

«Abenteuerinsel» - Kurzbeschreibung

Multithematischer Einsatz zur Förderung von überfachlichen und Lebenskompetenzen in begleiteten Settings

Oliver Padlina, 16.8.2019

Ausgangslage	1
Kriterien von «Abenteuerinsel»	3
Ablauf von «Abenteuerinseln»	6
Und wie geht es dann weiter?	10
Zeitplan	10

Ausgangslage

Multiplikatoren/-innen wie Lehrpersonen, Schulsozial- und Jugendarbeitende werden von der Gesellschaft beauftragt, zahlreiche und komplexe Themen mit Jugendlichen zu vertiefen und dabei ihre Lebens- bzw. methodische Kompetenzen zu entwickeln.

Dazu bieten Programme Unterstützung: Manche davon fördern anerkannte Schutzfaktoren bzw. Lebenskompetenzen (z.B. Umgang mit Gefühlen, soziale Unterstützung, Selbstwirksamkeit, Empathie, Beziehungsfähigkeit, Problemlösefertigkeiten...), andere haben dazu noch eine (manchmal mono-)thematische Ausrichtung (z.B. Mobbing, Gewalt in jugendlichen Paarbeziehungen, Jobsuche, Ernährung, Tabak, LGBT...). Oft entscheiden die Erwachsenen, mit welchen Inhalten sich Jugendliche auseinandersetzen oder welche Strategien sie lernen müssen.

Ein umfassendes Angebot, das Elemente aus verschiedenen bewährten Programme in einem kohärenten Konzept integriert und die überfachlichen Kompetenzen (Lehrplan 21) sowie Lebenskompetenzen (WHO) mit den Erkenntnissen aus der psychologischen Forschung kombiniert (theoretische Erklärung auf feel-ok.ch/theorie), bei dem Jugendliche aus einer Vielfalt von Themen die Inhalte von Interesse wählen dürfen und die Multiplikatoren/-innen in erster Linie 'nur' eine Begleitungsrolle haben, findet man kaum.

Da setzt feel-ok.ch mit der neuen Methode «Abenteuerinsel» (als Arbeitstitel) ein. feel-ok.ch ist für die Entwicklung der neuen Methode prädestiniert, denn die Plattform ist seit 20 Jahren *multithematisch* ausgerichtet, sehr eng mit der Fachwelt und mit den kantonalen Strukturen *vernetzt* und wird mit mehr als 2'000 täglichen Sitzungen *oft genutzt* (Details auf feel-ok.ch/infos-jahresberichte).

1. Wegen ihrer *multithematischen* Ausrichtung kann feel-ok.ch «Abenteuerinsel» als Methode entwickeln, die zahlreiche Themen abdeckt.

2. Aufgrund ihrer *Vernetzung* kann feel-ok.ch Programme wie MindMatters, Start Now, Denk-Wege und Herzsprung mit «Abenteuerinsel» verknüpfen.
3. Die häufige *Nutzung* der Webplattform und die verfügbaren Kommunikationskanäle befähigen feel-ok.ch, «Abenteuerinsel» in der Fachwelt und bei Multiplikatoren/-innen zu verbreiten.

Darüber hinaus hat die feel-ok.ch-Leitung in den letzten 2 Jahren Methoden zur Vertiefung von Gesundheits- und jugendrelevanten Inhalten mit über 1'000 Teenagern getestet. So konnten die Eigenschaften identifiziert werden, über welche eine Methode verfügen soll, um bei jungen Menschen eine Reflexion auszulösen. Diese Methoden erscheinen in Zukunft auf feel-ok.ch/methoden. Die Vorschau einer Methode sieht man auf feel-ok.ch/methoden-wdd-tabak. Diese Erkenntnisse sollen auch die Entwicklung von «Abenteuerinsel» prägen.

Das Konzept von «Abenteuerinsel» wurde im Frühling 2019 im Rahmen einer Pilotstudie mit Schulklassen getestet und mit Lehrpersonen im Rahmen von zwei Workshops diskutiert. Die ersten Ergebnisse sind erfolgsversprechend. Daher soll die Methode erweitert, die Pilotphase in den 2 Schuljahren 2019-2021 fortgesetzt und Version 1 von «Abenteuerinsel» für alle Fachpersonen und Multiplikatoren/-innen bis 2021 als Arbeitsinstrument zur Verfügung gestellt werden. Parallel dazu soll mit Jugendarbeitenden besprochen werden, welche Anpassungen erforderlich sind, so dass «Abenteuerinsel» auch in der offenen Jugendarbeit eingesetzt werden kann.

