

# GRUNDLAGEN DER ERLEBNISPÄDAGOGIK

➔ „Erlebnispädagogik ist eine handlungsorientierte Methode und will durch Lernprozesse, in denen junge Menschen vor physische, psychische und soziale Herausforderungen gestellt werden, diese in ihrer Persönlichkeitsentwicklung fördern und sie dazu befähigen, ihre Lebenswelt verantwortlich zu gestalten.“ (Heckmair/ Michl – Erleben und Lernen. Einführung in die Erlebnispädagogik.)

## Prinzipien der Erlebnispädagogik

- ➔ Sicherheit und Verantwortung
- ➔ Ganzheitlichkeit (Lernen mit Kopf, Herz und Hand / Aktion und Reflexion)
- ➔ Handlungsorientierung (Grenzerfahrungen, Herausforderungen)
- ➔ Prozessorientierung
- ➔ Gruppenorientierung
- ➔ Freiwilligkeit (*Challenge by Choice*)
- ➔ Nachhaltigkeit und ökologische Verträglichkeit

## Ziele der Erlebnispädagogik

- ➔ **Persönlichkeitsentwicklung**
  - Förderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung und Reflexionsfähigkeit
  - Klärung eigener Bedürfnisse
  - Entwicklung der Spontaneität, Kreativität
  - Bildung von Selbstvertrauen, -bewusstsein, -wertgefühl
  - Bildung von Vertrauen in andere
- ➔ **Soziale Kompetenzen**
  - Förderung der Kommunikationsfähigkeit
  - Förderung der Kooperationsfähigkeit
  - Entwicklung der Konfliktfähigkeit
  - Übernahme von Verantwortung für sich und andere
- ➔ **Förderung der Lernbereitschaft**
- ➔ **Spaß**

## Medien der Erlebnispädagogik

- ➔ **Gruppe**
- ➔ **Individuum**
- ➔ **Natur**
- ➔ **Teamer|in**
- ➔ **Spiele**
- ➔ **Herausforderung**
- ➔ **Abenteuer**

