

L-Q  
Erwachsen  
werden

L



25  
JAHRE  
Lions-Quest



Q

# Das Lions-Quest Seminar „Erwachsen werden“ – Informationen und Erläuterungen

Ein Seminar zur Förderung von Lebenskompetenzen  
für Kinder und Jugendliche der Sekundarstufe I

EIN PROGRAMM VON



## Lions-Quest

Das Lebenskompetenzprogramm für junge Menschen

# L



# Q

## Inhalt

.....	<b>Lions-Quest „Erwachsen werden“:</b> .....	<b>Seite 4</b>
	Ein erfolgreiches Lebenskompetenz- und Präventionsprogramm	
.....	<b>Eine intensive Erfahrung:</b> .....	<b>Seite 6</b>
	Praxistraining im Seminar Lions-Quest „Erwachsen werden“	
.....	<b>Das Programmhandbuch:</b> .....	<b>Seite 9</b>
	2,5 kg Ideen und Methoden zum sozial-emotionalen Lernen	
.....	<b>Inklusion:</b> .....	<b>Seite 12</b>
	Gemeinsames Lernen mit Lions-Quest	
.....	<b>Gruppenentwicklung im Klassenraum:</b> .....	<b>Seite 14</b>
	ich + ihr = wir	
.....	<b>Lebenskompetenzen:</b> .....	<b>Seite 15</b>
	Handwerkszeug für die Zukunft	
.....	<b>Schulentwicklung mit Lions-Quest:</b> .....	<b>Seite 17</b>
	Implementierung von Lions-Quest „Erwachsen werden“ an Schulen	
.....	<b>Warum Lions-Quest „Erwachsen werden“?</b> .....	<b>Seite 18</b>
	Zehn Antworten auf einen Blick	

### Impressum

Hilfswerk der Deutschen Lions e. V.  
Bleichstraße 3  
D-65185 Wiesbaden  
Autor: Hartmut Denker, Senior-Trainer

E-Mail: [info@lions-hilfswerk.de](mailto:info@lions-hilfswerk.de)

[www.lions-hilfswerk.de](http://www.lions-hilfswerk.de)  
[www.lions-quest.de](http://www.lions-quest.de)  
[www.lions-youthexchange.de](http://www.lions-youthexchange.de)

Bilder: iStock, getty images, Unsplash  
Gestaltung: DiehlZwei  
1. Auflage, Stand: Januar 2019

## Lions-Quest „Erwachsen werden“:

### Ein erfolgreiches Lebenskompetenz- und Präventionsprogramm

**Prof. Dr. Klaus Hurrelmann**, Sozial-, Bildungs- und Gesundheitswissenschaftler aus Bielefeld, hat die Entwicklung von Lions-Quest in Deutschland entscheidend geprägt und war langjähriges Mitglied im **Wissenschaftlichen Beirat** von **Lions-Quest**.

**Prof. Hurrelmann** sieht in der Vermittlung sozialer Kompetenzen das wirkungsvollste Instrument zur Verminderung jugendlichen Problemverhaltens. Lions-Quest „Erwachsen werden“ wirkt nachweislich gegen Versagen in der Schule, Gewaltbereitschaft und Missbrauch von Suchtmitteln.



„Es gibt wohl kaum ein anderes Programm zur Förderung sozialer Kompetenzen, das so nachhaltig und erfolgreich das Schulsystem in Deutschland bereichert hat wie Lions-Quest. Mit seinem innovativen Grundprinzip, die Kompetenz von Kindern und Jugendlichen in Gruppenprozessen durch soziales und emotionales Lernen zu stärken, hat es Maßstäbe gesetzt. Es hat dafür gesorgt, dass soziale Lernprogramme und Kompetenztrainings in die schulische Bildungsarbeit integriert wurden und eine wichtige Ergänzung zum regulären, fachbezogenen Schulunterricht darstellen.“

Prof. Dr. Klaus Hurrelmann  
Festrede auf dem Kongress der Deutschen Lions, Berlin 2017



L-Q  
Erwachsen  
werden

Lions-Quest „Erwachsen werden“ ordnet sich als unspezifisches Präventionsprogramm für 10- bis 14-jährige Kinder und Jugendliche dem Ansatz der **Life-Skills-Erziehung (Lebenskompetenz-Erziehung)** zu. Die aktuelle Forschung sieht in diesem Ansatz die größten Erfolgsaussichten bei der Prävention selbst- und fremdgefährdenden Verhaltens.

Das Hauptziel von Lions-Quest „Erwachsen werden“ liegt darin, das Miteinander, die Lernerfolge und das Klassenklima zu verbessern, indem die Lebens- und Sozialkompetenzen der Kinder und Jugendlichen aktiv gefördert werden. Dementsprechend zielt das Programm u. a. darauf ab

- die psychosoziale Kompetenz junger Menschen zu entwickeln und zu stärken,
- sie in ihrer Fähigkeit zu fördern, ihr Leben eigenverantwortlich in die Hand zu nehmen,
- sie zu befähigen, eigene Entscheidungen sicher zu treffen und umzusetzen,
- sie in die Lage zu versetzen, Konflikt- und Risikosituationen erfolgreich zu begegnen und für Probleme, die gerade in der Pubertät gehäuft auftreten, positive Lösungen zu finden.

Die Nachhaltigkeit von Lions-Quest wurde in mehr als 50 internationalen Studien nachgewiesen. Seit 1994 ist Lions-Quest „Erwachsen werden“ fester Bestandteil schulischer Präventionsarbeit in Deutschland und wird von den Kultusministerien aller Bundesländer anerkannt. Organisiert und betreut wird Lions-Quest vom **Hilfswerk der Deutschen Lions e. V. (HDL)** in Wiesbaden.