Kriterien von «Abenteuerinsel»

«Abenteuerinsel» ist ein Programm in Entwicklung. Zentrale Eigenschaften dieser Methode wurden dennoch schon im Rahmen der Pilotphase definiert und werden im Folgenden erläutert:

- **Jugendmitgestaltung**

Jugendliche entscheiden aufgrund ihrer Interessen, welche Themen sie vertiefen möchten. Sie entscheiden auch, ob sie sich lieber mit einem Thema oder mit einer Aufgabe zur Förderung einer Lebenskompetenz auseinandersetzen möchten (die sogenannte «Überraschungsaufgabe»).

- **Steuerung von Multiplikatoren/-innen**

Um zu vermeiden, dass Jugendliche mit belastenden Themen konfrontiert werden, haben die Multiplikatoren/-innen die Möglichkeit, kritische Inhalte aus «Abenteuerinsel» zu entfernen.

- **Multithematische Ausrichtung**

Mit «Abenteuerinsel» können Inhalte der folgenden Themenbereiche vertieft werden:

- **Sucht** | Alkohol, Cannabis, Tabak, Onlinesucht, Glücksspiel
- **Körperliche Gesundheit** | Ernährung, Gewicht, Sport
- **Psychische Gesundheit** | Essstörungen, Freizeit, Gewalt, Jugendrechte, psychische Störungen, Selbstvertrauen, Stress, Suizidalität, Vorurteile
- **Entwicklung** | Beruf, Medienkompetenz, Sexualität, Beziehung, LGBT-Identität, Finanzkompetenz¹, Verkehrssicherheit¹
- **Nachhaltigkeit**¹

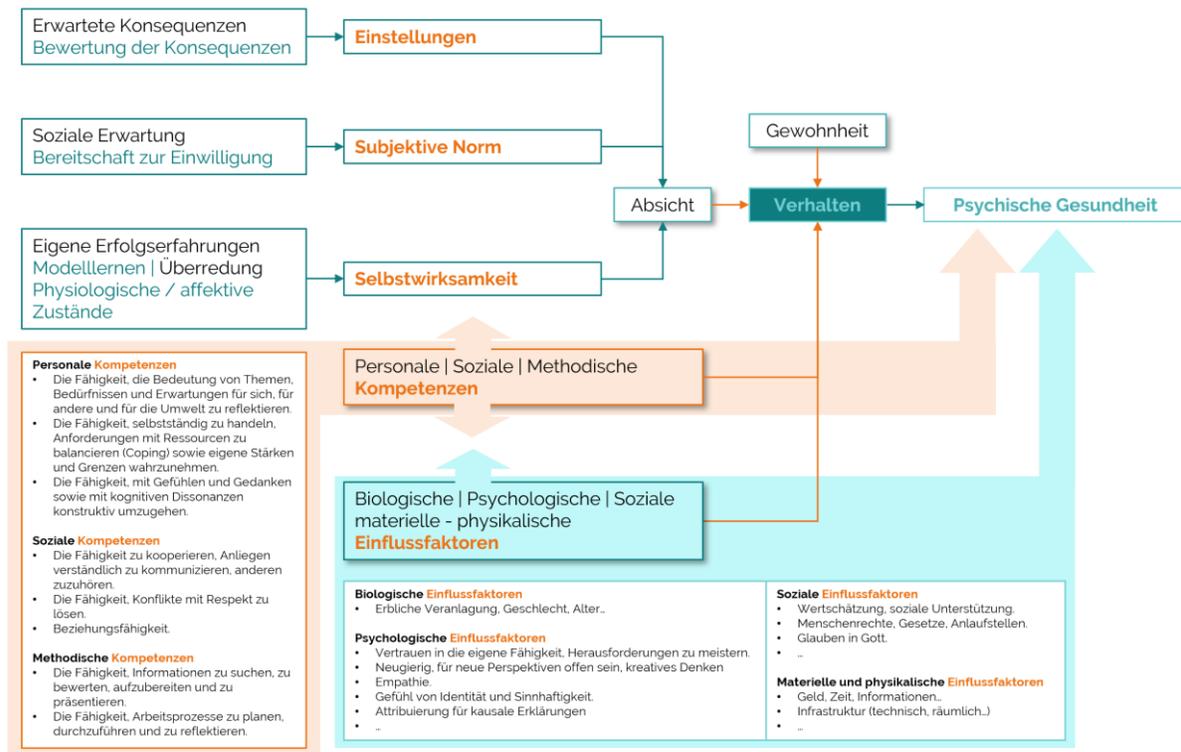
- **Multiplikatoren/-innen entlasten und befähigen**

