

L—Q  
Erwachsen  
handeln



25  
JAHRE  
Lions-Quest



L  
Q

# Informationen und Erläuterungen zur Lions-Quest Fortbildung „Erwachsen handeln“

Ein Seminar zur Förderung von Lebenskompetenzen für  
Jugendliche und junge Erwachsene der Sekundarstufe I und II

EIN PROGRAMM VON



## Lions-Quest

Das Lebenskompetenzprogramm für junge Menschen

# L



# Q

## Inhalt

- ..... **Lions-Quest „Erwachsen handeln“:** ..... **Seite 4**  
Ein erfolgreiches Lebenskompetenz- und Präventionsprogramm
  
- ..... **Nah an der Praxis:** ..... **Seite 6**  
Das 2,5-tägige Fortbildungsseminar
  
- ..... **Anwendungsorientiert und alltagstauglich:** ..... **Seite 8**  
Das Programmhandbuch für Lehrkräfte
  
- ..... **Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile:** ..... **Seite 12**  
Ausgangspunkt Gruppenprozess
  
- ..... **Lebenskompetenzen (Life Skills) –** ..... **Seite 13**  
der Schlüssel zum 21. Jahrhundert
  
- ..... **In aller Kürze:** ..... **Seite 14**  
Zehn Gründe für Lions-Quest „Erwachsen handeln“

**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  
Gestaltung: DiehlZwei  
1. Auflage, Stand: Januar 2019

## Lions-Quest „Erwachsen handeln“:

### Ein erfolgreiches Lebenskompetenz- und Präventionsprogramm

Lions-Quest „Erwachsen handeln“ ist eine Erweiterung des seit 1994 erfolgreich etablierten Fortbildungsangebotes **Lions-Quest „Erwachsen werden“**. Mit der Markteinführung von „Erwachsen handeln“ im Jahre 2014 ging Lions-Quest neue Wege: Bis heute gibt es kein vergleichbares Angebot für die Altersgruppe der 15- bis 21-Jährigen, das allgemeine Lebenskompetenzen systematisch fördert.

Auch inhaltlich vertritt Lions-Quest „Erwachsen handeln“ einen innovativen Ansatz: Die **Förderung selbstbezogener und sozialer Kompetenzen** und die **Stärkung politischer Partizipation sowie demokratischer Kompetenzen** werden konzeptionell miteinander verknüpft und bilden gemeinsam das präventive Potenzial dieses Programms.



„Das primäre Ziel von Lions-Quest „Erwachsen handeln“ ist die **Stärkung der Lebenskompetenzen als Beitrag der schulischen Gesundheitsförderung im Sinne des erweiterten Gesundheitsverständnisses von WHO und UNESCO.**“

**Prof. Uwe Bittlingmayer**, Professor für Allgemeine Soziologie mit Schwerpunkt Bildungssoziologie, Leiter der Entwicklungsgruppe für Lions-Quest „Erwachsen handeln“



L-Q  
Erwachsen  
handeln



Auch in Bezug auf die **Adressaten** des Seminars geht Lions-Quest „Erwachsen handeln“ neue Wege, indem insbesondere jene **Jugendlichen und jungen Erwachsenen** in den Blick genommen werden, **die einer Stärkung und Unterstützung besonders bedürfen**: Seit 2002 verzeichnen die Ergebnisse der Shell Jugendstudien hinsichtlich der Bereitschaft zur politischen Partizipation unter Jugendlichen der mittleren und oberen gesellschaftlichen Schichten einen moderaten Anstieg. Bei Jugendlichen mit geringen Handlungsressourcen ist die Motivation für gesellschaftliches Engagement rückläufig. Lions-Quest „Erwachsen handeln“ leistet einen Beitrag, um diese Lücke zu schließen.

