit, Teamfähigkeit**

## 4.2. Trekking

Trekking kann befreiend oder erdrückend empfunden werden. Ein angenehmes und konstantes Tempo ist meditativ und ermöglicht Musse für Sich, Andere und die Natur. Ist allerdings der Rucksack viel zu schwer oder das Tempo unangepasst, hat man das Gefühl von der schweren Last des Rucksackes erdrückt zu werden. Ob anstrengend oder nicht, Schritt für Schritt kommt man dem Ziel näher und wird für seine Leistung belohnt. Beim mehrtägigen Trekking benötig man genügend Ausdauer und Zielstrebigkeit um das Ziel zu erreichen. Unterwegs müssen immer wieder Entscheidungen über die Routenwahl gefällt werden.
Das Essen und Trinken muss geplant und eingeteilt werden. Unterwegs oder am Lagerplatz ist eine gute Ordnung wichtig. Ohne Ordnung findet man in den Tiefen seines Rucksackes seine Sachen nicht. Am Lagerplatz ist eine für alle übersichtliche und verbindliche Ordnung wichtig, ansonsten verbringt man viel Zeit mit Suchen.

Am Abend muss die Gruppe zusammen einen geeigneten Lagerplatz finden und über die Vor- und Nachteile diskutieren. Jeder muss für sich entscheiden an welchem Platz er schlafen will und diesen nach seinen Bedürfnissen einrichten. Die Konsequenzen der eigenen Entscheidungen werden in der Nacht direkt spür- und erlebbar.

Die Gruppe ist darauf angewiesen, dass alle verantwortungsbewusst und zuverlässig ihre Aufgaben wahrnehmen. Während dem Trekking erhalten die Jugendlichen mehr Verantwortung mit einem direkten Einfluss auf das Geschehen als im Alltag. Mögliche Verantwortlichkeiten für die Jugendlichen: Routenplanung, Navigation unterwegs, Essen einkaufen, Geld verwalten, Essen zubereiten, Feuer machen und in Gang halten, Holz sammeln, Wasser holen etc.

Übergibt man Jugendlichen, welche im Alltag Schwierigkeiten mit dem Umgang mit Geld haben, die Verantwortung des Gruppengeldes, sind

sie völlig erstaunt und können verantwortungsvoll damit umgehen. Als ein Jugendlicher zu Beginn des Trekkings 800 CHF für die Gruppe erhielt, machte er ganz grosse Augen mit der Aussage „jetzt könnte ich damit auf Kurve gehen!“ Er hat die Verantwortung ohne Kurvengang angenommen.

Beim Trekking werden folgende Kompetenzen benötigt und gefördert:
**Einsatzfreude, Lernbereitschaft, Selbstständigkeit, Verantwortungsbewusstsein, Zuverlässigkeit, Teamfähigkeit, Ausdauer, Ordnungssinn, Höflichkeit**

## 4.3. Waldleben, Feuerküche

Beim Waldleben geht es nicht um körperliche Fitness und um eine sportliche Leistung wie beim Klettern, Trekking oder den Schneeschuhtouren. Gemeinsam etwas bewirken und das Gruppenerlebnis steht im Vordergrund. Durch die fehlende sportliche Herausforderung kann mehr Zeit und Energie in Gruppenprozesse fliessen. Die Gruppe hat die Aufgabe ein praktisches, gemütliches und wetterfestes Camp aufzubauen. Dies erfordert eine gute Absprache und Zusammenarbeit. Ist das Camp eingerichtet, steht Zeit zur Verfügung für gemeinsame Aufgaben wie z. B. den Bau eines Ofens, einer Sauna, einer Seilbrücke und das gemeinsame Kochen.

Seinen Fähigkeiten entsprechend hat jeder Möglichkeiten, etwas für das Gruppenwohl beizutragen. Die alltäglichen und gewohnten Stärken sind in diesem Setting möglicherweise nicht mehr hilfreich. Dafür kommen andere Fähigkeiten und Stärken zum Vorschein, welche man bei sich oder anderen nicht erwartet hätte. Das Waldleben bietet die Möglichkeit, aus Eigeninitiative und Lust etwas Neues anzupacken, wie z. B. etwas Persönliches schnitzen, auf einen Baum klettern, mit Naturmaterialien etwas gestalten, Tiere beobachten, den Bach stauen, einen Geschicklichkeitswettbewerb kreieren etc.