Für die Multiplikatoren/-innen ist es nicht erforderlich, Kenntnisse über alle Themen zu haben, weil «Abenteuerinsel» die relevanten Informationen vermittelt, wenn sie gebraucht werden. In Anbetracht dessen, dass «Abenteuerinsel» inhaltlich sehr umfassend ist, stellt diese gezielte Informationsvermittlung «on Demand» für Multiplikatoren/-innen eine erhebliche Entlastung dar. Auf den Punkt gebracht: *Die Aufgabe der Multiplikatoren/-innen besteht nicht darin, Fachwissen zu verbreiten, sondern mit bewährten, aber auch mit kreativen Methoden Jugendliche selbst zu befähigen, zu den vertieften Themen Lösungen und Antworten zu finden.*

¹ Frühestens ab Version 2 von «Abenteuerinsel»

● Kompetenzen und psychologische Modelle zur Verhaltensänderung

«Abenteuerinsel» fördert die überfachlichen Kompetenzen gemäss Lehrplan 21 und die Lebenskompetenzen gemäss WHO. Welche Kompetenz in welcher Phase von «Abenteuerinsel» gefördert wird, wird in der zukünftigen Methodenbeschreibung deklariert. Darüber hinaus orientiert sich «Abenteuerinsel» an einem Modell, das Kompetenzen und psychologische Theorien zur Verhaltensänderung in einem kohärenten Konzept integriert (mehr dazu auf feel-ok.ch/theorie).



● Aus bewährten Programmen lernen

Elemente aus wirksamen Programmen wie Start Now und MindMatters sowie bewährte Techniken wie die motivationale Gesprächsführung werden in Abenteuerinsel integriert.

● Multiplikation bestehender Projekte / Programme

«Abenteuerinsel» wird mit bestehenden bewährten Programmen wie feel-ok.ch, MindMatters, Start Now, Freelance und 147.ch verknüpft, um dadurch ihre Bekanntheit zu fördern.

● Integration in anderen Projekten | Programmen | Organisationen

«Abenteuerinsel» darf von anderen Organisationen übernommen und angepasst werden (z.B. Schulen, Vereine, Jugendberatungsstellen, Fachorganisationen...). Die flexible und bedürfnisbezogene Weiterentwicklung von «Abenteuerinsel» durch andere Programme oder Organisationen dient dazu, seine Verbreitung (oder von Teilen davon) zu fördern.

● Zeitliche Flexibilität

«Abenteuerinsel» lässt sich sowohl inhaltlich als auch zeitlich flexibel einsetzen. Mit dieser Methode kann man mehrere Stunden, aber auch in kurzen Zeiteinheiten zwischen 5 und 15

Minuten arbeiten. Diese Flexibilität erleichtert die Implementierung von «Abenteuerinsel», auch wenn die zeitlichen Ressourcen knapp sind.

- **Materielle Flexibilität**

Abenteuerinsel besteht ausschliesslich aus Verfahren, die man mit Jugendlichen einsetzen kann, ohne vorerst zusätzliches Material kaufen zu müssen.

- **Vielfältige Strategien und multimedialer Einsatz**

In der heutigen Zeit, die durch schnelle Abläufe und ein Überangebot von Dienstleistungen gekennzeichnet ist, wird es den Jugendlichen schnell langweilig. Deswegen besteht «Abenteuerinsel» aus zahlreichen abwechslungsreichen Elementen, dazu auch Videos und interaktiven Tools, sowie aus bewegten Einheiten und Achtsamkeitsübungen, die dazu dienen, die Aufmerksamkeit der Teilnehmenden aufrechtzuerhalten.