L-Q  
lions-quest.de

„Es geht dabei auch darum, besonders benachteiligte Jugendliche und junge Erwachsene nachhaltig für ihre weitere Biografie zu stärken. Auf diese Weise können wir gesamtgesellschaftlich integrativ wirken.“

Heinz-Jörg Panzner, ehemaliger Lions-Quest Vorstand

## Nah an der Praxis:

### Das 2,5-tägige Fortbildungsseminar

Das Fortbildungsangebot Lions-Quest „Erwachsen handeln“ ist ein 2,5-tägiges Seminar, in dem die Grundprinzipien und Inhalte des Programmes vermittelt werden. Teilnehmerinnen und Teilnehmer loben immer wieder die **Praxisnähe**: Bereits am nächsten Tag ist das Gelernte umsetzbar. Dabei macht sich Lions-Quest die langjährigen guten Erfahrungen mit einem erfahrungsbasierten und handlungsorientierten Seminarkonzept zunutze: Nach den Prinzipien des ganzheitlichen Lernens lernen die Teilnehmenden Teile des Programmes aus der Schülerperspektive heraus kennen. Anschließend reflektieren sie gemeinsam die gemachten Erfahrungen hinsichtlich ihrer Umsetzbarkeit in der Praxis. Sie erhalten außerdem die Gelegenheit, Sequenzen des Programmes selbst anzuleiten und anschließend über die Rolle der Lehrkräfte in der Praxis zu reflektieren. Rückmeldungen zeigen, dass der Austausch zwischen Kolleginnen und Kollegen unterschiedlicher Schulformen für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausgesprochen gewinnbringend ist.

“ Das Seminar „Erwachsen handeln“ war ein voller Erfolg! Ich habe heute gleich etwas in meinem Unterricht ausprobiert und bin immer noch begeistert. Vielen Dank, dass ich teilnehmen durfte, und weiterhin gutes Gelingen! “

S. Ackermann, Teilnehmerin eines Seminares in Ludwigsburg, November 2014

In Lions-Quest „Erwachsen handeln“ Seminaren lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer das Programm kennen durch ...

- ... Informationen über Hintergründe und Wirkungsweise.
- ... gemeinsame Aktivitäten.
- ... Erleben in verschiedenen Rollen.
- ... Erfahrungen und deren Reflexion.

Das Fortbildungsangebot richtet sich an **Lehrkräfte in Regelschulen, die in der Sekundarstufe I und II unterrichten, an Berufsschullehrerinnen und -lehrer im dualen System, Lehrkräfte in Übergangssystemen und an Lehrkräfte an sonstigen beruflichen Schulen.**



“ Die praktische und sofortige Umsetzung im Unterricht: Ich habe noch nie eine Fortbildung besucht, in der dies am nächsten Tag möglich war. Bei Lions-Quest „Erwachsen handeln“ ist es möglich. Und das Wichtigste: Der junge Mensch steht im Mittelpunkt! Seine Förderung ist das wichtigste Ziel – „Erwachsen handeln“ schafft dies! Aber auch der Lehrer als Vermittler und Mediator wird sich seiner neuen Rolle bewusst und kommt dadurch den Jugendlichen sehr viel näher. Wunderbar. Für diese drei erlebnisreichen Tage ganz herzlichen Dank! “

G. Rösch, Studiendirektorin, Abteilungsleitung Berufliche Gymnasien

Die Seminare werden von **professionellen Trainerinnen und Trainern** geleitet, die eigens für das Training von Lions-Quest „Erwachsen handeln“ ausgebildet wurden. In der Regel sind die Trainerinnen und Trainer selbst Lehrkräfte oder haben einen anderen deutlichen Bezug zur schulischen Realität.



# Anwendungsorientiert und alltagstauglich: Das Programmhandbuch für Lehrkräfte

Der sachkundige und effektive **Umgang mit dem Unterrichtsmaterial** ist ebenfalls ein elementarer Bestandteil der Fortbildung. Die Seminarteilnehmerinnen und -teilnehmer erhalten einen ca. **500 Seiten umfassenden Ordner**, der sie in der Folge bei der Vorbereitung des Unterrichts mit Lions-Quest „Erwachsen handeln“ begleitet und unterstützt.

Zwei Jahrzehnte Erfahrung bei der Entwicklung und ständigen Aktualisierung des Programmhandbuches für Lions-Quest „Erwachsen werden“ flossen in die Konzeption des Ordners für Lions-Quest „Erwachsen handeln“ ein. Die praxisgerechte Gestaltung wird von Nutzern geschätzt.