„Lions Quest ist eine Erfolgsgeschichte, die wir gemeinsam weiterschreiben. Von diesem Programm profitiert die ganze Schülgemeinschaft.“

Andreas Stoch, Kultusminister a. D. in Baden-Württemberg, anlässlich der Unterzeichnung des Lions-Quest Kooperationsvertrages am 1. März 2016

## Eine intensive Erfahrung:

### Praxistraining im Seminar Lions-Quest „Erwachsen werden“

Lions-Quest „Erwachsen werden“ wird im Rahmen eines Fortbildungsangebotes für Lehrkräfte der Sekundarstufe I vermittelt. Die zweieinhalb Seminartage mit 23 Unterrichtsstunden sind betont praxisorientiert aufgebaut. Nach dem Prinzip „Learning by doing“ vermittelt das erfahrungsbasierte Seminarkonzept einen authentischen Eindruck davon, wie Lions-Quest „Erwachsen werden“ in Schulklassen eingesetzt werden kann. Alle teilnehmenden Lehrkräfte erhalten ein ca. 500 Seiten umfassendes Programmhandbuch mit Unterrichtsmaterial zum sozial-emotionalen Lernen.



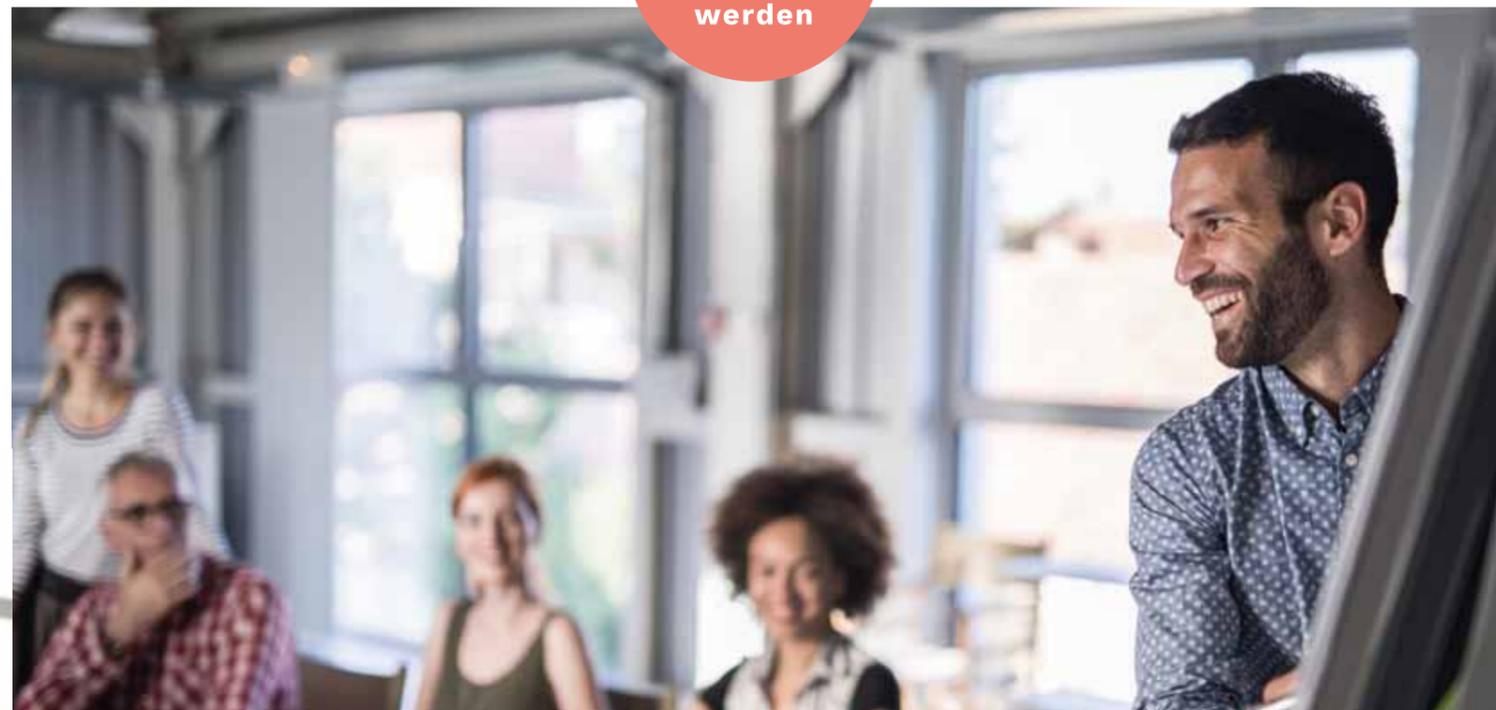
6

„Mit viel Freude haben wir die Gelegenheit genutzt, an der sehr interessanten und für unsere weitere Bildungsarbeit hilfreichen Fortbildung Lions-Quest „Erwachsen werden“ teilzunehmen. Wir haben aus der von der Trainerin sehr engagiert und kompetent moderierten Veranstaltung sehr viel gelernt und freuen uns nun, dies an unsere Schülerinnen und Schüler weitergeben zu können.“

“

Lehrerinnen und Lehrer der Christine-Brückner-Schule in Bad Emstal und der Elisabeth-Selbert-Schule in Zierenberg

L-Q  
Erwachsen  
werden



7

Im Seminar erhalten die Lehrkräfte die Gelegenheit, das Unterrichtsmaterial praktisch auszuprobieren. Dabei erleben sie sowohl kurze, schnell umsetzbare Aktivitäten wie beispielsweise Energizer als auch längere Unterrichtssequenzen aus der Schülerperspektive. Nach jeder Aktivität wird die Übertragbarkeit auf den Schulalltag reflektiert. Die Teilnehmenden bekommen auch die Möglichkeit, Teile des Seminarprogramms aus Sicht der Lehrkräfte auszuprobieren. Anschließend ist Raum, die Rolle der Lehrkräfte bei der Arbeit mit Lions-Quest „Erwachsen werden“ im Schulalltag in den Blick zu nehmen.

Lions-Quest „Erwachsen werden“ spricht Lehrkräfte aller Schulformen der Sekundarstufe I an. Der Austausch unter Kolleginnen und Kollegen mit unterschiedlichen Zielgruppen wird von den Teilnehmenden als gewinnbringend erlebt.

