

Abenteuerinsel (feel-ok.ch)

Die [Abenteuerinsel](#) von [feel-ok.ch](#) fördert verschiedene Lebenskompetenzen auf spielerische Art und Weise. Verschiedene vorbereitete thematische Einheiten und Überraschungsaufgaben können dazu eingesetzt werden. Dieses Dokument bietet einen Überblick über die Rahmenbedingungen für die Durchführung sowie eine konkrete Schritt-für-Schritt-Anleitung für die Bearbeitung des Themas Tabak in der Schule. Alternativ finden Sie online [Video-Anleitungen](#) zur Durchführung. Viel Spass beim Ausprobieren!

Zielgruppe

Abenteuerinsel können Sie mit Schülern*innen ab 12 Jahren einsetzen (der Einsatz von Abenteuerinsel mit Kindern unter 12 Jahren wurde nicht getestet). Optimal ist eine Klassengrösse zwischen 8 und 24 Personen. Abenteuerinsel können Sie sowohl mit disziplinierten diskussionsfreudigen Jugendlichen wie auch mit unruhigen oder 'schwachen' Schulklassen einsetzen. Im ersten Fall handeln die Schüler*innen selbständiger und können oft nach kurzer Zeit eine bemerkenswerte Leistung erbringen. Im zweiten Fall brauchen sie Ihrerseits mehr Führung oder Unterstützung und die Qualität der Leistung ist nicht ganz mit dieser von fortgeschrittenen Klassen vergleichbar. Das Potential, neue Erkenntnisse zu gewinnen und Erfahrungen zu sammeln, haben dennoch alle Jugendlichen, die dafür offen sind: eine Bedingung, die oft anzutreffen ist.

Jugendliche mit Behinderung: Im Rahmen unserer Schulbesuche haben wir mehrmals Klassen mit 1-2 Schülern*innen getroffen, die eine psychische oder motorische Behinderung hatten. Weil Abenteuerinsel aus vielen Tätigkeiten besteht, die in der Gruppe erlebt werden, stellt die Inklusion der Jugendlichen mit Behinderung in zahlreichen Aktivitäten von Abenteuerinsel in der Regel kein Problem dar. Vor allem bei psychischen Behinderungen soll sich der*die Multiplikator*in dennoch genau überlegen, ob eine bestimmte Aufgabe als Leitungsperson von der betroffenen jungen Person mit einer Einschränkung im Rahmen der festgelegten Zeiteinheit erledigt werden kann. Falls Ihre Antwort negativ ist, empfehlen wir Ihnen diskrete Massnahmen umzusetzen, so dass die betroffene junge Person für diese spezifische Aufgabe keine Führungsrolle bekommt oder dass sie von einem*r Kolleg*in als Co-Leiter*in in dieser Rolle unterstützt wird. Falls auch eine Co-Leitungsrolle keine Option ist, kann die betroffene Person als Mitglied der Klasse immer noch wertvolle Anregungen bringen und auf diese Weise Punkte sammeln bzw. ihre Selbstwirksamkeit erleben. Bei motorischen Behinderungen gibt es wenige Überraschungsaufgaben, die eine gewisse Mobilität voraussetzen. Daher muss die Umsetzbarkeit dieser Aufgaben für die betroffenen Jugendlichen geprüft werden, um unnötige Frustrationserlebnisse zu verhindern.

Haltung

Nicht nur, was Sie tun, sondern auch, wie Sie es tun und welche Werte Sie dabei vertreten, spielt eine entscheidende Rolle bei der Frage, ob Abenteuerinsel bei der jungen Anspruchsgruppe eine positive Wirkung erzielt. Basierend auf den Erkenntnissen der motivationalen Gesprächsführung empfehlen wir folgende Werte, wenn Sie Abenteuerinsel mit Jugendlichen einsetzen: Evokation, Gespräch auf Augenhöhe, Akzeptanz und Autonomie, Würdigung nicht nur vom Ergebnis, sondern auch vom Prozess sowie eine gemeinsame Haltung im Setting. ([Unsere Empfehlungen aus der motivationalen Gesprächsführung.](#))

Setting

Im optimalen Fall verwenden Sie Abenteuerinsel in einem Klassenraum. So haben Sie Zugang zur Online-Version dieser Methode, was den Vorbereitungsaufwand minimiert und die Durchführung erleichtert. Dazu benötigen Sie nur einen Computer mit Internetverbindung und einen Projektor. Abenteuerinsel können Sie auch ausserhalb der Schulklasse einsetzen, z.B. im Freien. Das setzt jedoch voraus, dass Sie die benötigten Ressourcen auf Papier ausdrucken, was vor allem für manche Überraschungsaufgaben mehr Aufwand bedeutet. Bestimmte Ressourcen, z.B. Videos, werden ohne Internetverbindung nicht zur Verfügung stehen.