## Zum Aufbau des Ordners:

### Informationen

Im ersten Teil des Programmhandbuches geht es neben allgemeinen Informationen zu Lions-Quest in erster Linie um eine schlüssige Darstellung des besonderen innovativen Gesamtkonzeptes von Lions-Quest „Erwachsen handeln“.

### 2. Warum Erwachsene handeln?

Es besteht kaum ein Zweifel daran, dass mit Lions-Quest *Erwachsen werden* ein überaus erfolgreiches Programm zur Stärkung der Lebenskompetenzen von Schülerinnen und Schülern vorliegt. Seit Ende der neunziger Jahre des Zwanzigsten Jahrhunderts, seit Lions-Quest mit dem Programm *Erwachsen werden* Pionierarbeit in der deutschen Schullandschaft geleistet hat, fand *Erwachsen werden* zunehmend Verbreitung und Akzeptanz an deutschen Schulen und in den Kultusministerien der Bundesländer. Mittlerweile wurden in Seminaren über 90.000 Lehrkräfte darin ausgebildet, mit dem Unterrichtsmaterial von *Erwachsen werden* zu arbeiten. Dabei wurde den Lehrkräften in der Regel die Fortbildung kostenlos (oder mit einem geringen Unkostenbeitrag) durch Spenden der ansässigen Lions Clubs ermöglicht. Bei so einer Erfolgsgeschichte ist es naheliegend zu fragen, warum sich das Hilfswerk der Deutschen Lions, das verantwortlich ist für das Gesamtangebot von Lions-Quest, entschlossen hat, nunmehr *Erwachsen handeln* als Fortsetzung anzubieten. Wir alle wissen, dass die Fortsetzung eines guten Kinofilms in der Regel nicht an das Original heranreicht. Warum also dieses Risiko eines ungelebten zweiten Teils?

Die Argumente für die Notwendigkeit von *Erwachsen handeln* stammen vorrangig aus der Schulpraxis und aus der wissenschaftlichen Begleitforschung von Lions-Quest. Der Wunsch nach einer systematischen Fortsetzung von *Erwachsen werden* wurde in der Schulpraxis mit dem Hinweis darauf begründet, dass sich der Schwerpunkt des Programmeinsatzes von *Erwachsen werden* vor allem in den Jahrgangsstufen 5 bis 7 konzentriert. Zwar wird in einigen Schulen *Erwachsen werden* auch in der achten, neunten und sogar der zehnten Klasse genutzt, aber der Einsatz in den älteren Jahrgangsstufen 8 bis 10 verlangt viel Transformationsarbeit auf Seiten der Lehrkräfte und ist in der Mehrheit der Schulen deutlich unterrepräsentiert. Deshalb wurde aus der Praxis heraus

### Die fünf Module

... sind das eigentliche „Herz“ des Programmhandbuches. Die Beschreibung der Unterrichtssequenzen gliedert sich praxisfreundlich jeweils in die Kategorien „Zielgruppe – Ziel – Zeitbedarf“, „Material und Vorbereitung“, „Informationen zum Thema“ und „Vorschlag zur Stundenplanung“. So haben Lehrkräfte gleich einen Überblick für ihre Planung.

## 1.1 KENNENLERNEN

### 1.1.1 ICH BIN NEU HIER. WAS ERWARTET MICH?

„Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne...“ – So poetisierte Hermann Hesse einst...

Thema 1.1.1 kann die erste Stunde in einer neuen Klasse sein. Für Heranwachsende und Erwachsene ist es besonders wichtig, dass sie wissen, warum sie etwas tun (sollen). Daher wird über die Ziele des Programms „Erwachsen handeln“ informiert. Außerdem finden die Wünsche und Erwartungen an die neue Schule und an die Klasse Berücksichtigung. In niedrigschwelligen spielerischen Übungen kommen alle miteinander in Kontakt.