#### Die Ziele des Seminares



#### Die teilnehmenden Lehrkräfte lernen Lions-Quest „Erwachsen werden“ kennen ...

- ... durch die Vermittlung von Informationen,
- ... durch gemeinsame Aktivitäten,
- ... durch das Erleben des Programmes in verschiedenen Rollen,
- ... durch Erfahrungen und deren Reflexion.

### Professionelle Leitung

Die Seminare werden ausschließlich von zertifizierten Lions-Quest Trainerinnen und Trainern geleitet, die eigens für diese Tätigkeit eine qualifizierte Ausbildung von international zertifizierten Senior-Trainerinnen und -Trainern erhalten. In der Regel haben alle Lions-Quest Trainerinnen und Trainer einen beruflichen Hintergrund als Lehrkraft im Schuldienst und sind bestens mit den Anforderungen und Gegebenheiten im Unterricht vertraut.

### Positive Rückmeldungen

Die Lehrkräfte werden handlungsorientiert für die Arbeit mit dem Unterrichtsmaterial Lions-Quest „Erwachsen werden“ in der Schulklasse vorbereitet und motiviert. In der Regel gelingt das: Die Seminare werden von den Teilnehmenden überwiegend mit „sehr gut“ bewertet.

8 „ Ich muss sagen, das war das Beste an Fortbildung, was ich je erlebt habe. Ich habe nicht nur viel für meine Schüler und über meine Schüler erfahren, sondern auch viel über mich selbst und mein Verhalten in einer Gruppe, ganz abgesehen von einigem technischen Know-how für eine fruchtbare Gruppenarbeit. Das Seminar war informativ, anregend und Horizont erweiternd, und dabei absolut stressfrei und humorvoll. Ich werde es allen meinen Kollegen und Kolleginnen wärmstens empfehlen und wünsche mir noch viele solcher wertvollen Veranstaltungen. “

Irmgard Teich, Lehrerin

### Wirkungspotenziale

Nach dem Seminar entfaltet die Fortbildung ihre Wirkung bei der praktischen Umsetzung in der Schule.

### Lehrkräfte ...

- ... entwickeln grundlegende Kompetenzen für die Förderung einer positiven Gruppenentwicklung in Schulklassen, die zu einer Verbesserung des Lernklimas beiträgt.
- ... werden im Schulalltag entlastet und begegnen Stressfaktoren gelassener.
- ... werden sensibilisiert und gestärkt bezüglich ihrer eigenen pädagogischen Handlungsmöglichkeiten und den damit verbundenen Wirkungspotenzialen auf Kinder und Jugendliche.
- ... werden sensibilisiert für die eigene Haltung in Bezug auf ihre berufliche Rolle.
- ... wenden Methoden und Prinzipien des sozial-emotionalen Lernens erfolgreich auch in inklusiven Settings an.
- ... können bewusster und zielgerichteter mit Konflikten und Mobbing umgehen.
- ... identifizieren sich stärker mit den berufsspezifischen Bildungs- und Erziehungszielen und fördern dadurch gezielt Lebenskompetenzen.

## Das Programmhandbuch:

2,5 kg Ideen und Methoden zum sozial-emotionalen Lernen



Das Programmhandbuch zum Lions-Quest Seminar „Erwachsen werden“ erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer während der zweieinhalbtägigen praxisorientierten Fortbildung. Nach erfolgter Teilnahme können Lehrerinnen und Lehrer das Programm in ihrem Unterricht einsetzen. Die 4., aktuelle Ausgabe des Programmhandbuchs „Erwachsen werden“ kann von Seminarteilnehmerinnen und -teilnehmern, die im Besitz einer älteren Ausgabe sind, im Webshop von Lions-Quest bestellt werden ([www.lions-quest.de](http://www.lions-quest.de)). Ein Nachweis über die Seminarteilnahme ist erforderlich.

### Praxisgerechte Gliederung

Das Programmhandbuch unterscheidet deutlich zwischen Theorie- und Praxisteil. In den „Informationen“ (i) finden Leserinnen und Leser wertvolle theoretische Hintergründe zum Seminar, ergänzt durch viele Themen zur praktischen Umsetzung.

### Gliederung des Programmhandbuches „Erwachsen werden“

i Informationen

1. Gute Gemeinschaft
2. Gesundes Selbstvertrauen
3. Vielfältige Gefühle
4. Wichtige Mitmenschen
5. Klärende Kommunikation
6. Kluge Entscheidungen

### Anhang M –

Hinweise zu verwendeten Methoden

### Anhang E Energizer –

Eine Sammlung kreativer Aktivitäten

### Themen:

- Geschichte von Lions-Quest
- Lebenskompetenzen
- Sozial-emotionales Lernen
- Umsetzung in der Schule
- Grundsätze im Unterricht
- Rolle der Lehrkräfte
- Phasen der Gruppenbildung
- Inklusion
- Fehlverhalten und Störungen
- Begleitende Elternarbeit



L-Q  
Erwachsen  
werden

**Auf die Inhalte kommt es an ...**

Die o. g. sechs Kapitel des Programmhandbuches enthalten konkrete Unterrichtsvorschläge und bilden ein fächerübergreifendes Curriculum „Soziales und emotionales Lernen“. Es bietet zahlreiche Anlässe, Eltern und das soziale Umfeld der Kinder und Jugendlichen einzubeziehen. Auf einer Service-CD sind alle Materialien für die Schülerinnen und Schüler zusammengestellt. Die Materialien können von der Lehrkraft lerngruppengerecht verändert und situationsgerecht eingesetzt werden.

„Das umfangreiche Material, das uns in Form des Ordners „Erwachsen werden“ zur Verfügung gestellt wurde, bietet uns nun eine Fülle von Anregungen zur Unterrichtsgestaltung, die wir inzwischen in Form von kleineren oder größeren Stundenanteilen umsetzen konnten.“

Oliver Klis, Gymnasium Möckmühl

**Immer aktuell: Ständige Weiterentwicklung von Lions-Quest „Erwachsen werden“**

Bei der Weiterentwicklung von Lions-Quest „Erwachsen werden“ wird auf die Erfordernisse der gesellschaftlichen Entwicklung und auf Anregungen der Anwender reagiert.