Beim Leben im Wald werden folgende Kompetenzen benötigt und gefördert:
**Teamfähigkeit, Höflichkeit, Ordnungssinn, Lernbereitschaft, Selbstständigkeit, Verantwortungsbewusstsein, Zuverlässigkeit, Pünktlichkeit**

## 4.4. Ski- oder Schneeschuhtouren

Die Touren im Winter sind anstrengend. Ist man mit Skiern oder dem Snowboard unterwegs, muss man ein zusätzliches Gewicht auf den Gipfel tragen. Dies erfordert viel Einsatz, Ausdauer und vor allem den Willen, ans Ziel zu kommen. Als Belohnung wartet das Gefühl, zuoberst auf dem Gipfel zu stehen mit dem Blick in die Ferne und nach unten. Die Abfahrt durch den weichen luftigen Pulverschnee ist die Krönung einer erfolgreichen Tour.

Schneeschuhlaufen (ohne Snowboard am Rücken) ist körperlich weniger anstrengend. Es bietet die Möglichkeit, spielerisch neue Wege und Naturräume zu erkunden. Als Gruppe muss man sich auf ein Ziel einigen und mit dem Vorspuren durch den tiefen Schnee abwechseln. Die Gruppe muss sich immer neu orientieren, neu ordnen und entscheiden welchen Weg eingeschlagen wird.

Bei den Touren im Winter hinterlässt jeder Schritt eine sichtbare Spur, man kann jederzeit zurückblicken um seine Spur zu betrachten. Das Vorwärtskommen und die erbrachte Leistung wird dadurch sichtbar gemacht. Geht man mit der Gruppe, ist das Vorwärtskommen in der Spur viel leichter, als wenn jeder für sich einen Weg durch den Tiefschnee sucht.

Die winterlichen Gipfelerlebnisse mit den stolzen und fröhlichen Gesichtern der Jugendlichen sind für mich immer wieder schön und sehr eindrücklich. Nach einem langen Kampf mit sich und den Naturkräften kommen die Jugendlichen voller Stolz und Freude auf dem Gipfel an. Oftmals sind die Jugendlichen erstaunt über ihre Kräfte und ihren Willen. Unterwegs hätten sie nicht gedacht, bis auf den Gipfel zu kommen.

Bei den Ski- oder Schneeschuhtouren werden folgende Kompetenzen benötigt und gefördert:
**Ausdauer, Teamfähigkeit, Höflichkeit, Einsatzfreude, Selbstständigkeit**

## 4.5. Roadmovie

Die Roadmovie-Methode bietet dem Protagonisten bei einem selbstgewählten Thema eine intensive Auseinandersetzung mit sich. Die Kamera begleitet den Protagonisten z. B. beim Anpacken eines Problems, welches man schon lange vor sich hin schiebt, bei der Reise zu einer wichtigen Person oder bei der Umsetzung eines Projektes. Die gefilmte Person und ihre Handlungen werden durch die Kamera ins Zentrum gerückt. Beim Sichten des Filmmaterials hat man die Gelegenheit, sich und seine Handlungen anzuschauen. Beim Schneiden wählt der Protagonist die Szenen und die Geschichte, welche durch den Film erzählt werden soll.