#### ZIELGRUPPE – ZIEL – ZEITBEDARF

- **Zielgruppe:** Schülerinnen und Schüler aller Altersgruppen, insbesondere neu zusammen gesetzte Klassen
- **Ziel:** Orientierung zu den Zielen des Programms „Erwachsen handeln“, erste Kontaktaufnahme, Kommunikation, erstes Kennenlernen von Gemeinsamkeiten und Unterschieden, Namen kennen lernen, Formulierung von Wünschen und Erwartungen
- **Zeitbedarf:** eine Unterrichtsstunde, bei Nutzung der „Zugaben“ bis zu zwei Unterrichtsstunden

tion, hat sich zur Aufgabe gemacht, sozial-emotionales Lernen (SEL) mit Hilfe von wissenschaftlich hinterlegten Konzepten in Schulen zu fördern. Dem Lernprozess von SEL liegt die Annahme zugrunde, dass effektives Lernen voneinander unterstützenden Faktoren in der Beziehung von sich selbst zu anderen begünstigt wird und so Lernen herausfordernd, bedeutsam und interessant macht. SEL beschreibt einen Lernprozess, in dem die Förderung von fünf miteinander in Beziehung stehenden Kernkompetenzen zu Kenntnissen, Fertigkeiten und Haltungen führen, die Jugendliche auf das Leben vorbereiten.

Die fünf Kernkompetenzen des sozial-emotionalen Lernens nach CASEL sind:

**Selbstbewusstsein:** Wahrnehmung und Einordnung eigener Gefühle, Formulierung eigener Interessen und Werte, Einschätzung persönlicher Stärken und Grenzen, fundiertes Selbstvertrauen, zuversichtlicher Blick in die Zukunft

**Selbstmanagement:** Konstruktiver Umgang mit und Ausdruck von Gefühlen, Stressbewältigung, Impulskontrolle, Überwindung von Rückschlägen, nachhaltige Zielorientierung

**Soziale Wahrnehmung:** Empathie, Lesen von Körpersprache, Wertschätzung von Unterschieden und Gemeinsamkeiten bei Einzelnen und in Gruppen

**Beziehungskompetenzen:** Kooperationsfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Gruppendruck widerstehen können, Vermeidung und konstruktive Bewältigung von Konflikten, Fähigkeit, sich Hilfe zu holen

**Verantwortliche Entscheidungsfähigkeit:** Entscheidungsfähigkeit auf der Grundlage eigener Werte und sozialer Normen, Respekt vor sich selbst und anderen

Die Gruppe befindet sich am Anfang der Gruppenbildung in der „Orientierungsphase“ (siehe Informationen „Einführung“). Sie haben die Gelegenheit, durch geeignete Lenkung den Gruppenprozess auf einen guten Weg zu bringen und Claqueubildung zu vermeiden.

Beginnen Sie bei den Aktivitäten mit einem niedrigen Risikoniveau, damit sich jede/r sicher und wohl fühlen kann. Steigern Sie das Risiko später, um Ihren Schülerinnen und Schülern die Gelegenheit zu geben mehr von sich preis zu geben und auch zu lernen, mit Risiken umzugehen.

L—Q  
Erwachsen  
handeln

## Modul 1

**Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile. In Gruppen zusammenarbeiten**

Modul 1 ist in erster Linie für neue Gruppen konzipiert und enthält viele Aktivitäten für eine positive Gruppenbildung. Auch bereits bestehende Gruppen können Aktivitäten zur Verbesserung der Teamfähigkeit oder Angebote zum Klassenrat nutzen.

## Modul 2

**Selbstkompetenzen: Selbstbewusst und eigenständig handeln**

Modul 2 behandelt vor allem verschiedene Formen selbstbezogener Lebens(-bewältigungs-) Kompetenzen, z. B. sicheres Auftreten, selbstverantwortliche Zielsetzung, Zeitmanagement, Umgang mit Enttäuschungen, Teamgeist und Gerechtigkeitssinn (Selbstkompetenzen).

## Modul 3

**Menschen- und Grundrechte. Eine Brücke zwischen Lebenswelt und Politik**

Modul 3 thematisiert Menschen- und Grundrechte aus verschiedenen Perspektiven. Dabei spielt insbesondere ihre Bedeutung für den eigenen Alltag eine Rolle (Critical Thinking & Advocacy Skills).