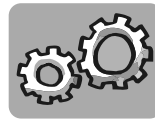
## Elemente der Erlebnispädagogik



➔ handeln



➔ fühlen



➔ denken



➔ reflektieren



➔ Herausforderung



➔ Erfahrung

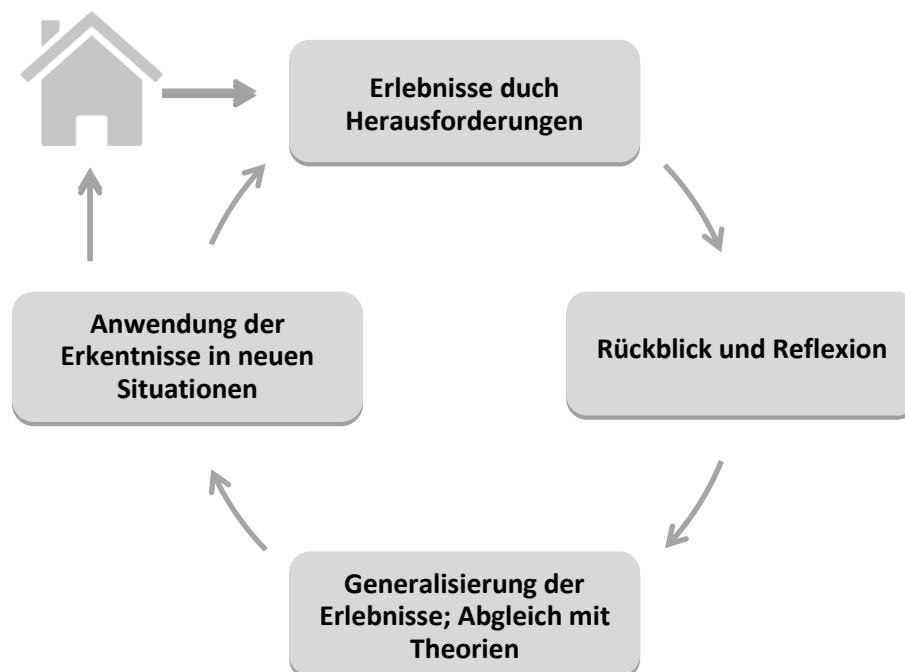


➔ Erkenntnis



➔ Transfer

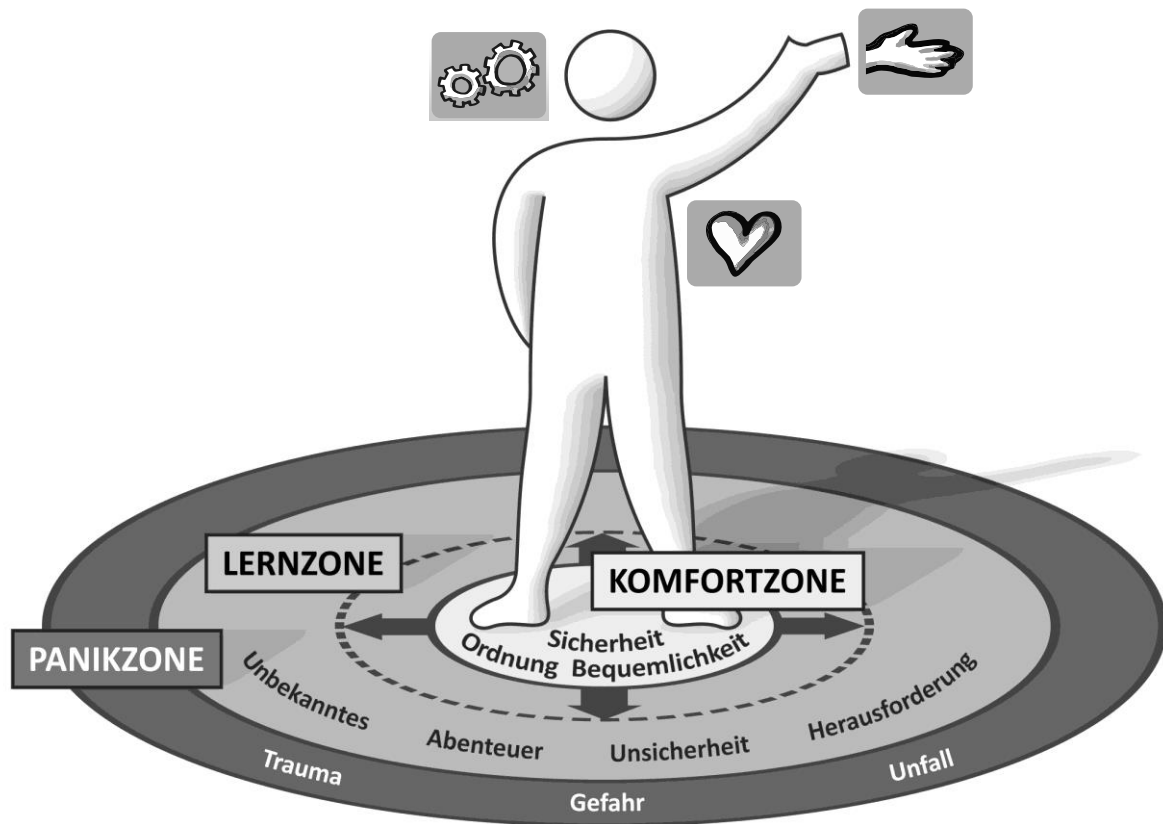
## Erlebnisorientierter Lernzyklus



➔ Der Lernzyklus geht davon aus, dass die Erlebnisse, die durch Herausforderungen (dem Verlassen der Komfortzone) gewonnen werden, rückwirkend reflektiert werden. Diese Erlebnisse werden in einem nächsten Schritt zu einer Erfahrung, die dann wiederum in neuen Situationen angewandt werden.

➔ Im Lernprozess spielt die Form der Verarbeitung der Erlebnisse eine bedeutsame Rolle. Daher wird gerade dieses Thema kontrovers diskutiert. Erlebnispädagogen sind der Ansicht, „[...] daß eine geballte pädagogische Energie in besonderen Erlebnissen liegt, die lange nachwirkt oder nur ins Vorbewusste abgeleitet und nach Bedarf ins Bewusstsein gerufen werden kann.“  
(Heckmair/ Michl – *Erleben und Lernen. Einführung in die Erlebnispädagogik.*)

## Modell der Komfort- und Lernzone



- ➔ Die **Komfortzone** ist die bekannte Welt, in der sich ein Mensch wohlfühlt. Der Aufenthalt in der Komfortzone ist von Sicherheit, Ordnung, Entspannung und Bequemlichkeit gekennzeichnet. Man ist sich seiner Stärken und Fähigkeiten bewusst und zeigt ein selbstsicheres und routiniertes Verhalten.
- ➔ In der **Lernzone** liegt das, was man noch nicht kennt und mit dem man noch keine Erfahrung gemacht hat. Der Schritt hierhin verlangt Mut und Überwindung. In der Lernzone lernt man, indem man gefordert, aber nicht überfordert wird.
- ➔ In der **Panikzone** ist das Lernen nicht mehr möglich, weil das Risiko und die Gefahr zu groß wird. Zu viel an Angst und Unsicherheit ist dem Lernen abträglich – es lähmt, engt ein, führt zu Abwehrhaltung, Horizontverengung, Fluchtreaktion, Regression.