Zeit für die Vorbereitung

Das erste Mal, wenn Sie Abenteuerinsel mit Schulklassen einsetzen – falls Sie sich für unseren Ablauf entscheiden – sollten Sie mit einer Vorbereitungszeit von etwa 1 bis 2 Stunden rechnen: Das ist die Zeit, die Sie benötigen, um diese Anleitung zu lesen, um 5 bis 8 thematische Einheiten zu wählen bzw. zu drucken um 2-3 Überraschungsaufgaben vorzubereiten und um sonstige Materialien zu drucken (z.B. [die Schatzkarte](#), [die Tippzettel](#) usw.). Welche Materialien benötigt werden, steht auf der ersten Seite der Anleitung (Seite 3).

Falls Sie die Ressourcen von Abenteuerinsel nutzen möchten, ohne sich an den von uns empfohlenen Ablauf zu orientieren, kann Ihre Vorbereitungszeit auch nur wenige Minuten betragen, davon abhängig, wie Sie vorgehen möchten: Sie könnten sich z.B. entscheiden, [eine thematische Einheit](#) mit der Schulklasse zu vertiefen oder Sie könnten nur eine Überraschungsaufgabe durchführen (z.B. [die Übung: "Die Tür"](#)).

Anleitung für die Durchführung

Material:

- PDF-Dokumente «[Vornamenzettel](#)», «[methodische Tipps](#)», «[thematische Einheit Sucht](#)», «[Schatzkarte](#)», und allfällige PDFs «[Überraschungsaufgaben](#)»
- 1 Umschlag
- 1 Beutel
- Kleine Preise, falls Sie mit Punkten arbeiten

Vorbereitung:

Drucken Sie die PDF-Dateien «[Vornamenzettel](#)» und «[methodische Tipps](#)» jeweils einmal einseitig, farbig aus. Schneiden Sie die Vornamenzettel aus und legen Sie diese in den Beutel. Schneiden Sie ebenfalls die Tippzettel «[methodische Tipps](#)» aus und legen Sie diese in einen Umschlag, den Sie mit «Tippzettel» beschriften. Drucken Sie das PDF «[Schatzkarte](#)» so oft aus, das jede*r Schüler*in ein Exemplar erhält. Drucken Sie das PDF «[thematische Einheit Sucht](#)» ab Seite 2 einmal doppelseitig aus. Auf der Vorderseite sollten jeweils die Felder: «Kein Interesse», «Mässiges Interesse» und «Interessant» abgebildet sein, während auf der Rückseite die Antwort abgedruckt ist. Bringen Sie diese Interessenblätter im Zimmer bspw. an der Wandtafel an.

Suchen Sie sich für den Anfang 2-3 Überraschungsaufgaben (im PDF «[01 Übersicht Überraschungsaufgaben](#)» finden Sie eine Auflistung aller möglichen Aufgaben) aus, die Sie vorbereiten möchten. Wenn Sie die Abenteuerinsel das erste Mal durchführen, empfehlen wir die Aufgabe «[E1: Die Tür](#)» als Einstiegsübung. Weitere Übungen, die sich gut für Einsteiger*innen eignen, sind: [B1: Finger berühren](#), [B4: Die finstere Höhle](#), [C1: Wie geht es dir?](#), [I1: Der Superstar](#), [K2: Das Schachbrett](#). Alternativ können Sie auch Schüler*innen beauftragen, einzelne Überraschungsaufgaben vorzubereiten, die diese dann mit der Klasse durchführen.

Ablauf:

Schritt 1: Start

Nachdem Sie die Schüler*innen begrüsst und kurz erklärt haben, was in den nächsten Minuten passiert, können die Schüler*innen mit Kreuzen oder Strichen in den Feldern der thematischen Einheit markieren, welche Themen sie interessant finden. Das Thema mit dem grössten Interesse wird vertieft.