## Modul 4

**Soziale Kompetenzen: Handeln in Gemeinschaft und Gesellschaft**

Modul 4 konzentriert sich unter anderem auf die Themen der gelingenden Kommunikation, Kompetenzen zur Konfliktlösung und -schlichtung sowie Fähigkeiten des Umgangs mit sozialer und kultureller Heterogenität (soziale Kompetenzen).

## Modul 5

**Demokratie und Beteiligung. Politik wird von allen gemacht.**

Modul 5 dreht sich um Demokratie als übergreifende Norm. Unter anderem werden verschiedene demokratische Verfahren erfahrungs- und handlungsorientiert erprobt. Außerdem spielen Kompetenzen bürgerschaftlichen Engagements eine entscheidende Rolle (Demokratiepädagogik & Lernen durch soziales Engagement).

### Das Basar-Prinzip

Um der enormen Heterogenität der Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler gerecht zu werden, sind die fünf Module nicht in strengem Sinne aufeinanderfolgend angeordnet. Sie sind so konzipiert, dass die Lehrkräfte sehr **flexibel** mit den einzelnen Unterrichtseinheiten verfahren können. Es ist also möglich, eine Einheit aus dem Modul 4 zu bearbeiten, ohne vorher mit den Modulen 1–3 gearbeitet zu haben. Als Unterricht planende Lehrkraft kann ich mir also aus dem bunten Angebot wählen, was ich benötige – wie auf dem Basar ...

### Das Quercurriculum „Kulturelle Heterogenität“

Mit dem Begriff „Quercurriculum“ ist gemeint, dass „Kulturelle Heterogenität“ ein **modulübergreifender thematischer Schwerpunkt** ist. Das heißt, in nahezu jedem Modul finden sich zu diesem Thema Unterrichtseinheiten, die miteinander verknüpft werden können.

#### Übersicht Quercurriculum Kulturelle Heterogenität

Modul 1 In Gruppen zusammenarbeiten	Modul 2 Selbstkompetenzen	Modul 3 Menschenrechte und Grundrechte	Modul 4 Soziale Kompetenzen	Modul 5 Demokratie und Beteiligung
1.1.2 Gemeinsames - Unterschiedliches	2.1 Selbstvertrauen	3.1 Bedürfnisse, Wünsche, Interessen,	4.1 Gewaltfreie Kommunikation	5.1 Menschenrechte, Partizipation, Demokratie
1.2.1 Die andere Seite	2.2.1 Kommunikation – ganz schön komplex	3.2 Grund- und Menschenrechte	4.2.1 Was mein Name über mich sagt	5.2 Demokratie als Wert und Verfahren
1.3 Teambildung Klassenrat	2.3 Problemlösungs- kompetenzen	3.3 Menschenrechte in Balance	4.2.2 Kulturelle Vielfalt	5.3 Politische Beteiligung
	2.4.1 Kritisches Denken	3.4 Engagement für Menschenrechte	4.2.3 Erkundung des kulturellen Umfelds	5.4 Service Learning
			4.3.2 Vorurteile – lästig oder wichtig?	

### Der „Methodenkoffer“

Das Unterrichtsmaterial Lions-Quest „Erwachsen handeln“ enthält viele **Methoden zum persönlichen, sozialen und politischen Lernen** sowie zum selbstgesteuerten Organisieren von Themengebieten. Diese Methoden werden nach Kategorien sortiert, erläutert und mit einem Hinweis auf den Fundort in den Modulen ergänzt.

#### METHODENKOFFER

*Vorbemerkung: Das Unterrichtsmaterial „Erwachsen handeln“ enthält viele Methoden zum persönlichen, sozialen und politischen Lernen sowie zum selbstgesteuerten Organisieren von Themengebieten. Im Folgenden werden diese nach mehreren Unterpunkten gruppiert. Dabei werden zu Beginn einer jeden Methode die Verwendung und das Potenzial kurz erläutert. Im Anschluss daran folgt eine möglichst detaillierte Beschreibung, damit Sie als Lehrkraft oder pädagogisch Tätiger in die jeweilige Methode einfach in die Praxis übertragen können. Schließlich sind zur besseren Orientierung Verweise auf die fünf „Erwachsen handeln“-Module eingearbeitet. Mit diesem Methodenkoffer verbinden wir auf keinen Fall einen Vollständigkeitsanspruch, sondern betrachten ihn als weitere Service-Leistung für Lehrkräfte, die mit Lions Quest arbeiten möchten. An einigen Stellen wurde der Methodenkoffer deshalb auch mit weiteren Methoden angereichert. Diese sind – wenn sie nicht selbst durch das Entwicklungsteam von „Erwachsen handeln“ erarbeitet wurden – durch Quellenverweise kenntlich gemacht.*