In der gegenwärtigen 4. Ausgabe befassen sich sechs aktuelle Themen mit **verschiedenen Kulturen innerhalb einer Klasse, mit Gewaltprävention, mit Regeln und Verantwortung im Internet, mit Urteilen und Vorurteilen und mit Zeitmanagement.**

5.08 WENN ALLE GEGEN MICH SIND – MOBBING

Wenn Mobbing ein wichtiges Thema in Ihrer Klasse oder an Ihrer Schule ist, können Sie – vielleicht gemeinsam mit anderen Kollegen – überlegen, ob sie das Thema weiter ausdehnen (siehe auch „Zugabe“).

Das Wort Mobbing stammt vom englischen Verb „mob“ (bedrängen, über jemanden herfallen). Ein Verhalten, das wir Mobbing nennen, wird in englischen „bullying“ (schikarieren, tyrannisieren) genannt.

Mobbing kann ein Problem werden für kleine, zurückhaltende oder sensible Schüler, die einem Täter schwach erscheinen und bei denen er wenig Widerstand erwartet. Aber auch auffällige, weniger beliebte, leicht reizbar oder aggressive Schüler werden gerne als Opfer ausgesucht. Beachten Sie bitte, dass solche Opfermerkmale nicht die Ursache von Mobbing sind. Niemand ist selbst schuld, wenn er Mobbing-Opfer wird, mag er noch so anders, empfindlich, nervig oder unbeliebt sein. Auch völlig unzufällige, ja sozial kompetente, attraktive und vorher beliebte Schüler können zu Mobbing-Opfern werden. Es beginnt oft mit kleinen Gedankenspielen oder „normalen“ Ärgereien und entwickelt sich erst im Laufe der Zeit zu Mobbing, weil Mobber einen Vorteil davon haben: Spaß, Anerkennung ihrer Gruppe, Gefühl von Macht und Einfluss... Wichtig ist der Blick auf Merkmale des Opfers ist der Blick auf die Mitläufer, Zuschauer, Wegschauer, auf die Täter.

Dem aktuellen Thema **„Mobbing“** wurde deutlich mehr Raum gewidmet als in früheren Ausgaben.

Vorschlag zur Umsetzung

Behalten Sie bitte im Blick: Wir arbeiten eher erfahrungsorientiert als wissensorientiert, eher prozessorientiert als ergebnisorientiert. Im Vordergrund steht die Förderung von Kontakt, Kommunikation und Kooperation und der Blick auf das Gelingen.

Einstieg: Verschiedene Sichtweisen

Zeigen Sie den Schülern ein halbvolleres Glas Wasser.  
„Manche Menschen würden das Glas halbvoll sehen und manche halbleer. Was denkt ihr, warum sehen Menschen das unterschiedlich?“  
(nach einigen Beiträgen) „Unser Selbstvertrauen hängt viel davon ab, wie wir uns selbst sehen. Wenn wir mehr an die Dinge denken, die wir noch nicht können, wird unser Selbstvertrauen eher abnehmen und wir haben wenig Lust, Neues zu lernen. Wenn wir unsere schon erworbenen Fähigkeiten schätzen und entwickeln, wird unser Selbstvertrauen wachsen.“

Lassen Sie kurz die drei Beine des Selbstvertrauens wiederholen: Fähigkeiten entwickeln – Anerkennung bekommen – Verantwortung übernehmen.

Wenn Sie die erste Zugabe aus Lektion 2.01 eingesetzt haben, fragen Sie die Schüler, was sie bei dem Gespräch erfahren haben.

Aktivität 1: „Kein Problem!“ – „Echt Stress!“

Bilden Sie mithilfe von Zufallskarten Fünfer- oder Sechsergruppen. Jede Gruppe soll sich noch einmal hässlich aufteilen. Verteilen Sie in jede Teilgruppe eine Kopie von KV 2.02a und Scheren, in Jede Gruppe zwei Blätter DIN A3 und einen Klebestift.

Schneidet die Karten aus. Sprecht dann miteinander darüber, welche Aufgabe für euch eher einfach oder eher schwierig war. Entschidet euch und ordnet gemeinsam die Karten auf einem Tisch in einer Reihenfolge von „Zu leicht“ bis „Zu schwierig“.

Lions-Quest „Erwachsen werden“ hat eine Struktur, die sich eng am zentralen Thema **„Lebenskompetenzen“** orientiert.

oder wir fragen nicht nach und stellen die Entscheidung einzelner in den Mittelpunkt. Das ist das Recht zu passen.

ALTERNATIVE ZU AKTIVITÄT 1

(Diese Alternative ist auch für eine Wiederholung zu einem späteren Zeitpunkt mit neuen, selbst gefundenen Beispielen geeignet.)  
Gehen Sie für diese Aktivität am besten auf den Schulhof. Markieren Sie mit Maßstreifen drei Felder auf dem Boden. In jedem Feld sollten alle Schüler gleichzeitig stehen können. Kennzeichnen Sie die Felder mit Maßstreifen in großer Schrift: „bequem und sicher“ – „spannend und interessant“ – „anstrengend und stressig“.

„Feld eins ist das Bequem-und-Sicher-Feld. In diesem Feld ist alles, was ihr schon gut und sicher könnt und auch schon gemacht habt. Was könnte zum Beispiel in diesem Feld sein?“ (Wenige Beispiele erfragen)

„Feld zwei ist das Spannend-und-Interessant-Feld. In diesem Feld ist alles, was ihr noch nicht könnt, das euch aber interessiert, reizt und herausfordert, das ihr ausprobieren müchtet. Was könnte zum Beispiel in diesem Feld sein?“ (Wenige Beispiele erfragen)

„Feld drei ist das Anstrengend-und-Stressig-Feld. In diesem Feld ist alles, was euch Stress oder Angst macht und das ihr lieber nicht tun müchtet – zumindest in nächster Zeit noch nicht. Was könnte zum Beispiel in diesem Feld sein?“ (Wenige Beispiele erfragen)

„Ich würde euch jetzt einige Tätigkeiten vorgeben und ihr stellt euch bitte in das...“

Durch ein übersichtliches Layout und die Gliederung der Lektionen in teilweise aufeinander aufbauende, teilweise unabhängige Aktivitäten wird die Vorbereitung des Unterrichts für Lehrkräfte erleichtert und bleibt flexibel.