- **Minderheitsfreundlich**

Jugendliche entscheiden, welche Themen sie vertiefen möchten. Diese Vorgehensweise hat als unerwünschte Nebenwirkung, dass Themen, die nur eine Minderheit interessieren, z.B. Coming-out bei LGBT - kaum eine Chance haben, in der Gruppe vertieft zu werden. Unwichtig sind diese Themen trotzdem nicht. Daher erfahren die Multiplikatoren/-innen, wie sie auch nicht mehrheitsfähige Inhalte zu den Jugendlichen transportieren können.

- **Multisetting-Ansatz**

«Abenteuerinsel» wird für verschiedene Settings entwickelt: Schule, offene Jugendarbeit, Sportverein, Betriebe usw.

- **Zusammenarbeit mit dem Fachnetzwerk, mit den Kantonen und mit Fachstellen**

Die Patronatsinstitutionen, die für die Inhalte auf feel-ok.ch zu den Themen von Abenteuerinsel eine redaktionelle Aufgabe haben, die kantonalen Partner/-innen, die für eine regionale Version von feel-ok.ch zuständig sind (siehe Liste der Patronatsinstitutionen und der kantonalen Partner auf feel-ok.ch/info-netzwerk) sowie weitere Fachstellen, die mit Schulen, mit der offenen Jugendarbeit und mit Jugendlichen arbeiten, werden in der Entwicklungsarbeit beteiligt und können anschliessend Abenteuerinsel in der originalen oder in abgeänderter Variante verwenden.

- **Empirisch**

Erwartungen und Lösungsansätze von Jugendlichen und von Lehrpersonen wurden erfasst und in zwei Berichten veröffentlicht. Diese kann man auf feel-ok.ch/2019-jb und feel-ok.ch/2019-e herunterladen. Diese Berichte bilden die Grundlage für die Entwicklung von «Abenteuerinsel».

- **Spiel-Charakter**

Mit «Abenteuerinsel» kann man Punkte sammeln und kleine Preise gewinnen. Damit kann man auch anspruchsvolle Schulklassen und Jugendgruppen für eine Zusammenarbeit motivieren. Bei besonders disziplinierten und interessierten Jugendlichen sind Punkte und Preise nicht unbedingt erforderlich.

- **In 2 Sprachen?**

Vorausgesetzt, dass das Programm feel-ok.ch-Romandie realisiert wird, werden die

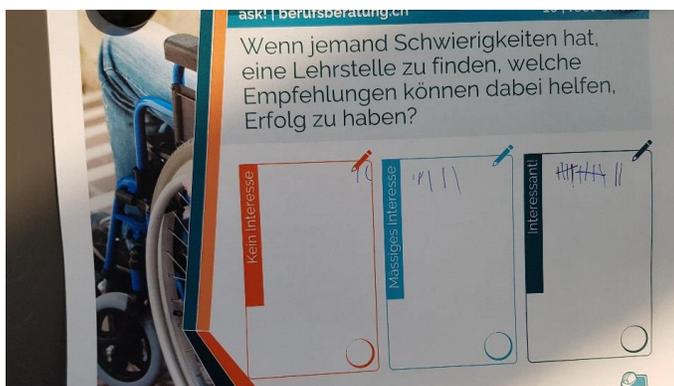
Erkenntnisse und Ressourcen von Abenteuerinsel in einer späteren Phase auf Französisch übersetzt und in den Schulen der französischen Schweiz verbreitet.

Ablauf von «Abenteuerinseln»

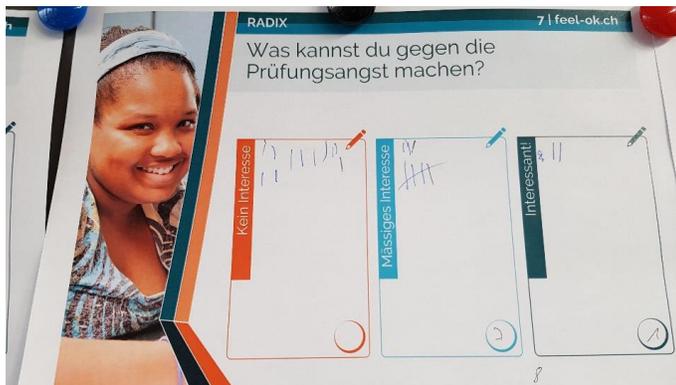
Abenteuerinsel ist eine Methode in Entwicklung. Daher dient der hier in Kürze beschriebene Ablauf nur als Orientierung. Anpassungen während der Pilotphase sind möglich. Darüber hinaus wird es verschiedene Varianten geben, wie man mit «Abenteuerinsel» arbeiten kann. An dieser Stelle wird nur einer der möglichen Abläufe beschrieben.