##### Gliederung

1. Ideen sammeln und organisieren
2. Austauschen
3. Argumentieren und Entscheiden
4. Kreativ sein
5. Präsentieren
6. Recherche
7. Feedback und Abschließen
8. Literatur

#### SAMMLUNG ENERGIZER

*Vorbemerkung: Das Unterrichtsmaterial „Erwachsen handeln“ enthält (wie auch schon „Erwachsen werden“) Energizer zum Kennenlernen, Aktivieren oder auch zur Gruppenbildung. Im Folgenden finden Sie die Energizer nach Schwerpunkten gruppiert. In der Regel handelt es sich bei den Energizern um passgenaue Adaptionen für „Erwachsen handeln“. Der jeweilige Verweis auf die Module und Unterrichtseinheiten bietet die Möglichkeit, den thematischen Kontext, für den der jeweilige Energizer vorgeschlagen wird, nachzuschlagen. Nachfolgend sind nur die Energizer aufgelistet, die sich auch unabhängig von einem spezifischen thematischen Kontext einsetzen lassen. Es gibt darüber hinaus in den jeweiligen Modulen einige weitere Übungen mit Energizer-Charakter, die hier nicht aufgelistet sind, weil sie mit dem jeweils behandelten Thema direkt verbunden sind. Die hier aufgeführten Energizer sind – wenn sie nicht selbst von den Autorinnen des Bezugsmoduls entwickelt wurden – mit Quellenverweisen kenntlich gemacht. Unter Berücksichtigung des Alters der hier adressierten Zielgruppen gibt es in „Erwachsen handeln“ deutlich weniger Energizer als in „Erwachsen werden“. Falls Sie mehr Energizer einsetzen wollen, finden Sie in den Literaturangaben am Ende dieses Anhangs einige Quellen.*

##### Gliederung

1. Einstieg in die Stunde
2. Sich kennenlernen und Gemeinschaft fördern
3. Kooperatives Handeln
4. Gruppenbildung
5. Spielerisch einsteigen und aktiv werden
6. Kreativ werden
7. Aufmerksamkeitsfokussierung
8. Literatur

### Die „Sammlung Energizer“

Das Unterrichtsmaterial enthält **Energizer zum Kennenlernen, Aktivieren oder auch zur Gruppenbildung**. In der „Sammlung Energizer“ sind die Aktivitäten nach Schwerpunkten sortiert. In der Regel handelt es sich bei den Energizern um passgenaue Adaptionen für „Erwachsen handeln“. Der jeweilige Verweis auf die Module und Unterrichtseinheiten bietet die Möglichkeit, den thematischen Kontext nachzuschlagen.

## Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile: Ausgangspunkt Gruppenprozess

Alle Lions-Quest Seminare gehen von der Tatsache aus, dass sich in neu zusammengesetzten Gruppen – unabhängig von Alter, Sprachniveau, Religion etc. der einzelnen Gruppenmitglieder – **ein Gruppenprozess in verschiedenen Phasen** vollzieht. Je besser Leiterinnen und Leiter von Gruppen mit diesen Prozessen vertraut sind, desto effektiver können sie mit geeigneten **Steuerungsinstrumenten** die Gruppenentwicklung gezielt positiv beeinflussen. Daher setzt das Seminar Lions-Quest „Erwachsen handeln“ im Modul 1 auf Inhalte und Methoden, die zur **Förderung der Teamfähigkeit** beitragen und einen **gelingenden Gruppenprozess** initiieren. Das Material bietet sowohl etwas für neu entstandene Gruppen (z. B. zum Schuljahresanfang) als auch für bereits bestehende Gruppen.