Ein Selbstporträt  
Ergänze bitte die folgenden Satzanfänge.

Die drei liebsten Dinge zum Essen sind für mich \_\_\_\_\_

In den Ferien möchte ich am liebsten \_\_\_\_\_

Manchmal träume ich davon \_\_\_\_\_

Wenn ich einen Wunsch frei hätte, würde ich gern \_\_\_\_\_

Die Kopiervorlagen sind ansprechend gestaltet und schülergerecht in der Sprache. Mit Hilfe der Service-CD können diese Arbeitsblätter problemlos an die individuellen Bedürfnisse der Gruppe angepasst werden.

**Beispielkapitel: Kluge Entscheidungen**

Im Kapitel 6 **„Kluge Entscheidungen“** geht es um alltägliche Entscheidungen und um Dilemma-Situationen, die im Alltag von Kindern und Jugendlichen für alle Lebensbereiche große Bedeutung haben. Das Thema Sucht ist integriert, denn besonders hier braucht es die Fähigkeit zu richtigen Entscheidungen.

6. KLUGE ENTSCHEIDUNGEN

Inhaltsverzeichnis

Informationen zu Kapitel 6 ..... 2

6.01 Werte beeinflussen meine Entscheidungen ..... 6

6.02 Gefühle und Verhalten ..... 12

6.03 Klären und klug entscheiden ..... 16

6.04 Nein sagen – wichtig, aber nicht einfach ..... 22

6.05 Der erstaunliche Balanceakt des Körpers ..... 29

6.06 Wünsche und Werte ..... 34

6.07 Ein kleiner Blick in die Zukunft ..... 38

6.08 Vorbilder ..... 42

6.09 Was heißt „Erfolg“? ..... 46

6.10 Fünf Schritte zum Ziel ..... 49

6.11 Gemeinsam geht es leichter ..... 55

6.12 Probiert, nicht geklappt: noch mal! ..... 58

6.13 „Lebenserinnerungen“ ..... 63

Anhang Arbeitsblätter und Kopiervorlagen zu Kapitel 6

**Zusatzmaterial**

Für die weitere Unterstützung der täglichen Unterrichtsarbeit bietet Lions-Quest eine Auswahl von Zusatzmaterialien an, die über den Webshop von Lions-Quest ([www.lions-quest.de](http://www.lions-quest.de)) bezogen werden können.

Im Angebot sind u. a. ein Schülerordner, ein Elternheft und Elternbriefe, eine CD mit Vorlagen zur Gruppeneinteilung, ein Energizer-Handbuch, eine Informations-CD und ein Flyer.

Seit der Ratifizierung der Behindertenrechtskonvention der Vereinten Nationen im Jahr 2009 stehen Gesellschaft und Schulen in Deutschland vor großen Herausforderungen. **Sozial-emotionales Lernen** gewinnt an Bedeutung, wenn die inklusive Schule realisiert werden soll, in der alle Kinder und Jugendlichen – unabhängig von Geschlecht, Herkunft, sozialen oder ökonomischen Voraussetzungen oder besonderen Lernbedürfnissen – ihre Potenziale entfalten können.

### Sozial-emotionales Lernen und inklusive Pädagogik

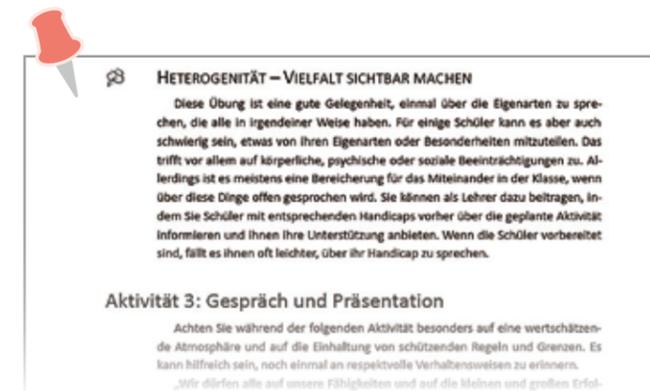
Wissenschaftliche Veröffentlichungen stellen **sozial-emotionales Lernen** als unabdingbares, integrales Element im Kontext inklusiver Bildungseinrichtungen heraus. Die Qualitätsanforderungen an Programme zum **sozial-emotionalen Lernen** sind dabei hoch. Lions-Quest „Erwachsen werden“ erfüllt nachweislich folgende Kriterien für effiziente Ansätze des **sozial-emotionalen Lernens**:

- Berücksichtigung von Diversität und Heterogenität durch Stärkung von Gemeinsamkeiten und Nutzung von Unterschieden
- Gestaltung einer förderlichen Lernumgebung
- Aktive und nachhaltige Werteerziehung durch nachhaltige Implementierung von sozial-emotionalem Lernen in Unterricht und Schule
- Ressourcenorientierung und adäquate Lernanforderungen
- Lebensweltorientierung und persönlich bedeutsames Lernen
- Ganzheitliches Lernen (Verknüpfung von kognitiver Erarbeitung und Handlungsorientierung, sozial-emotionaler Auseinandersetzung und Reflexion)
- Überwinden von Barrieren für Lernen und Teilhabe (Aktivitäten schülerorientiert und entwicklungsgerecht gestalten und jedem ermöglichen, sich einzubringen und persönlich weiterzuentwickeln)
- Individuelle Förderung (individualisiertes Lernen ermöglichen, Optionen der Differenzierung nutzen)

(Hannelore Reicher: Sozial-emotionales Lernen im Kontext inklusiver Pädagogik: Potenziale und Perspektiven. Graz 2010)

### Lions-Quest und inklusive Pädagogik: Eine fruchtbare Verbindung!

Es gibt umfangreiche Hinweise in den „Informationen“ im Programmhandbuch und viele kleine Tipps innerhalb der Lektionen zum Thema Heterogenität. Lernen in heterogenen Gruppen heißt, die Vielfalt sichtbar und erlebbar zu machen. Wenn es gelingt, den Schülerinnen und Schülern immer wieder die Erfahrung zu vermitteln, dass Menschen verschieden sein dürfen und müssen und dass Fremdheit und Vertrautheit gleichermaßen bereichernd sein können, verliert das Andere und Fremde das Bedrohliche.