Hinweis: Ein Trailer zeigt, wie Methoden von feel-ok.ch auf Jugendliche wirken. Während der Pilotphase wurde auch die Pilotphase von «Abenteuerinsel» gefilmt: Wenige kurze Sequenzen dazu sieht man auf <https://www.youtube.com/watch?v=NazbS706lWo>

1. Multiplikatoren/-innen haben Zugang zu allen Themen von «Abenteuerinsel». Falls ein Thema als «problematisch» gilt, können sie es ausschliessen (Beispiel: Wenn ein Mädchen seinen Bruder wegen einem Verkehrsunfall verloren hat, ist die seelische Verletzung vermutlich zu gross, um ein verkehrspräventives Thema kurz nach dem schlimmen Ereignis mit der Gruppe zu behandeln).
2. Mit den Themen, die bleiben, setzt sich eine kleine Gruppe Jugendlicher auseinander. Aufgrund zuerst festgelegter Kriterien wählt die kleine Gruppe aus dem Themen-Katalog von Abenteuerinsel etwa 10 Fragen aus. Als Alternative können die Multiplikatoren/-innen selbst 10 Fragen aus dem Katalog rauspicken.
3. Anschliessend wird das Interesse für die 10 Fragen sondiert. In der Klasse oder in einer Gruppe von mindestens 5 Personen liest jeder Teilnehmer / jede Teilnehmerin die 10 Fragen und teilt mit einem Strich mit, ob das genannte Thema interessant, mässig interessant oder nicht interessant ist. Wenige Minuten genügen und schon weiss man, welche Themen für die Klasse oder für die Jugendgruppe relevant sind.



Grosses Interesse für das Thema «Jobsuche».



Eher geringes Interesse für das Thema «Prüfungsangst». Die Pilotphase hat gezeigt, dass es grosse Unterschiede zwischen den Jugendgruppen in Bezug auf das Interesse für einzelne Themen gibt.

4. Nun wird eine junge Person mit einem Zufallsgenerator ausgewählt und beauftragt, für eine der Fragen (in der Regel diese, die am meisten interessiert) vor der ganzen Gruppe eine Antwort zu geben.

Die Pilotphase hat gezeigt, dass die junge Person mit grosser Wahrscheinlichkeit mit dieser Aufgabe überfordert ist. Der Multiplikator / die Multiplikatorin kommt nun zu Hilfe: Er/Sie zeigt ihr einen Tipp-Zettel. Auf dem Tipp-Zettel liest die junge Person eine Empfehlung. Die erste Empfehlung lautet in der Regel: *«Du bist nicht allein mit dieser Aufgabe. Du kannst die anderen um Unterstützung bitten.»*. Mit den Tipp-Zetteln - davon gibt es mehrere - werden die überfachlichen Kompetenzen trainiert. Damit lernt die junge Person, wie sie Informationen sammeln und bewerten kann, aber auch wie sie von der Gruppe Unterstützung bekommt.

5. Wenn die junge Person Anregungen gesammelt und bewertet bzw. ihre Lösung bekannt gegeben hat, darf sie das Blatt drehen und die Antwort von «Abenteuerinsel» zur aktuellen Frage *laut, deutlich und mit überzeugter Körperhaltung* vor der Gruppe vorlesen. Diese Antwort ergänzt wahrscheinlich mit zusätzlichen Informationen die «Lösung» der jungen Person und der Gruppe.



Fachstelle für Gewaltpr. der Stadt ZH 11 | feel-ok.ch

Wenn jemand in der Schulklasse ausgegrenzt oder schlecht behandelt wird und diese Person darunter leidet, wie kann man ihm oder ihr helfen?

Wenn jemand schlecht behandelt wird und darunter leidet, spricht man von psychischer Gewalt.

