

Erlebnispädagogik

„Ich höre und vergesse,
ich sehe und erinnere,
ich tue und verstehe“
- Konfuzius

An Erlebnissen wachsen Menschen, egal ob positiv oder negativ, sie können etwas daraus lernen. Außerdem kann ein Erlebnis Menschen verbinden. Erlebnispädagogik besteht aus einem Erlebnis, den gemachten Erfahrungen und der Reflexion. Es handelt sich somit um ganzheitliches Lernen.

Die Gruppe und das gemeinsame Erleben stehen bei Übungen im Mittelpunkt.

In der Jugendarbeit verwenden wir häufig Interaktionsspiele und kooperative Abenteuerspiele als Teil der Erlebnispädagogik.

Wichtig ist bei der Erlebnispädagogik die Reflexion!

Erlebnispädagogik ist:

- fantasievoll
- Soziales Lernen
- Manchmal eine Grenzerfahrung
- Aktives Lernen
- Auch individuell
- kooperativ
- Persönlichkeitsentwicklung
- Verantwortungsbewusst
- Gruppendynamisch, die Teilnehmer wachsen gemeinsam an der Aufgabe
- aktiv
- abenteuerlich
- Wertvoll für alle Beteiligten, auch die Leitung
- Kritisches Lernen
- Training für Kopf und Körper
- Meistens mit einem pädagogischen Ziel geplant
- Gewinnbringend
- Gemeinsames Erleben und Unterwegssein
- problemorientiert
- Oft in der Natur
- umweltbewusst
- Spielerisches Lernen
- Überwindung
- spannend
- Auch in der Stadt (citybound)
- Entdecken von sich und Anderen

Als Leitung

Leitung sollte nicht zu sehr lenkend eingreifen oder sich einmischen. Denn Erlebnispädagogik ist auch learning by doing. Außerdem sollte man sich auf Neues einlassen können, denn nicht jede Gruppe bewältigt eine Aufgabe gleich.



Die vier Phasen der Erlebnispädagogik

1. Planungsphase

- Gruppe einschätzen: Was ist zu diesem Zeitpunkt möglich?
- Bei Teilung der Gruppen in zwei Gruppen: welche Teilnehmer kommen zusammen in eine Gruppe? Stärken und Schwächen?
- vorrangiges Ziel auswählen (Rollen sollen sichtbar werden, Gruppengefühl stärken, Teambuilding, Transfer in den Alltag, Transfer Gottesbeziehung..)
- Übungen passend auswählen, variieren, verändern oder etwas Neues konzipieren
- Schwierigkeit richtig festlegen (Übung selbst schon mal erlebt, ansonsten vorher ausprobieren)
- Spielsequenz zusammenstellen und Rahmengeschichte erfinden
- Raum, Zeit und Material auswählen, gestalten und beschränken
- Alternativen überdenken
- Zeit realistisch planen
- Unvorhergesehenes bedenken (Wetter, Gelände ...)
- TeamerInnen haben sportliche Kenntnisse und können diese nachweisen bei einer entsprechenden Übung (Klettern: Übungsleiterschein DAV, Wasseraktivitäten: Rettungsschwimmerschein, Kanuguide, etc.)
- Erste-Hilfe-Maßnahmen werden beherrscht (Erste-Hilfe-Schein)
- Verbandskasten einpacken!
- sicheres Material und sicherer Umgang damit
- die Umgebung ist bekannt
- Risiken sind abgeschätzt!

2. Präsentationsphase

- die Gruppe vorbereiten und Neugierde wecken
- den Sinn des Spiels vermitteln
- Anweisungen für die Übung klar und verständlich formulieren
- Regeln und Sicherheitsaspekte hervorheben
- alle TeilnehmerInnen sind mit der Aufgabe einverstanden
- alle kennen sich mit dem Material und der Umgebung aus
- Rückversicherung aus der Gruppe: Motivation/Spielbereitschaft vorhanden und alle haben die Aufgabe verstanden?
- evtl. Beobachterrollen vergeben
- Hilfreich: Ziele (was denkt ihr was man braucht bzw. tun muss um die Übung gut meistern zu können?) vor der Übung mit der Gruppe festlegen und nach der Übung den Blick darauf.

3. Aktionsphase

- Die Gruppe ist mit der Aufgabe beschäftigt, die TeamerInnen sind trotzdem immer anwesend und aufmerksam.
- Allen TeilnehmerInnen wird die aktive Teilnahme ermöglicht, wenn nötig durch Hinweise von außen.
- In der Sprache des Spiels reagieren.