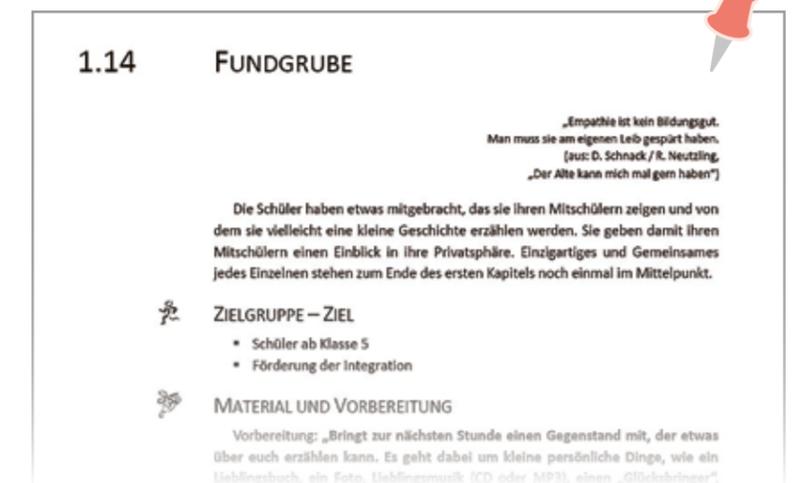


**HETEROGENITÄT – VIelfALT SICHtBAR MACHEN**  
Diese Übung ist eine gute Gelegenheit, einmal über die Eigenarten zu sprechen, die alle in irgendeiner Weise haben. Für einige Schüler kann es aber auch schwierig sein, etwas von ihren Eigenarten oder Besonderheiten mitzuteilen. Das trifft vor allem auf körperliche, psychische oder soziale Beeinträchtigungen zu. Allerdings ist es meistens eine Bereicherung für das Miteinander in der Klasse, wenn über diese Dinge offen gesprochen wird. Sie können als Lehrer dazu beitragen, indem Sie Schüler mit entsprechenden Handicaps vorher über die geplante Aktivität informieren und ihnen Ihre Unterstützung anbieten. Wenn die Schüler vorbereitet sind, fällt es ihnen oft leichter, über ihr Handicap zu sprechen.

**Aktivität 3: Gespräch und Präsentation**  
Achten Sie während der folgenden Aktivität besonders auf eine wertschätzende Atmosphäre und auf die Einhaltung von schützenden Regeln und Grenzen. Es kann hilfreich sein, noch einmal an respektvolle Verhaltensweisen zu erinnern.  
„Wir dürfen alle auf unsere Fähigkeiten und auf die kleinen und großen Erfolge.“

Im Zusammenhang mit dem **sozial-emotionalen Lernen** heißt Inklusion: Die Mitmenschen werden mit ihren Ähnlichkeiten und Unterschieden, mit ihren Stärken und Bedürfnissen wahrgenommen.

Lions-Quest fördert Inklusion durch bewusst initiierte gemeinsame Aktivitäten und Erlebnisse, die zum Lachen oder auch zum Nachdenken anregen, etwa durch Erzählen eigener Erfahrungen und Gefühle, und durch Zuhören. Dabei orientieren sich die Inhalte von Lions-Quest an der Realität und verzichten auf Bewertungen. So sammeln die Schülerinnen und Schüler im Laufe der Zeit immer mehr Lebenserfahrungen mit den wichtigsten Menschen in ihrer Umgebung nach den Eltern: den Gleichaltrigen. Dabei lernen sie nicht nur andere besser kennen, sondern auch sich selbst. So kann das gemeinsame Lernen gelingen.



**1.14 FUNDGRUBE**

„Empathie ist kein Bildungsgut. Man muss sie am eigenen Leib gespürt haben.“  
(aus: D. Schnack / R. Neutzling, „Der Alte kann mich mal gern haben“)

Die Schüler haben etwas mitgebracht, das sie ihren Mitschülern zeigen und von dem sie vielleicht eine kleine Geschichte erzählen werden. Sie geben damit ihren Mitschülern einen Einblick in ihre Privatsphäre. Einzigartiges und Gemeinsames jedes Einzelnen stehen zum Ende des ersten Kapitels noch einmal im Mittelpunkt.

**ZIELGRUPPE – ZIEL**

- Schüler ab Klasse 5
- Förderung der Integration

**MATERIAL UND VORBEREITUNG**

Vorbereitung: „Bringt zur nächsten Stunde einen Gegenstand mit, der etwas über euch erzählen kann. Es geht dabei um kleine persönliche Dinge, wie ein Lieblingsbuch, ein Foto, Lieblingsmusik (CD oder MP3), einen „Glücksbringer“.“

## Gruppenentwicklung im Klassenraum:

ich + ihr = wir



14

**Sozial-emotionales Lernen** in inklusiven Kontexten kann sich nur im Gruppengeschehen vollziehen. Jede Gruppe, die sich neu zusammensetzt, entwickelt sich. In der einschlägigen Literatur zum Thema Gruppendynamik finden sich unterschiedliche Modelle, die dieses Phänomen beschreiben. Gemeinsam ist allen Modellen, dass jede Gruppe Phasen der Entwicklung durchläuft, die unabhängig von Altersstruktur, kulturellen Hintergründen, Sprache etc. ähnlich sind. Lions-Quest Programme bauen auf dieser Erkenntnis auf. Die Grundannahme dabei ist: Je tiefer das Verständnis der Gruppenleitung für das Gruppengeschehen, desto besser stehen die Chancen, die Gruppenentwicklung positiv zu beeinflussen.