Dagegen kann und muss man etwas tun. Empfehlungen dazu sind:

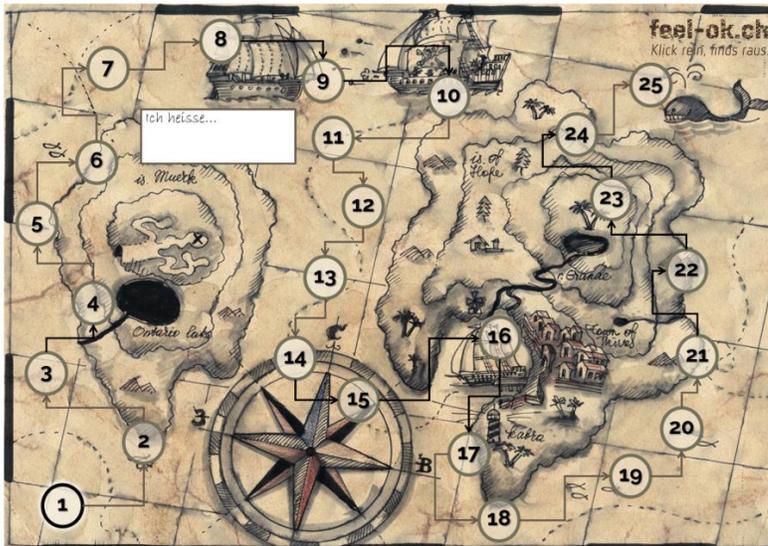
- Selber nicht als Täter oder Mittläufer Mobbing ausüben
- Über Gewalt in der Schule sprechen, z.B. zuerst mit einer kurzen Umfrage, dann mit einer Diskussionsrunde
- Ein kreatives Projekt mit Gewaltprävention als Thema starten, z.B. ein Theaterstück schreiben, einen Film drehen, Songs über Gewalt schreiben, usw.
- Vorschlagen, dass in der Schule eine Streitschlichter-Ausbildung angeboten wird
- Eine Fachperson um Rat bitten

» Für die Umfrage | feel-ok.ch/sprint-gewalt
 » Mehr Tipps | feel-ok.ch/gewalt-ideen
 » Streitschlichter-Ausbildung
ncbi.ch/de/projekte/peacemaker

22 

Die 'Lösung' von Abenteuerinsel als Ergänzung zu den Antworten Jugendlicher.

6. Die junge Person hat - mit Unterstützung von Erwachsenen und von Kollegen / Kolleginnen - eine gute Arbeit geleistet. Deswegen bekommen alle Anwesenden z.B. 5 Punkte und bewegen sich so vorwärts auf der Schatzkarte von «Abenteuerinsel» (jeder Teilnehmer / jede Teilnehmerin hat eine Schatzkarte bei sich). Vom guten Ergebnis profitiert die ganze Gruppe, was sich positiv auf das Ansehen der jungen Person auswirkt. Das Erfolgserlebnis stärkt ihr Selbstvertrauen. Die Gruppe hat nicht nur inhaltlich etwas Neues gelernt, sondern auch neue Kompetenzen erworben, z.B. wie man mit sozialer Unterstützung bestimmte Herausforderungen erfolgreich bewältigen kann. *Von diesen Kompetenzen profitieren die jungen Personen, die sich mit den nächsten Aufträgen auseinandersetzen werden, wie die Pilotphase gezeigt hat.*



Die Schatzkarte, um Punkte zu sammeln und vorwärts zu kommen.