Übergreifende **Ziele** sind die **Stärkung der Gemeinschaft** und die **Entwicklung einer lernförderlichen Atmosphäre**, die am besten erreicht werden, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:

- 1 Themen und Methoden sind für die Schülerinnen und Schüler transparent.
- 2 Die Schülerinnen, Schüler und Lehrkräfte respektieren und akzeptieren sich gegenseitig in ihrer Verschiedenheit.
- 3 Im kommunikativen Verhalten der Schülerinnen, Schüler und Lehrkräfte spiegeln sich Wertschätzung und Toleranz wider.
- 4 Den Schülerinnen und Schülern sind die Regeln des Umgangs klar und sie werden an ihrer Entwicklung beteiligt.
- 5 Die Schülerinnen und Schüler reflektieren über Lernprozesse, insbesondere auch über Gruppenprozesse.
- 6 Die Schülerinnen und Schüler können den Unterricht aktiv mitgestalten.

Die oben genannten Bedingungen für eine gute Lernatmosphäre werden durch die **passende Auswahl von Inhalten und Methoden** gezielt gefördert. Dazu einige Beispiele: Transparenz für die Schülerinnen und Schüler wird hergestellt, indem zu Beginn nahezu jeder Stunde die Ziele des Unterrichts besprochen werden. Der wertschätzende Umgang mit Heterogenität wird durch einen interaktiven Austausch über Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der Gruppe entwickelt. Die spielerische Auseinandersetzung mit Regeln führt zu einem tieferen Verständnis für die Bedeutung gemeinsamer Normen des Umgangs miteinander in der Gruppe und trägt so zu einer lernförderlichen Atmosphäre bei.

„Dieses Seminar ist in seiner Form einzigartig: Es entwickelte aufgrund der vielen Energizer eine Gruppendynamik in einer solch kurzen Zeit, die außergewöhnlich war. In dieser entspannten, wertschätzenden Atmosphäre war ein effektives und vor allem kreatives Arbeiten möglich, das uns alle erstaunte.“

G. Rösch, Studiendirektorin, Abteilungsleitung Berufliche Gymnasien

## Lebenskompetenzen (Life Skills) – der Schlüssel zum 21. Jahrhundert

**Lebenskompetenzen (Life Skills)** werden häufig auch als „**21st Century Skills**“ bezeichnet, weil Digitalisierung, Globalisierung und zunehmende Mobilität junge Menschen vor komplexe Herausforderungen stellen. Um sie zu bewältigen, benötigen Jugendliche und junge Erwachsene nicht nur Wissen, sondern auch Kompetenzen zur Bewältigung des Lebens. **Lebenskompetenzen sind Persönlichkeitseigenschaften, die in der Sozialisation erworben werden.** Namhafte Organisationen wie **WHO, UNICEF und UNESCO** haben das Konzept der Life Skills als Beitrag zur Gesundheitsförderung geprägt. In Deutschland hat die Förderung von Lebenskompetenzen im Bereich der Prävention, insbesondere der Suchtprävention, weite Verbreitung gefunden.

Für Lions-Quest „Erwachsen handeln“ ist das Konzept der Life Skills von zentraler Bedeutung. Zugrunde liegt dem Programm ein erweitertes Verständnis des Life-Skills-Konzeptes: Die Förderung von Lebenskompetenzen stellt nicht nur eine Stärkung der persönlichen Fähigkeiten des Einzelnen dar, sondern hat eine soziale Dimension im Kontext von Demokratiebefähigung, Stärkung des sozialen Engagements und der politischen Urteilsbildung. Vor diesem Hintergrund ist die Zielsetzung des Programmes Lions-Quest „Erwachsen handeln“ zu sehen: **Jugendliche und junge Erwachsene werden über den Erwerb selbstbezogener Kompetenzen hinaus befähigt, sich für soziale und gesellschaftliche Belange einzusetzen.** Sie erfahren Unterstützung, erwachsen handeln zu lernen.