### Kompetent Gruppen leiten

Daher stellt das Programm Lions-Quest „Erwachsen werden“ den Lehrkräften eine Reihe von Steuerungsinstrumenten für die Gruppenentwicklung zur Verfügung. Anders ausgedrückt: Lehrkräfte erhalten Handwerkszeug zur Bildung einer guten Klassengemeinschaft. Diese Steuerungsinstrumente werden im Seminar erlebbar gemacht und reflektiert.

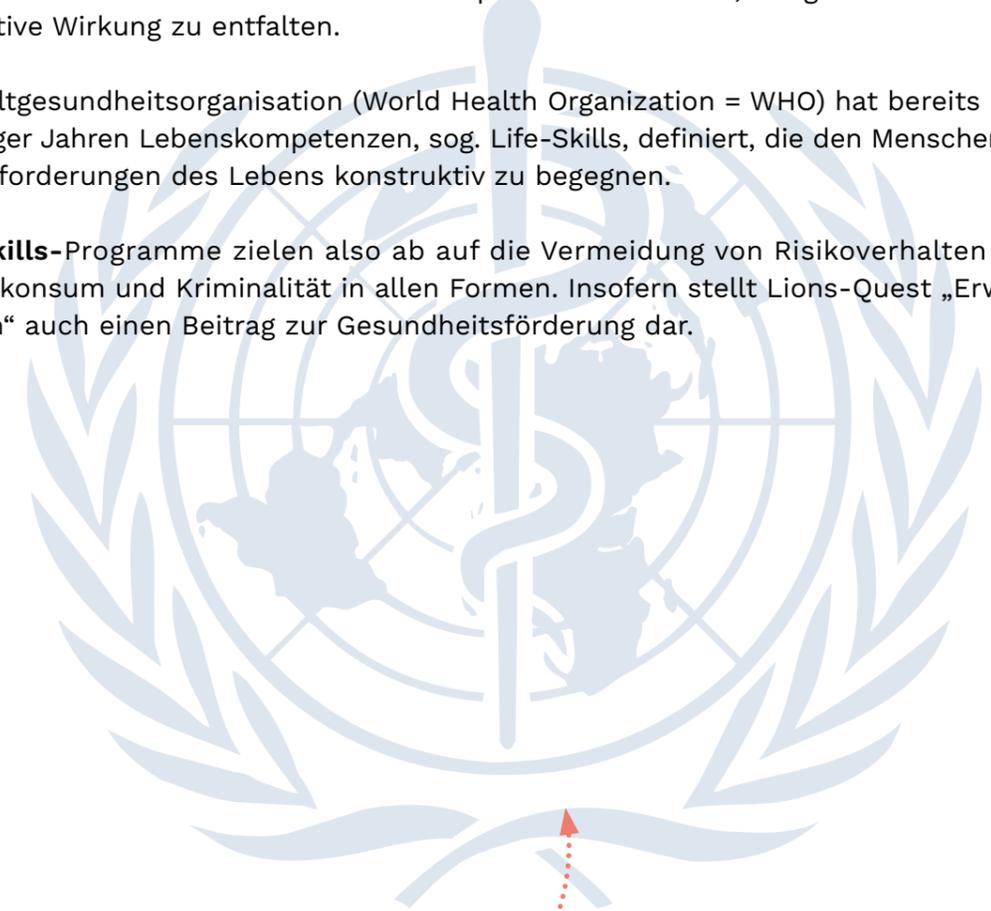
## Lebenskompetenzen:

Handwerkszeug für die Zukunft

Im Lions-Quest „Erwachsen werden“ Seminar fließen Prinzipien des **sozial-emotionalen Lernens** mit dem **Life-Skills-Ansatz** konzeptionell zusammen, um gemeinsam eine präventive Wirkung zu entfalten.

Die Weltgesundheitsorganisation (World Health Organization = WHO) hat bereits in den neunziger Jahren Lebenskompetenzen, sog. Life-Skills, definiert, die den Menschen helfen, den Anforderungen des Lebens konstruktiv zu begegnen.

**Life-Skills**-Programme zielen also ab auf die Vermeidung von Risikoverhalten wie Drogenkonsum und Kriminalität in allen Formen. Insofern stellt Lions-Quest „Erwachsen werden“ auch einen Beitrag zur Gesundheitsförderung dar.



15

### Life-Skills nach WHO:

- Selbstwahrnehmung
- Umgang mit Gefühlen
- Empathie
- Kommunikative Kompetenz
- Beziehungskompetenz
- Entscheidungskompetenz
- Kritisches Denken
- Kreatives Denken
- Problemlösekompetenz
- Stressbewältigung



### Wirkungspotenziale für Schülerinnen und Schüler

Vor diesem Hintergrund sind durch den Einsatz von Lions-Quest „Erwachsen werden“ die folgenden Wirkungspotenziale bei Kindern und Jugendlichen zu erwarten.

#### Schülerinnen und Schüler...

- ... sind in der Lage, ihr Leben selbstverantwortlich, selbstbestimmt und gemeinwohlorientiert zu gestalten.
- ... werden in ihrer emotionalen, sozialen und körperlichen Gesundheit gefördert.
- ... entwickeln eine höhere Resilienz (Resilienz = psychische Widerstandsfähigkeit).
- ... entwickeln eine höhere Resistenz gegenüber gesundheitsschädigenden Verhaltensweisen.
- ... können ihre individuellen Potenziale besser entfalten.
- ... entwickeln Selbstvertrauen, Selbständigkeit und Handlungssouveränität.
- ... erleben und erfahren die erfolgreiche Wirkung des eigenen Handelns bewusst (Selbstwirksamkeitsüberzeugung).
- ... prägen ein Demokratieverständnis aus.
- ... entwickeln ein stabiles Wertesystem (Wertebildung).
- ... neigen weniger zu Gewalt, Kriminalität, politischem und religiösem Extremismus und Rassismus.
- ... gewinnen interkulturelle Kompetenz.
- ... entwickeln während der herausfordernden Phase der Pubertät eine höhere emotionale Stabilität.
- ... können Übergänge (z. B. Schule – Beruf) sowie herausfordernde Lebensphasen und Krisen besser bewältigen.
- ... trainieren ihre Kommunikationskompetenz innerhalb der Familie und tragen damit zur Verbesserung des Familienklimas bei.
- ... verbessern ihre Leistungen in der Schule.
- ... tragen zu einem positiveren, lebensbejahenden Klassen- und Schulklima bei.
- ... sind besser auf die Arbeitswelt vorbereitet durch Erwerb von berufsrelevanten Schlüsselqualifikationen.