7. Nun startet die zweite Runde: Eine andere junge Person wird nach dem Zufallsprinzip für den nächsten Auftrag gewählt. Sie entscheidet, ob sie ein anderes Thema von Interesse vertiefen will oder ob sie stattdessen eine Lebenskompetenz-Aufgabe bevorzugt (eine sogenannte «Überraschungsaufgabe»).
8. Schritt für Schritt werden die Aufträge von den jungen Menschen bewältigt, das heisst entweder Themen vertieft oder Lebenskompetenzen geübt. Jeder Auftrag benötigt 5 bis 15 Minuten. Falls die Zeit fehlt, kann der nächste Auftrag zu einem späteren Zeitpunkt fortgesetzt werden. Der Einsatz von «Abenteuerinsel» ist so konzipiert, dass die Methode - mindestens in der Schule - auf das ganze Schuljahr verteilt werden kann.
9. Wenn die Jugendlichen eine bestimmte Position erreicht haben (z.B. den Hafen = 16 Punkte oder den Wal = 25 Punkte), haben sie gewonnen. Jeder bekommt eine kleine Süßigkeit als Preis. Falls jemand überdurchschnittlich viele Punkte gesammelt hat, bekommt er / sie zwei Süßigkeiten. Somit sind die Kosten für die Preisvergabe minimal. Da der Multiplikator / die Multiplikatorin volle Kontrolle über die Punkteverteilung hat, kann er/sie steuern, wie weit die Jugendlichen mit den Aufträgen auf der Schatzkarte kommen und entsprechend kann er/sie sicherstellen, dass die Methode mit einem Erfolgserlebnis enden wird.
10. Am Ende des Einsatzes kann der Multiplikator / die Multiplikatorin alle Fragen und Antworten in eine Mappe legen, die für alle Anwesenden zur Verfügung steht. Themen, die mit der Gruppe nicht vertieft wurden, weil sie nur wenige Jugendliche interessieren oder zu «heikel/tabuisiert» sind, können so trotzdem von der «Minderheit» zu einem späteren Zeitpunkt konsultiert werden... bei Bedarf auch privat. Wie man bei persönlichen

oder tabubehafteten Themen vorgeht, dazu informiert «Abenteuerinsel» in der zukünftigen Methodenbeschreibung.

Und wie geht es dann weiter?

Weil «Abenteuerinsel» inhaltlich und methodologisch umfassend ist, kann eine zweite Runde mit 10 neuen Fragen und mit neuen Aufgaben zur Förderung der Lebenskompetenzen eingeleitet werden. Und falls Multiplikatoren/-innen in einem bestimmten Themenkreis mehr Unterstützung brauchen, finden sie in den Unterlagen von «Abenteuerinsel» pro Thema bzw. Frage Informationen über weitere Programme und Unterstützungsangebote, die dazu passen.



Die obige Seite enthält eine Frage zum Thema Häusliche Gewalt. Dabei handelt es sich um ein Spezialgebiet von Kinderschutz Schweiz. Deswegen werden die Arbeitsinstrumente dieser Organisation sowie Leitfäden von regionalen Partnern/-innen aufgelistet. Wenn es zum aktuellen Thema passt, werden an dieser Stelle Programme wie MindMatters und Start Now oder Angebote wie IdéeSport, 147, PeaceMaker und Gorilla erwähnt.

Zeitplan

Die Grundidee von «Abenteuerinsel» wurde mit Schulklassen und mit Lehrpersonen (im Rahmen von Workshops) sowie mit Fachpersonen im Frühling 2019 getestet. Die Ergebnisse sind erfolversprechend und die Rückmeldungen positiv. Deswegen wird die Entwicklung von «Abenteuerinsel» fortgesetzt. Bei der Entwicklungsarbeit werden die inhaltlichen und kantonalen Partner/-innen von feel-ok.ch, sowie die Verantwortlichen anderer Programme und Projekte beteiligt.

Während dem Schuljahr 2019-2020 und 2020-2021 wird «Abenteuerinsel» mit Jugendgruppen getestet und optimiert.

Der Zeitplan sieht vor, Version 1 von «Abenteuerinsel» im Verlauf von 2021 auf feel-ok.ch (und in den kantonalen Versionen) zu veröffentlichen: Videoanleitungen werden zeigen, wie diese Methode mit Jugendlichen eingesetzt wird. Alle verfügbaren Materialien sowie eine Methodenbeschreibung werden online auf feel-ok.ch/methoden abrufbar sein.

Anschliessend werden Fachpersonen, kantonale Partner/-innen, Lehrpersonen, Sozialarbeitende, Jugendarbeitende und andere Multiplikatoren/-innen über das neue Angebot informiert, um sicherzustellen, dass «Abenteuerinsel» genutzt und multipliziert wird.

«Abenteuerinsel» ist eine umfassende Methode mit Entwicklungspotential. Daher sind Weiterentwicklungen und aktualisierte Versionen ab 2021 geplant.

Kontakt: padlina@radix.ch