



Heidi Homann

# efL-Projekte selbst entwickeln

Ein efL-Projekt ist eine Intervention innerhalb einer Lerneinheit und eine wunderbare Methode, um insbesondere Erwachsenen das Lernen leicht und einfach zu machen. efL bedeutet: erlebnis- und erfahrungsorientiertes Lernen.

Ziel des efL-Projektes ist es,

- zu überraschen und festgefahrene Sichtweisen zu erschüttern,
- einen Perspektivwechsel zu ermöglichen,
- ein erwünschtes Ergebnis und gewünschte Erfahrungen durch eine Aktion entstehen zu lassen,
- die Kompliziertheit komplexer Zusammenhänge zu reduzieren.

Die Voraussetzung für den Erfolg des Projektes ist, dass der Berater oder Seminarleiter sich in seiner Situation wohl fühlt, er von der Methode und dem geplanten Projekt wirklich überzeugt und begeistert ist. Diese Begeisterung ist der Erfolgsgarant und der Anschlag, den das Projekt braucht. Empfindet der Berater oder Seminarleiter das Projekt als merkwürdig, fremd oder „Kinderkram“, kommt es auch so beim Klienten oder Teilnehmer an. Auf Seiten des Klienten oder Teilnehmers entsteht Widerstand.

Der sicherste Weg für den Berater oder Seminarleiter sich mit dem Projekt wohl zu fühlen, ist eine individuelle, maßgeschneiderte „Sonderanfertigung“.

Ein Projekt zu entwerfen und „zu schneiden“ ist nicht schwer. Es bedarf nur einer Anleitung und etwas Übung.

## Vier Schritte zum efL-Projekt

### Schritt 1: Ziel des Projektes festlegen

Welche Botschaft soll in dieser Lerneinheit sicher vermittelt werden? Eine Botschaft ist entweder

- die wichtigste Information oder
- eine absolut notwendige Fertigkeit oder
- ein wichtiger Zusammenhang oder
- notwendiges Grundlagenwissen.

Die Botschaft kann sich gleichermaßen auf Soft-Skills oder Faktenwissen beziehen.

### Schritt 2: Rahmenbedingungen klären

- Wer ist die Zielgruppe?
- Wie viel Teilnehmer werden da sein?
- Wo, in welchen Räumen, findet die Beratung oder das Seminar statt? Gibt es Nebenräume, die genutzt werden können?
- Wie lange darf das Projekt dauern? (Maximal 1/4 der Gesamtzeit der Lerneinheit.)

### Schritt 3: Kreativphase

#### ■ Ideen für die Aktion generieren

Optimal ist es, wenn die Anregung für eine Idee von den Klienten oder Teilnehmern kommt. So lassen sich bei einer Beratung

oder bei Gesprächen zur Auftragserteilung zum Beispiel Metaphern, das heißt Sprachbilder, Erfahrungen oder Begebenheiten aufnehmen und später benutzen. Ist im Vorfeld nichts zu erfahren, bieten sich zum Beispiel Bilder oder Zeichnungen, Sprichwörter, Volksweisheiten, Wortspiele, Alltagserfahrungen, Filmsequenzen, Kindheitserfahrungen, Variationen bekannter Spiele oder Spielzeug als Ideengeber an.

Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Kreativität ist kein Hexenwerk und keine Begabung. Es bedeutet lediglich, Bekanntes ungewöhnlich zu kombinieren: Für das Projekt soll eine ungewöhnliche, neue Kombination aus der Botschaft der Lerneinheit und einem Ideengeber entstehen.

### Beispiele:

#### Mit Legosteinen die Notwendigkeit essentieller Nahrungsbestandteile demonstrieren

Die Teilnehmer finden sich in Dreier-Gruppen zusammen. Jede Gruppe erhält die gleichen Legosteine mit dem Auftrag, ein Legoauto zu bauen. Bei allen fehlt ein wichtiger Baustein, zum Beispiel ein Rad, um das Auto fertig zu stellen. Die Teilnehmer erkennen die Wichtigkeit, alle essenziellen Nährstoffe aufzunehmen.