### 4.5.1. Einzelbegleitung (Praxisprojekt)

Ich machte die Einzelbegleitung mit einem Jugendlichen (Sainen) des 10. Schuljahres vom Internat VIA. Er war sofort bereit bei der Einzelbegleitung mitzumachen. Die Auftragsklärung war etwas schwieriger, als ich mir gedacht hatte. Bei mehreren gemeinsamen Treffen mit Sainen konnte er sich nicht für ein Thema entscheiden. Die offenen und lösungsorientierten Fragen waren für ihn zu schwierig. Oftmals kam nur die Antwort: „Ich weiss es nicht." Oder „Das ist mir egal." Nach einigen Vorschlägen von mir, einigten wir uns auf das Thema „von der Vergangenheit in die Zukunft". Da Sainen nicht gerne mit fremden Menschen spricht und sich am liebsten hinter einem Handy/Fotoapparat versteckt, wählte ich die Methode des Roadmovies. Sein Thema wollte er mit einer Reise nach Florenz angehen. Ich wollte ihm durch die Filmaufnahmen zeigen, welche Stärken er hat und zu was er fähig ist. Nach dem betrachten des Filmmaterials war Sainen erstaunt, was er alles erlebt und gemacht hat. Seine Aussage: „Ich hatte den Eindruck, ich war alleine dort. Das meiste erledigte ich ohne deine Hilfe."

**Reflexion**

Wie bereits erwähnt, war die Auftragsklärung für mich schwierig. Wir hatten zwar ein Ziel und ein Thema, trotzdem war ich nicht ganz zufrieden. Ich hatte das Gefühl, für Sainen war der Auftrag und das Ziel nicht so wichtig. Während den Dreharbeiten war ich über den Nutzen immer wieder verunsichert, da ich das Gefühl hatte, Sainen würde seinen Herausforderungen aus dem Weg gehen. Im Nachhinein waren beide über den Film mit den positiven Wirkungen erstaunt. Sainen war sichtlich stolz, als er den Film fertig hatte.

Während dem Roadmovie musste ich mich aktiv zurücknehmen. Ich hatte das Gefühl, zu viele Entscheidungen zu beeinflussen, da Sainen Mühe hatte, sich zu entscheiden. Mehr als mir lieb war, nahm ich Einfluss bei Entscheidungen indem ich meine Ideen kund tat oder an der Kreuzung mit einem Schritt die Richtung beeinflusste. Die oben erwähnte Aussage, dass er fast alleine unterwegs war, war für mich ein voller Erfolg, obwohl ich mich nicht völlig zurücknehmen konnte.

Ich konnte über die Vorgehensweisen der Vorbereitung, der Planung und der Durchführung viele wertvolle Erfahrungen sammeln. Mir hat die Roadmovie-Einzelbegleitung sehr zugesagt. Hoffentlich werden weitere solche Projekte folgen.

# 5. Auswertung, Fazit

Die Recherche in der Fachliteratur war für mich sehr hilfreich. Ich konnte mein Fachwissen wieder auffrischen und vor allem erweitern. Auf der Suche nach geeigneten Studien las ich diverse Fachartikel, welche für mich nützlich sind aber hier nicht erwähnt werden. Während dem Lesen der Untersuchungen habe ich ein differenziertes Bild über die Wirksamkeit der Erlebnispädagogik erhalten. Dies stärkte meine Überzeugung, dass die Erlebnispädagogik ein wichtiger und ergänzender Teil in der sozialpädagogischen Arbeit ist.

Durch die Erlebnispädagogik erhalten die Jugendlichen weitere, nicht alltägliche Möglichkeiten, sich und die Umwelt auf verschiedenste Arten kennen zu lernen. Allerdings wurde in den Studien deutlich, dass eine grundsätzliche Bereitschaft vorhanden sein muss, um sich auf die Erfahrungen einzulassen. Will man sich a priori nicht auf die Selbsterfahrung einlassen, bringen die Aktivitäten keinen Nutzen für den Teilnehmer (vgl. Amesberger 1992: 187).

