

Kurzbeschreibung

ABENTEUERINSEL

Abenteuerinsel ist das multithematische Gesundheitsprogramm von feel-ok.ch zur Förderung der personalen, sozialen und methodischen Kompetenzen. Abenteuerinsel basiert auf dem Peer-to-Peer-Ansatz zur Stärkung der Selbstwirksamkeit.

Der Einsatz der Gesundheitsinhalte von Abenteuerinsel in der Prävention ist für Fachpersonen ohne Vorkenntnisse der jeweiligen Themen möglich und empfohlen.

Abenteuerinsel kann sowohl **in der Schule** wie auch **in der offenen Jugendarbeit** eingesetzt werden. Es handelt sich um ein «Serious Game», mit dem Jugendliche Punkte sammeln und sich so **auf einer Schatzkarte** nach vorne bewegen können; dies mit der Option am Ende des Einsatzes kleine Preise zu gewinnen.

Alle Ressourcen von Abenteuerinsel sind kostenlos und ohne Registrierung online verfügbar, damit Sie diese direkt mit Jugendlichen anwenden können. Die dazu gehörenden Abläufe und Ressourcen wurden mit Jugendlichen erprobt.

Abenteuerinsel besteht aus zwei Bereichen:

Die thematischen Einheiten zur Förderung der methodischen Kompetenz und des Gesundheitswissens.

Die Überraschungsaufgaben, mit denen die personalen und sozialen Lebenskompetenzen gestärkt werden.

Thematische Einheiten

Die thematischen Einheiten dienen dazu, wichtige Aspekte zu *Sucht, psychischer Gesundheit, körperlicher Gesundheit, Entwicklungsaufgaben* und *nachhaltiger Entwicklung* mit jungen Menschen zu besprechen sowie ihre methodische Kompetenz zu fördern. Dabei ist es nicht erforderlich, dass Sie sich als Lehrperson, Schulsozialarbeiter*in oder Jugendarbeiter*in mit den Inhalten der thematischen Einheiten auskennen, weil die Vermittlung der Fachinformationen von Abenteuerinsel übernommen wird.

Welche thematischen Einheiten behandelt werden, entscheiden die Jugendlichen aufgrund ihrer Interessen. Während der thematischen Auseinandersetzung besteht Ihre Rolle darin, die Jugendlichen bei Bedarf mit den Tippzetteln der 5B¹ methodisch zu unterstützen: So lernen die jungen Menschen, Aufgaben mit Plan und Selbstständigkeit zu bewältigen.

Wenn Abenteuerinsel in einem Raum mit Computer, Projektor und Internetverbindung stattfindet, können Sie alle Online-Ressourcen des Programms während der Durchführung nutzen. Als Alternative können Sie die Inhalte als PDF herunterladen und drucken: So ist der Einsatz der thematischen Einheiten von Abenteuerinsel auch ohne technische Infrastruktur möglich (z.B. im Freien).



feel-ok.ch/ai-pdf-01
Videoanleitung
So werden die thematischen Einheiten mit der 5B-Methode eingesetzt.



feel-ok.ch/ai-themen
Die thematischen Einheiten

¹ Die 5B sind: Begreifen, Befragen, Behalten, Bewerten und Beenden (siehe feel-ok.ch/ai-5b). Die dazugehörenden Tipp-Zettel können Sie als PDF auf feel-ok.ch/ai-tipps herunterladen.

Überraschungsaufgaben Die Überraschungsaufgaben sind Tätigkeiten, mit denen die personalen und sozialen Kompetenzen Jugendlicher trainiert werden. Dabei handelt es sich um Lebenskompetenzen - wie sie vom WHO definiert wurden - wie z.B. die Selbstwahrnehmung, die Beziehungsfähigkeit und die Stressbewältigung.

Abenteuerinsel liefert für jede Überraschungsaufgabe eine Beschreibung, wie sie eingeleitet, durchgeführt und abgeschlossen wird sowie wie die Jugendlichen im Verlauf des Einsatzes voraussichtlich reagieren werden. Alle Ressourcen, die Sie für eine Überraschungsaufgabe benötigen, stehen online zur Verfügung sowohl für eine Durchführung *mit* wie auch *ohne* technische Infrastruktur (z.B. im Freien).

Abenteuerinsel enthält auch einen Fragebogen auf feel-ok.ch/ai-test, mit dem junge Menschen die eigenen Lebenskompetenzen einschätzen können². Wenn das Ergebnis darauf hinweist, dass eine bestimmte Kompetenz als zu schwach wahrgenommen oder überschätzt wird, besteht anschliessend die Möglichkeit, jene Überraschungsaufgaben auszuwählen, die diese Kompetenz adressieren.



feel-ok.ch/ai-pdf-02
Videoanleitung von 3
Überraschungsaufgaben



feel-ok.ch/ai-LK
Auflistung aller
verfügbaren
Überraschungsaufgaben

Schule und offene Jugendarbeit

Abenteuerinsel hat als Zweck die Förderung der Selbstwirksamkeit und der Entscheidungskompetenz Jugendlicher. Deswegen entscheiden in der Regel die Jugendlichen selbst, ob und welche Themen sie vertiefen möchten oder ob sie sich stattdessen lieber mit einer Überraschungsaufgabe auseinandersetzen; ungeachtet davon, in welchem Setting Abenteuerinsel eingesetzt wird. Unterschiede in der Praxis gibt es dennoch, davon abhängig, ob Sie Abenteuerinsel in der Schule oder in der offenen Jugendarbeit durchführen:



feel-ok.ch/ai-schule
Einsatz in der **Schule** für
eine didaktisch
fundierte Durchführung.



feel-ok.ch/ai-ja
Einsatz in der **offenen
Jugendarbeit** für eine
freizeitgerechte
Durchführung.

Haltung und Werte

Entscheidend für die erfolgreiche Durchführung von Abenteuerinsel ist nicht nur, was Sie mit Jugendlichen tun, sondern welche Haltung Sie ihnen gegenüber vertreten. Stichworte dazu sind u.a. die Evokation, Akzeptanz, Autonomie, Würdigung, das Gespräch auf Augenhöhe und die Unterscheidung zwischen Prozess und Ergebnis.



feel-ok.ch/ai-haltung
Praktische Hinweise zum Thema Haltung und Werte.

² Bericht: «Lebenskompetenzen: Wie sich Jugendliche selbst einschätzen und die Perspektive ihrer Lehrpersonen» verfügbar auf feel-ok.ch/2022-1k