#### Mit Perlenketten Kreuzreaktionen zwischen Pollen und Lebensmitteln erkennen

Jeder Teilnehmer erhält einen Draht mit aufgefädelten Perlen. Jede Perle steht für ein Allergen. Eine Perle repräsentiert zum Beispiel das Allergen betV1. An einer Pin-Wand hängen Karten mit den allergenen Strukturen von Pollen und Lebensmitteln. Die Teilnehmer vergleichen ihre Perlenkette mit den Karten und ermitteln so, welches Lebensmittel oder welche Polle ihre Perlenkette darstellt. Sie erkennen, dass die Perle, die betV1 darstellt, neben anderen Perlen auf den Karten von Hasel, Birke und Apfel zu finden ist.

#### Mit dem Jammerlappen Vorerfahrungen ermitteln

Die Teilnehmer sitzen im Kreis. In der Mitte liegt ein Lappen. Das ist der Jammerlappen. Wer den Lappen in Händen hält, der darf und soll jammern. Je mehr gejammert wird, desto besser. Die Teilnehmer dürfen über eigene oder fremde schlechte Erfahrungen zum Thema jammern (zum Beispiel mit unterschiedlichen Diäten). Die Kursleiterin sammelt die Stichwörter und clustert sie hinterher mit den Teilnehmern.

Mit einer Menschenkette die Instabilität einer Doppelbindung fühlen Die Teilnehmer einer Gruppe stellen die Kohlenstoffatome einer Fettsäure dar. Verbinden sich nur die Hände, ist die Menschenkette stabil (Einfachbindung). Sollen zwei Teilnehmer noch die Füße aneinander halten (Doppelbindung), wird die Kette an dieser Stelle instabil, obwohl eine doppelte (Ver-)Bindung zwischen den beiden Teilnehmern entstanden ist.

#### Mit Ereigniskarten adäquate Handlungen einüben

Auf dem Spielbrett eines „Mensch-ärgere-dich-nicht“-Spiels werden auf einige Felder Punkte geklebt. Wer auf einem „Punkt-Feld“ steht, muss eine Ereigniskarte ziehen. Entsprechend der Thematik belohnt die Karte für richtiges Handeln (man darf zusätzliche Felder nach vorn rücken) oder sie bestraft für falsches Handeln (man muss wieder zurück wandern). Meist entstehen wilde Diskussionen, in deren Verlauf die Teilnehmer die Thematik wiederholen, ohne dass es ihnen auffällt).

#### Mit Karten Handlungsreihenfolgen festigen

Die einzelnen Teilschritte einer Handlung, zum Beispiel inhalieren, werden auf Karten geschrieben. Jeder Teilnehmer bekommt eine Karte. Alle zusammen müssen die richtige Reihenfolge im Gespräch miteinander ermitteln. So entwickeln sie selbst die Logik der Reihenfolge. Anschließend stellen sie sich in der richtigen Reihenfolge auf.

Eine Hälfte der Kombination ist schon bekannt: die Botschaft. Nun müssen Sie nur noch die zweite Hälfte finden. Je mehr und je verrücktere Ideen Sie in der Ideenfindungsphase zulassen, desto schneller kommen Sie zum Ziel. Wer keine fachspezifische Brille trägt, keinen inneren Zensor hat, der sich um Wissenschaftlichkeit bemüht, hat oft die besten Ideen. Das können Freunde, Bekannte oder auch Familienmitglieder sein. In dieser Phase ist der Werbespruch von Toyota „Nichts ist unmöglich“ das Leitbild.

Die Rahmenbedingungen des Projektes und das Fachwissen bestimmen die Auswahl der Idee. Die Aktion im Projekt darf verrückt, aber keinesfalls falsch sein.

### ■ Die Aktion planen

Steht nur wenig Zeit zur Verfügung, kommen eher Mikrointerventionen wie Bilder, Wortspiele, Vergleiche aus dem Alltag, Vergleiche mit bekannten Spielen oder Demonstrationen in Frage. Im Rahmen mehrstündiger Schulungen lassen sich Themen auch spielerisch erfahren (Makrointervention).