Verteilen Sie jede*r Schüler*in einen Vornamenzettel, auf den diese ihren Namen notieren. Die ausgefüllten Zettel werden alle in einem Beutel oder Hut gesammelt. Anschliessend zieht ein*e Schüler*in einen Namen. Die gezogene Person ist ab jetzt die Leitungsperson der Abenteuerinsel.

Verteilen Sie allen Schüler*innen eine Schatzkarte.

Schritt 2: Themenwahl

Die vereinbarte Leitungsperson kommt nun vor die Klasse. Sie kann entscheiden, ob sie das gewählte Thema vertiefen möchte (mit Schritt 3 weiterfahren) oder ob sie stattdessen eine Überraschungsaufgabe (mit Schritt 4 weiterfahren) lösen möchte.

Schritt 3: Thema vertiefen (anhand der 5B-Methode)

1 Begreifen: Sagen Sie zur Leitungsperson: «Deine Frage lautet 'X' (X steht z.B. für 'Welche Gründe überzeugen dich, aufs Rauchen zu verzichten?'). Deine Aufgabe besteht darin, für diese Frage eine gute Antwort zu geben. Schaffst du das, bekommst du Punkte dafür». Entweder die Leitungsperson gibt sofort irgendeine Antwort, sie sagt nichts oder «ich weiss es nicht».

2 Befragen: Bieten Sie falls notwendig methodische Hilfe an. Nehmen Sie dazu Tipp A1 aus dem Tippzettelumschlag und weisen Sie die Leitungsperson darauf hin, den Tipp nicht laut vorzulesen. Wenn die Klasse auf Aufforderung der Leitungsperson nicht hilft, geben Sie ihr Tipp A2. Dass Anregungen Punkte bringen, bringt erfahrungsgemäss jede Schulklasse dazu, mitzuhelfen.

3 Behalten: Oft werden die Leitungspersonen dann mit Anregungen bombardiert. Ob diese wirklich verstanden werden, ist manchmal unklar. Wenn die Leitungsperson nicht von alleine darauf kommt, die Ideen festzuhalten, geben Sie ihr Tipp A3. Das Notieren von Anregungen gelingt nicht allen Schüler*innen gleich gut und oft braucht es ein wenig Übung, bis die Ideen aussagekräftig notiert werden können. Wenn die Leitungsperson Unterstützung braucht, können Sie ihr die Tipps A4, B1 und/oder B4 geben.

4 Bewerten: Wenn Sie das Gefühl haben, dass genügend Anregungen zusammengekommen sind, fragen Sie die Leitungsperson: «Bist du bereit, eine Antwort für die aktuelle Frage X zu geben?». Oft sind die Leitungspersonen damit überfordert, auf die Schnelle die «beste» Antwort aus der Vielzahl von Anregungen herauszusuchen. Um den Bewertungsprozess einzuleiten, können sie folgende Hilfestellung geben: «Du hast viele Anregungen gesammelt. Du weisst aber nicht, welche davon von der Mehrzahl der Schüler*innen befürwortet werden und welche nicht. Bevor du eine Antwort gibst, könnte es interessant sein zu erfahren, wo die Klasse steht. Finden wir es heraus...». Zusätzlich können Sie die Tippzettel C1, C5 und/oder C7 als Unterstützung hinzunehmen.

5 Beenden: Nach Abschluss des Bewertungsprozesses sollte die Leitungsperson abschätzen können, welche Anregung den meisten Zuspruch der Schüler*innen erhält. Somit kann sie nun ihre offizielle Antwort geben. Ob sich die Leitungsperson tatsächlich an die demokratische Mehrheitsentscheidung hält oder aufgrund persönlicher Präferenzen entscheidet, ist irrelevant. Mit dem Tippzettel D2 können Sie erfahren, warum die Leitungsperson diese spezifische Antwort gewählt hat.

Punkteverteilung: Egal welche Antwort von der Leitungsperson gegeben wird, erhält sie z.B. 4 Punkte dafür. Auch die restlichen Schüler*innen bekommen für ihre Anregungen Punkte. Die Punkte können dann auf der Schatzkarte notiert (bzw. die Felder abgestrichen) werden. WICHTIG: belohnt wird nicht das Ergebnis, sondern der Weg dahin und die aktive Teilnahme. Sie können die Schüler*innen nun zum Abschluss der Frage die fachliche Kurzantwort auf der Rückseite des Interessenblatts der thematischen Einheit vorlesen (alternativ können Sie die Antwort-Videos auf feel-ok zeigen. Diese finden [unter der jeweiligen Frage](#), wenn sie auf Antwort einblenden und dann auf das Video-Symbol klicken). Weisen Sie die Schüler*innen darauf hin, sich Notizen auf ihrer Schatzkarte zu machen. Um das Notizenmachen attraktiver zu gestalten, erwähnen Sie, dass am Ende des Spiel Extrapunkte für Notizen vergeben werden.