Während meinen erlebnispädagogischen Aktivitäten mit den Jugendlichen erlebte ich einzelne, welche sich überhaupt nicht auf die Aktivitäten einlassen konnten. Entweder sind sie gar nicht erst mitgekommen, haben sich nach kurzer Zeit entfernt (Kurve) oder haben sich bei der Aktivität zurückgezogen und haben nur zugeschaut. Um sich auf die Selbsterfahrungen einzulassen und sich im Projekt einbringen zu können, braucht es einen gewissen Selbstwert. Diese Erkenntnis wurde mir durch die Fachliteratur vor Augen geführt und bestätigte meine Erfahrungen. Sainen zeigt dieses Verhalten sehr ausgeprägt. Fühlt er sich bei einer Sportart (Fussball) zu schlecht, macht er gar nicht mit. Als wir Basketball gespielt haben, traute ich meinen Augen kaum. Sainen machte von der ersten Sekunde an motiviert und ehrgeizig mit.

Ausschlaggebend für erfolgreiche Interventionen sind also das Selbstwertgefühl, die Erfolgszuversicht und die Bereitschaft für neue Erfahrungen. Die Übungen müssen so gewählt werden, dass sie die Jugendlichen nicht völlig überfordern. Während meiner Einzelbegleitung zeigte sich, dass sich Sainen im „Ernstfall“ seinen Schwierigkeiten stellt und durchaus Verantwortung übernehmen kann.

In Kapitel 3 und 4 konnte ich aufzeigen, wie die 10 Schlüsselkompetenzen in der Erlebnispädagogik gefördert werden können. Obwohl die Entscheidungsfreude nicht in den 10 Schlüsselkompetenzen erwähnt ist, ist sie sehr hilfreich und zentral. Während der Berufswahl muss man viele Entscheidungen treffen wie z. B.: „Will ich weiterhin in die Schule? Möchte ich draussen oder drinnen arbeiten? Will ich mehr mit den Händen oder dem Kopf arbeiten? usw.“ Bei den oben erwähnten erlebnispädagogischen Aktivitäten wird man immer wieder gezwungen Entscheidungen zu treffen. Was packe ich alles in den Rucksack? Wo stelle ich mein Camp auf? Welche Route nehmen wir? Welchen Tritt wage ich zu nützen? Soll ich die Schuhe über Nacht versorgen? Die Entscheidungen haben einen direkten Einfluss auf die Jugendlichen. Die Konsequenzen, welche man durch die Entscheidungen selbst gewählt hat, sind unmittelbar spürbar.

Diese Erfahrungen helfen den Jugendlichen, zukünftige Entscheidungen schneller zu fällen. Egal, was man wählt, man hat sich selber für die Konsequenz entschieden.

## 5.1. Persönlicher Lernprozesses während der Weiterbildung

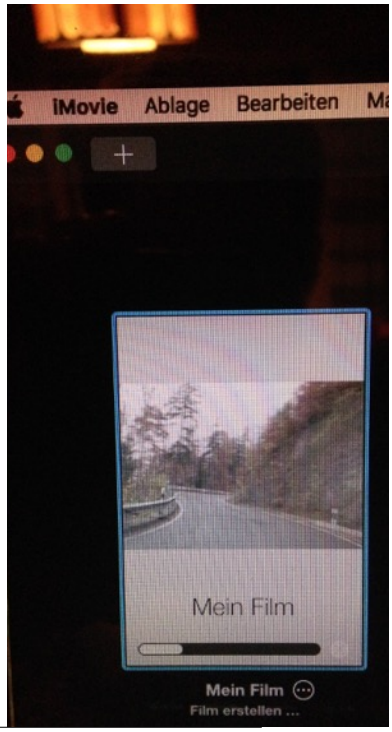
Für mich war diese Weiterbildung sehr bereichernd und hilfreich. Von den Kursleitern und den anderen TeilnehmerInnen konnte ich viele neue Anregungen und Ideen für meinen Arbeitsalltag sammeln. Als besonders hilfreich empfand ich die Systemische Grundhaltung. Durch die wertschätzende, ressourcen- und lösungsorientierte Haltung wird viel Eigenverantwortung den Teilnehmern übergeben. Dies lässt viel Raum für individuelle Lernschritte. Nach den Weiterbildungsmodulen kehrte ich jeweils motiviert und voller Tatendrang zurück.