Die Planung der Aktion bezieht sich auf die

- Sozialform, die Sie für das Projekt wählen: Demonstration, Einzelarbeit, Partnerarbeit oder Gruppenarbeit,
- auf die Materialien, die Sie einsetzen,
- die Regeln, die Sie aufstellen, damit die Aktion reibungslos ablaufen kann und
- mögliche Interventionen, falls eine Steuerung notwendig wird. Klare Regeln, die die Klienten oder Teilnehmer während des ganzen Projektes einsehen oder erfragen können, geben Orientierungshilfe und Sicherheit bei der Durchführung der Aktion. Die Klienten und Teilnehmer können sich so ganz den neuen Erlebnissen und Eindrücken widmen.

### ■ Fragen für den Transfer festlegen

#### Fragen zum Mitteilen

Bei **Mikrointerventionen** stellen Sie geschlossene Fragen, die Klienten oder Teilnehmer mit „ja“ oder „nein“ beantworten können.

Die Fragen zum Mitteilen beziehen sich auf Erfahrungen, die Teilnehmer oder Klienten mit dem Bild, dem als Vergleich dienenden Spiel oder einer ähnlichen Alltagssituation schon haben. Der Fokus liegt auf schon vorhandenen, „alten“ Erfahrungen und Erlebnissen der Teilnehmer oder Klienten.

Die Intervention soll überraschen, einen Wechsel der Blickrichtung des Klienten bewirken und einen Film im „Kopfkino“ ablaufen lassen. Den Zusammenhang mit dem Thema erläutern Sie als Berater/in oder Schulungsleiter/in. Die Fragen helfen zu überprüfen, ob im „Kopfkino“ der richtige, angestrebte Film läuft.

Bei **Makrointerventionen**, wenn die Teilnehmer die Botschaft spielerisch erfahren, stellen Sie offene Fragen. Hier liegt der Fokus auf der Reflexion, den „neuen“ Erfahrungen und Erlebnissen.

#### Fragen zum Mitteilen leiten den Transfer ein:

- Was ist gerade geschehen?
- Was haben Sie beobachtet, wahrgenommen?
- Was hat geholfen die Aufgabe zu lösen?
- Gab es Frustsituationen?

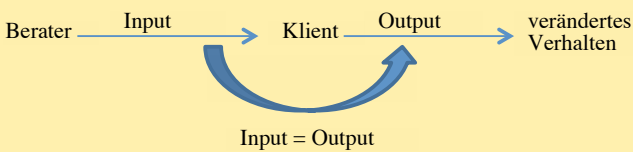
**Lohnt sich die „Entwicklungsarbeit“ für ein efl-Projekt in der Beratung? – „Ja, auf jeden Fall!“**

Die Ausgangssituation für eine Beratung ist: der Klient hat ein Problem und findet im Alltag selbst keine Lösung dafür.

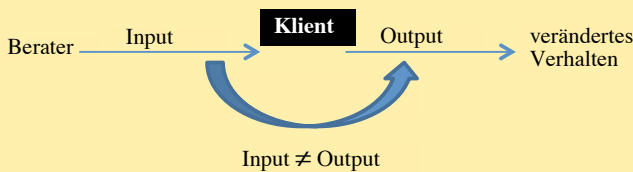
Wenn optimale Bedingungen in der Beratung gegeben sind wie

- Berater und Klient haben die gleichen Werte,
- beide sprechen die gleiche Sprache,
- der Klient kommt freiwillig zur Beratung,
- er strebt selbst Veränderungen an,

dann scheint es, als ob die Informationen nur präsentiert werden müssten, um ein verändertes, zielführendes Verhalten beim Klienten zu bewirken. Der Input des Beraters wäre also gleich dem Output des Klienten. Dieses Ergebnis zeigte sich unmittelbar in einem veränderten, zielführenden Verhalten des Klienten.



So einfach ist es jedoch nicht, denn: Die Bewertung und Verarbeitung des Beratungsinputs durch den Klienten bleibt dem Berater verborgen. Der Klient ist für den Berater eine große „Black Box“. Entsprechend lässt sich in aller Regel auch nicht unmittelbar ein verändertes, zielführendes Verhalten des Klienten beobachten.



Bei einer sehr kognitiv ausgerichteten Beratung hat die Fachkraft so gut wie keinen Zugang zu dieser „Black Box“. Ein efl-Projekt ermöglicht durch die Reflexion des Klienten einen Blick in diese „Black Box“ hinein. So lassen sich die Unterschiede zwischen Input und Output leichter erkennen und gegebenenfalls beeinflussen.