Erläuterung: Nach der praktischen Erfahrung, können Sie die angewendete 5B-Methode ausführlich erläutern. Dazu können Sie die [5B-Vorlage](#) von feel-ok auf eine Leinwand projizieren. Damit können Sie anschaulich erklären, wie man Themen systematisch bearbeiten kann. Falls die Klasse oder Sie das Gefühl haben, dass es gut wäre, das besprochene

Thema noch zu vertiefen, finden Sie auf der Rückseite der Interessenblätter oder online zusätzliche Ressourcen dazu. Fahren Sie nun mit Schritt 5 fort.

Schritt 4: Entscheid für Überraschungsaufgabe

Im PDF «[01 Übersicht Überraschungsaufgaben](#)» finden Sie verschiedene Übungen zu den Lebenskompetenzen: Selbstwirksamkeit, Achtsamkeit, Gefühlswahrnehmung, Beziehungsfähigkeit, Kritisches Denken, Selbstkritisches Denken, Stressbewältigung und Entscheidungen treffen. Wählen Sie eine Überraschungsaufgabe aus, die Sie mit der Klasse durchführen möchten. Wenn Sie die Abenteuerinsel das erste Mal machen, empfehlen wir zum Start eine der folgenden Aufgaben: [E1: Die Tür](#), [B1: Finger berühren](#), [B4: Die finstere Höhle](#), [C1: Wie geht es dir?](#), [I1: Der Superstar](#), [K2: Das Schachbrett](#). Sie können die Überraschungsaufgabe vorbereiten oder Sie können im Vorfeld eine*n Schüler*in beauftragen, eine Übung vorzubereiten und diese dann mit der Klasse durchzuführen (siehe Abschnitt «Vorbereitung»).

Punkteverteilung: Nach Abschluss der Überraschungsaufgabe können Sie die Punkte verteilen. Orientieren Sie sich dazu an den Empfehlungen der jeweiligen Überraschungsaufgabe.

Schritt 5: 2 Runde

Wenn Sie die thematische Einheit oder eine Überraschungsaufgabe erledigt haben, ist die erste Runde vorbei. Sie können dann eine zweite Runde einleiten, indem ein*e neue*r Schüler*in die Funktion der Leitungsperson übernimmt. Dann fahren Sie wie in Runde 1 fort.

Sie können selbst entscheiden, wie viele Runden Sie machen möchten. Als die Abenteuerinsel getestet wurde, konnten in 60 Minuten (inkl. Pausen) 3-5 Runden durchgeführt werden. Es ist auch möglich die Abenteuerinsel in mehrere Phasen aufzuteilen. Sie können beispielsweise eine Runde durchführen und die nächste erst in der nächsten Woche. Die Abenteuerinsel passt sich Ihren Bedürfnissen an; fühlen Sie sich frei, so vorzugehen, wie Sie es für richtig halten.

Schritt 6: Abschluss der Abenteuerinsel

Wenn die letzte Runde vorbei ist, prüfen Sie auf der Schatzkarte, welche Notizen die Jugendlichen aufgeschrieben haben. Einerseits finden Sie so heraus, was die Jugendlichen gelernt haben, andererseits können Sie Extrapunkte vergeben, für jene, die die Aufgabe, Notizen zu schreiben, ernst genommen haben.

Wenn Sie die Schatzkarten prüfen, erfahren Sie auch, wie viele Punkte maximal gesammelt wurden: Es ist dabei möglich, dass niemand das Ende der Schatzkarte, nämlich 40 Punkte, erreicht hat. Das ist auch nicht notwendig. Wenn z.B. die höchste Zahl die Position Nr. 30 ist, dann gilt diese Zahl als Referenz. Wer 30 Punkte gesammelt hat, hat den Hauptpreis gewonnen (z.B. zwei Süßigkeiten). Die anderen Schüler*innen haben den Trostpreis gewonnen (z.B. eine Süßigkeit). So endet der Einsatz mit guter Stimmung. Die Schatzkarte können die Jugendlichen behalten und sich hoffentlich in Zukunft von ihren Notizen inspirieren lassen.