### 5.1.1. Linienarbeit, Ressourcenkosmos

Im ersten Modul lernten wir die Linienarbeit und den Ressourcenkosmos kennen. Beim Erstellen dieser Kreativtechniken wurde ich gezwungen über mich und meine Situation nachzudenken. Mit den Händen ein persönliches Bild zu erstellen ist für mich hilfreicher, als nur darüber zu sprechen. Ich habe selber erfahren, wie die verschiedenen Fragen und Vorgehensweisen auf das Gegenüber wirken können. Die entstandenen Bilder dieser Kreativtechniken haben sich in meinem Hirn eingebrannt, dadurch habe ich diese bis heute gut in Erinnerung.

### 5.1.2. Roadmovie

Im zweiten Modul drehten wir in Zweiergruppen ein Roadmovie. Dies war für mich ein völlig neues und eindrückliches Erlebnis. Die zwei Tage unterwegs vor der Kamera zu stehen mit dem anschliessenden Schneiden erlebte ich als eine sehr intensive Zeit. Ich lernte im Fokus der Kamera zu stehen. Ich musste mich an die Situation gewöhnen, so zu tun, als wäre ich alleine unterwegs obwohl mich jemand begleitete. Die Erfahrungen als Protagonist vor der Kamera zu stehen, haben mir während dem Praxisprojekt sehr geholfen.




In der Vorbereitung des Roadmovies schauten wir den Aufbau vieler Märchen und Geschichten anhand der Heldenreise an. Die Heldenreise lernte ich bereits im ersten Jahr der Ausbildung kennen. Durch die erneute Auseinandersetzung konnte ich die Zusammenhänge besser begreifen und verinnerlichen. Der Ablauf der Heldenreise wurde für mich ein wichtiges Element bei der Planung des Einzelprojektes und der erlebnispädagogischen Aktivitäten in meinem Arbeitsalltag. Ich versuchte z. B. unser Jahresprogramm mit der Heldenreise zu verbinden um die Inhalte dementsprechend zu planen.

### 5.1.3. Rollenspiel Elternausflug

Während dem Gipfeltreffen (viertes Modul) inszenierten wir als Rollenspiel einen erlebnispädagogischen Elternausflug. Die Sozialpädagogen, Klienten und ihre Eltern wanderten bis zum Lagerplatz, um dort gemeinsam zu kochen. Ich hatte die Rolle des fürsorglichen Vaters eines schüchternen Mädchens. Weil das Rollenspiel eine längere Zeit dauerte und die ganze Gruppe stets in Bewegung war, nahm die ganze Situation einen ernsthaften Charakter an. Obwohl ich nicht die ganze Zeit in meiner Rolle war, konnte ich mich besser als bei anderen Rollenspielen der Situation hingeben. Ich konnte schon fast real nachempfinden, wie sich die Eltern in einer solchen Situation fühlen können. Mir wurde bewusst, wie wichtig eine wertschätzende Haltung und sorgfältige Wortwahl gegenüber den Eltern ist.

# 6. Literaturverzeichnis

Amesberger, Günter (1992). Persönlichkeitsentwicklung durch Outdoor-Aktivitäten?. Untersuchung zur Persönlichkeitsentwicklung und Realitätsbewältigung bei sozial Benachteiligten. Frankfurt am Main: Afra-Verlag

Baig-Schneider, Rainald (2012). Die Moderne Erlebnispädagogik. Geschichte, Merkmale und Methodik eines pädagogischen Gegenkonzepts. Augsburg: Ziel-Verlag

Berufsberatung.ch (2016). Fit für die Lehre: Unterlagen für den Unterricht. Die zehn Schlüsselkompetenzen. Abrufbar bei Direkteinstieg für Lehrpersonen

Lakemann, Ulrich (2015). Wirkungsimpulse von Erlebnispädagogik und Outdoor-Training. Empirische Ergebnisse aus Fallstudien. Augsburg: Ziel-Verlag

Zuffellato, Andrea / Kreszmeier, Astrid Habiba (2012). Lexikon Erlebnispädagogik. Theorie und Praxis der Erlebnispädagogik aus systemischer Perspektive. Augsburg: Ziel-Verlag