- Als AnleiterInnen flexibel bleiben: eine Aktion kann unterbrochen und auch abgebrochen werden. Eventuell auch zwischen der Übung reflektieren (was könnt ihr besser machen?)
- Das Geschehen so wenig wie nötig beeinflussen aber z.B. mit Speicherkarten
- Die Umwelt bleibt im Blick für TeilnehmerInnen und LeiterInnen:
- eine Aktion im Freien belastet die Natur: keinen Schaden verursachen
- sicheren Ablauf überwachen
- Eindrücke sammeln: Notizen machen

4. Reflexionsphase

In Reflexions- und Feedbackrunden werten die TeilnehmerInnen die Aufgaben und die Umsetzung aus. Sie tauschen sich über das Erlebte aus, um es zu verarbeiten. Themen können dabei sein: der Gruppenprozess, individuelle Erfahrungen und Gefühle. Die Anleitung kann die Reflexionen als Zwischenreflexion oder als ausgedehnte Auswertungseinheit durchführen.

- die Anleitung moderiert und ist stets aufmerksam
- alle können ihre Eindrücke und Erfahrungen ausdrücken
- die Anleitung geht auf alle TeilnehmerInnen individuell ein
- konstruktive Gesprächsatmosphäre fördern (Feedback-Regeln)
- eigene Beobachtungen selektiv oder als Fragen an die Gruppe einbringen
- entstandene Konflikte sind dazu da, sie zum Thema zu machen
- auf weitere Herausforderungen hin orientieren
- Transferbezüge herstellen

Mögliche Formen der Auswertung:

- Zunächst Einzelreflexion anhand eines Arbeitspapier mit Impulsfragen, welche später auch in der Gruppe besprochen werden
- Bildkarten auslegen. Wenn die Teilnehmer an die Übung denken, welche Bildkarte finden Sie passend für die Zusammenarbeit? Anschließend Karten und Grund für die Wahl des Bildes in der Gruppe präsentieren
- Hilfreich: Ziele (was denkt ihr was man brauch bzw. tun muss um die Übung gut meistern zu können?) vor der Übung mit der Gruppe festlegen und nach der Übung den Blick darauf.
- Blitzlichtrunde als Einstieg

Mögliche Fragen zur Auswertungen

- Habt ihr euer Ziel erreicht?
- Wie habt ihr die Aufgabe gelöst?
- Was war hilfreich für die Lösung des Problems?
- Was war hinderlich für die Lösung des Problems?
- Wie hat eure Gruppe zusammengearbeitet?
- Was habt ihr beobachtet?
- Wie zufrieden seid ihr mit der Lösung eurer Aufgabe?
- Wie ging es euch persönlich während der Übung? Habt ihr euch wohl gefühlt?
- Was habt ihr über euch selbst herausgefunden?
- Womit hast du die Gruppe unterstützt?



- Was habt ihr über die Gruppe herausgefunden?
- Seid ihr schnell zu einer Idee zur Lösung der Aufgabe gekommen?
- Was hat das mit unserem Leben zu tun?
- Was hat sich geändert, als jemand blind war? Hat es besser oder schlechter funktioniert?
- Was würdet ihr das nächste Mal anders machen?
- Hattet ihr das Gefühl das ihr alle voll und ganz bei der Aktion mit Kopf und Körper dabei wart? Falls nicht, woran lag es?

Die Anleitung variiert die Schwierigkeit von erlebnispädagogischen Übungen, indem es Einschränkungen macht:

Hierbei kann Sie genau überlegen, wer nicht sprechen darf oder blind ist? Z.B. die Leitung, Personen die immer laut sind etc.

- Wahrnehmung einschränken: Die Gruppe oder ein Teil muss die Aufgabe mit verbundenen Augen oder einäugig mit Augenklappe bewältigen.
- Kommunikation einschränken: Die Gruppe oder ein Teil darf nur flüstern, nicht sprechen, nicht stimmlich kommunizieren oder nicht körperlich Kontakt aufnehmen.
- Material einschränken: Materialien sind auf ein Minimum reduziert, von der Gruppe selbst reduziert, die Gruppe muss das Material erst erarbeiten oder die Anleitung nimmt das Material nach und nach aus dem Spiel.
- Bewegungsmöglichkeiten einschränken: TeilnehmerInnen dürfen Hände, Arme, Füße oder Beine nur beschränkt oder gar nicht einsetzen. Oder: Bestimmte Bewegungsabläufe sind Voraussetzung für die Lösung der Aufgabe.
- Zeit einschränken: Planungs- oder Durchführungszeit ist beschränkt oder wird bei weiteren Durchgängen reduziert. Bei Regelverletzungen reduziert die Anleitung die Zeit zusätzlich.
- Speicherkarten einführen