### „Life Skills ...

... im weiteren Sinne beziehen sich (...) auf ein Set von psychosozialen und interpersonellen Fähigkeiten, wobei es keine abgeschlossene Liste von Fähigkeiten gibt, sondern vielmehr eine Auswahl von Fähigkeiten, die für die Lebensbewältigung wichtig sein können.“

(aus dem Programmhandbuch Lions-Quest „Erwachsen handeln“, Informationen, Seite 15)

### Ziele und Wirkungspotenziale

- **Lebenskompetenzen** (Life Skills), wie z. B. selbstbezogene Kompetenzen (Selbstbewusstsein, Selbstsicherheit, Selbstwertgefühl usw.), Empathie und Identitätsbildung.
- **Soziale Kompetenzen** (Soft Skills), wie z. B. Kommunikations- und Konfliktfähigkeit, konsensorientiertes Denken, teamorientiertes Handeln.
- Die Fähigkeit, querzudenken und kritisch zu hinterfragen (**Critical Thinking**), die Fähigkeit zur Auseinandersetzung mit Werten und Normen, selbständiges Denken sowie die Fähigkeit zur Reflexion der Selbst- und Fremdwahrnehmung und damit einhergehender Vorbilder und Menschenbilder.
- Die **Demokratiefähigkeit** und **politische Kompetenzen** auf der Basis der Menschen- und Kinderrechte, z. B. das bürgerschaftliche Engagement, das Demokratieverständnis und Kompetenzen, die erforderlich sind, um für jemanden bzw. ein Ziel, einen Inhalt usw. einzutreten (**Advocacy Skills**).
- Die Bereitschaft, durch gesellschaftliches Engagement zu lernen und sich gewaltfrei und konstruktiv in die Gesellschaft einzubringen (**Service Learning**).

## In aller Kürze:

# Zehn Gründe für Lions-Quest „Erwachsen handeln“

Lions-Quest „Erwachsen handeln“ bildet nach Kindergarten *plus*, Klasse2000 und Lions-Quest „Erwachsen werden“ das letzte Glied einer so genannten „Präventionskette“ in Deutschland. Damit fördern die Kinder- und Jugendprogramme der Lions vom Kindergarten bis zum Erwachsenenalter Präventionsarbeit auf gleicher konzeptioneller Grundlage. Das ist in Deutschland einzigartig.

Außercurriculare Jugendförder- und Präventionsprogramme wie Lions-Quest „Erwachsen handeln“ werden vor dem Hintergrund der gegenwärtigen und zukünftigen sozialen und politischen Herausforderungen immer wichtiger.

Bei der Entwicklung von Lions-Quest „Erwachsen handeln“ konnte auf die Erfolgsfaktoren des zwei Jahrzehnte lang praxiserprobten Schwesterseminars Lions-Quest „Erwachsen werden“ zurückgegriffen werden.

Lions-Quest „Erwachsen handeln“ weist ein optimales Verhältnis von theoretischer Fundierung und Praktikabilität auf: Das Seminar wurde von einer Entwicklungsgruppe kreiert, in der paritätisch Wissenschaftler und Praktiker ihren Platz hatten.

Jugendliche und junge Erwachsene werden mit Lions-Quest „Erwachsen handeln“ durch die Förderung von Schlüsselqualifikationen auf die Anforderungen des Berufslebens vorbereitet.

10

9

8

7

6

1

Lions-Quest „Erwachsen handeln“ ist das bislang einzige Seminar zur Förderung allgemeiner Lebenskompetenzen für die Altersgruppe der 15- bis 20-Jährigen.

2

Lions-Quest „Erwachsen handeln“ ist das einzige Präventionsprogramm in Deutschland, das die Stärkung zentraler Lebenskompetenzen mit einem inhaltlichen Fokus auf politische Bildung, Demokratielernen, Menschenrechtsbildung, Partizipation und Service Learning verbindet.

3

Lions-Quest „Erwachsen handeln“ leistet durch den Fokus auf Jugendliche mit geringen Handlungsressourcen einen Beitrag zum sozialen Ausgleich in Deutschland.

4

Das 2,5-tägige Fortbildungsseminar zu Lions-Quest „Erwachsen handeln“ wird von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern überwiegend mit „sehr gut“ bewertet.

5

Das Unterrichtsmaterial zu Lions-Quest „Erwachsen handeln“ lässt sich maximal flexibel und bedarfsorientiert einsetzen.





# 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)