16

## Schulentwicklung mit Lions-Quest:

### Implementierung des Programms

### Lions-Quest „Erwachsen werden“ an Schulen

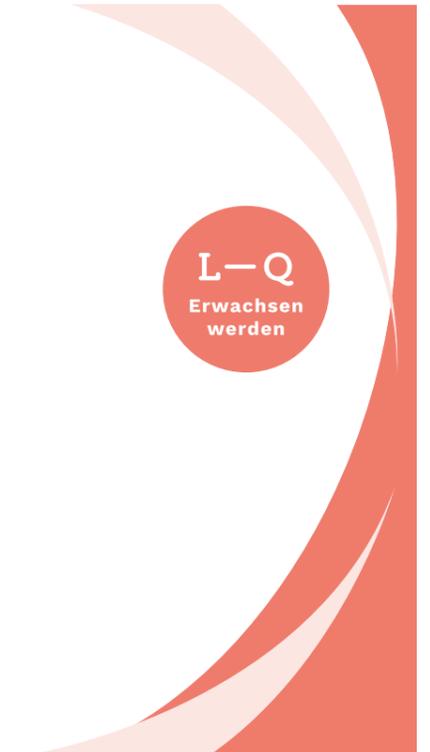
Prävention ist keine einmalige Impfung, sondern sollte langfristig angelegt sein. Mit „**Erwachsen werden**“ stellt Lions-Quest den Schulen ein Curriculum zum sozial-emotionalen Lernen als Langzeitprogramm zur Verfügung. Daher haben sich viele Schulen in Deutschland auf den Weg gemacht, um das Programm Lions-Quest „Erwachsen werden“ in das Curriculum der Schule zu implementieren und in ihr Schulprogramm aufzunehmen.

Es gibt aktuell etwa 70 zertifizierte Lions-Quest Qualitätssiegel-Schulen, die in besonderem Maße Bedingungen geschaffen haben, um eine qualifizierte Umsetzung des Programms zu begünstigen.

#### Praxisbegleitung: Unterstützung für die Schulen

Viele Schulen bekommen Unterstützung durch die Lions-Quest Praxisbegleitung. Dieses System wird in den Bundesländern unterschiedlich gehandhabt, hat aber im Wesentlichen folgende Grundzüge:

- Lehrkräfte von unterschiedlichen Schulen treffen sich regelmäßig in Arbeitskreisen. Sie tauschen sich aus, erhalten neue inhaltliche Impulse und Ideen, wie das Programm in ihrer Schule implementiert werden kann.
- Die Leitung bzw. die Moderation übernehmen engagierte, erfahrene Lions-Quest Lehrkräfte, die eine Ausbildung zum/zur Praxisbegleiter/in absolviert haben.
- Die Lehrkräfte tragen ihre Erkenntnisse in die eigenen Schulen und lassen sie wirken.
- Schulen arbeiten **Lions-Quest „Erwachsen werden“** in das Schulprogramm ein.



17

# Warum Lions-Quest „Erwachsen werden“?

Zehn Antworten auf einen Blick

Die guten Erfahrungen vieler Schulen mit Lions-Quest sprechen für sich. Argumente für Lions-Quest „Erwachsen werden“ gibt es reichlich:



# Unsere Seminar-Angebote

L—Q

Erwachsen  
werden

**Lions-Quest „Erwachsen werden“** fördert aktiv die Persönlichkeitsentwicklung und stärkt soziale, emotionale und kommunikative Kompetenzen bei Kindern und Jugendlichen von 10 bis 14 Jahren. Dabei lernen junge Menschen Resilienz zu entwickeln, Herausforderungen besser zu bewältigen und positive Beziehungen zu ihren Mitmenschen aufzubauen.

L—Q

Erwachsen  
handeln

**Lions-Quest „Erwachsen handeln“** ist die Erweiterung von Lions-Quest „Erwachsen werden“ für die Klassen 10 bis 13. Das Programm verbindet die Stärkung persönlicher Schlüsselkompetenzen mit der Förderung von Demokratieverständnis und politischer Partizipation.

L—Q

Zukunft in  
Vielfalt

**Lions-Quest „Zukunft in Vielfalt“** stärkt die Lebenskompetenzen und verbessert die interkulturelle Kompetenz bei 10- bis 21-jährigen unterschiedlicher Herkunft. Die Akzeptanz von Verschiedenartigkeit und der offene Umgang mit fremden Wertesystemen werden gezielt trainiert.

L—Q

Pädagogischer  
Tag

**Pädagogische Tage** können zum Kennenlernen der Inhalte, Ziele, Wirkungsweisen und Methoden von Lions-Quest „Erwachsen werden“ und/oder Lions-Quest „Erwachsen handeln“ gebucht werden. Praxisorientierte Anwendungsbeispiele runden das Angebot ab.

Sie haben Fragen zu Lions-Quest?

Wir sind gerne für Sie da:

Hilfswerk der Deutschen Lions e. V.

Bleichstraße 3, 65183 Wiesbaden

Tel.: +49 (0)611 99154-81, E-Mail: [info@lions-quest.de](mailto:info@lions-quest.de)

EIN PROGRAMM VON

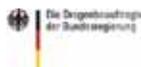


LIONS CLUBS INTERNATIONAL

GESUNDHEITSPARTNER



SCHIRMHERRSCHAFT



EMPFOHLEN DURCH



HILFSWERK DER  
DEUTSCHEN LIONS E.V.  
GEPRÜFT DURCH



ZERTIFIZIERT NACH  
DIN EN ISO 9001:2015

L—Q  
[lions-quest.de](http://lions-quest.de)