Die Erlebnispädagogik will Herausforderungen anbieten, um die Komfort- und Lernzone zu erweitern. Eingebettet in eine Gruppe, betreut von Erfahrenen BegleiterInnen, mit Vertrauen in die Technik und sich selbst – so kann der Durchbruch in die nächste Zone gelingen. (nach J. Luckner und R. Nadler)

## Aufbau eines Erlebnispädagogisches Szenarios

Wie bei jeder Projektplanung bedarf es auch bei erlebnispädagogischen Settings einiger Vorüberlegungen. So ist die Wahl der Methode an die Teilnehmenden anpassbar, jedoch sollte stets im Blick behalten werden, was das erwünschte Ziel der Maßnahme sein soll und wie es den Teilnehmenden gelingt die gewonnenen Erfahrungen in den Alltag zu transferieren.

### ➔ Die Erfahrung spricht für sich selbst

Das Modell „The Mountains Speak for Themselves“ geht davon aus, dass die Erlebnisse automatisch eine Wirkung auf das Leben im Alltag des Teilnehmers haben. Der Erlebnispädagoge arrangiert die Erlebnisse und gewährleistet dabei ausschließlich die Sicherheit für die Teilnehmer. Eine Reflexion findet hier nicht statt. Auf dieses Modell ist schon am Anfang dieses Kapitels eingegangen worden. Trotz aller bereits genannten Kritik hat es den Vorteil, dass nicht alle Erlebnisse zerredet werden. Die Teilnehmer haben die Möglichkeit eine Erfahrung oder ein Erlebnis ganz für sich zu entdecken, ohne es vor allen Gruppenmitgliedern zu verbalisieren und es damit in seiner Einzigartigkeit zu zerstören.

### ➔ Reflektion von Erfahrungen

Das Modell Outward Bound Plus geht davon aus, dass nur durch eine Reflexion in Form eines Gesprächs nach der Aktion eine kognitive Verarbeitung möglich ist. Dadurch wird das Erlebnis in das Bewusstsein gehoben, ein Bezug zwischen Erlebnis und Alltag hergestellt und eine Verhaltensänderung im Alltag initiiert. Der Teilnehmer soll durch das Gespräch den maximalen Nutzen aus der Aktion ziehen. Der Erlebnispädagoge stellt beispielsweise offene Fragen wie „Habt ihr Euch so verhalten, wie ihr euch normalerweise daheim verhaltet?“ „Seid ihr zufrieden oder was hätte man besser machen können?“ „Wie ist es Euch dabei ergangen? Was habt ihr daraus gelernt? Was würdet ihr beim nächsten Mal anders machen? Kennt ihr vergleichbare Situationen aus eurem Alltag?“

### ➔ Das Metaphorische Modell

Ziel dieses Modells ist es, Situationen so zu gestalten, dass sie eine möglichst große Struktur-ähnlichkeit mit der Realität des Alltags der Teilnehmer aufweisen. Die Teilnehmer sollen schon in der Anleitung der Aktion den Bezug zum Alltag erkennen, z. B. durch eine Metapher oder Geschichte, und verbinden ihr Verhalten während der Aktion bewusst oder unbewusst mit alltäglichen Situationen. Eine Auswertung nach der Aktion bietet die Möglichkeit eines Transfers, die Gewichtung verschiebt sich jedoch zugunsten der Aktion. In der Zukunft kann der Teilnehmer in Situationen im Alltag, die isomorph mit der erlebnispädagogischen Situation sind, auf die gemachten Erfahrungen und erlernten Verhaltensmuster zurückgreifen. Vorteil bei diesem Modell ist, dass die Teilnehmer gezielt gefördert werden können, da immer ein direkter Bezug zum Alltag hergestellt wird. Bezogen auf den Zeitfaktor ist bei diesem Modell positiv zu sehen, dass der Transfer schon während der Aktion beginnt und sowohl Ganzheitlichkeit als auch Handlungsorientierung in den Reflexionen verwirklicht sind.