Dabei gilt: Je weniger optimal die Bedingungen in der Beratung sind, desto wichtiger ist der Blick in die „Black Box“, um das Beratungsergebnis zu sichern.

Fragen zur Verarbeitung führen den Transfer fort:

- Was haben Sie aus der Aufgabe gelernt?
- Was bedeutet das Ihrer Meinung nach?

Fragen zur Generalisierung stellen sicher, dass der Brückenschlag in den Alltag gelingt:

- Was folgt daraus?
- Was wäre, wenn...?
- Woran erinnert Sie das Erlebte?

**Schritt 4: Testphase**

**■ Aktion kritisch hinterfragen**

Ist die Planung abgeschlossen, prüfen Sie kritisch, ob

- die gewählte Sozialform angemessen ist,
- die vorgesehene Zeit ausreicht,
- die Materialien leicht zu handhaben sind,
- die aufgestellten Regeln klar und eindeutig sind.

**■ Aktion Probe laufen lassen**

Ist die Antwort auf alle Kontroll-Fragen „ja“, lassen Sie die Aktion mit Kollegen oder Freunden einmal Probelaufen: von der Ankündigung über die Durchführung und den Transfer bis zur Auswertung. Treten dabei Fragen zum Verständnis oder zu den Regeln auf, bereitet das verwendete Material Schwierigkeiten, fehlen Teile oder Überleitungen, können Sie noch Veränderungen vornehmen.

Bei einem efl-Projekt sollen die Klienten und Teilnehmer das vorgegebene Ziel, die Kernbotschaft der Lerneinheit, sicher erreichen. Eine passgenaue Steuerung kann sehr wichtig werden.

**■ Steuerungselemente vorbereiten**

Möglichkeiten der Steuerung sind

- die Regeln zur Durchführung der Aktion zu verändern,
- sie an eine neue Situation anzupassen,
- lösungsorientierte Fragen zu stellen oder
- eine zusätzliche Perspektive einzubringen.

Der Probelauf gibt Ihnen als Berater/in oder Schulungsleiter/in Sicherheit bei der Durchführung im „Ernstfall“. Das Wissen, dass alles vorbereitet ist und funktioniert, erleichtert und entspannt. Diese entspannte Atmosphäre nehmen die Klienten und Teilnehmer wahr und geben ihnen die Sicherheit, sich auf das Projekt einzulassen und Spaß zu haben.

**Lohnt sich die „Entwicklungsarbeit“ für ein efl-Projekt in einer Schulung? – „Ja, auf jeden Fall!“**

Die Ausgangssituation einer Schulung ist: Mehrere Personen haben ein sehr ähnliches Problem, das ihren Alltag negativ beeinflusst. Sie möchten (mehr) Wissen erwerben, um eigenverantwortlich besser mit dem Problem, zum Beispiel einer Erkrankung, umgehen zu können.

Bei einer Schulung sollen und wollen die Teilnehmer etwas lernen. Trotzdem muss die direkte Wissensübertragung vom Kopf des Schulungsleiters in den Kopf der Teilnehmer ein Traum bleiben. Denn: Informationen lassen sich vermitteln, Wissen muss jeder selbst entwickeln.

In der Regel haben sich die Teilnehmer schon vor Beginn der Schulung mit ihrem Problem beschäftigt und Wissen dazu angesammelt. Vermutlich verfügt jeder Teilnehmer über anderes Vorwissen.

- Wird zu viel erklärt, besteht die Gefahr, dass die Aufmerksamkeit der Teilnehmer verloren geht, da sie sich langweilen. Die Teilnehmer schalten ab und schlafen ein. Es ist stark zu bezweifeln, dass sie im richtigen Moment wieder aufwachen, um die neuen Informationen mitzubekommen.

Die Aufmerksamkeit lässt sich erhalten oder wieder wecken, wenn etwas Überraschendes, Unerwartetes passiert. Der Überraschungseffekt des erlebnis- und erfahrungsorientierten Lernens holt jeden Teilnehmer aus seinem „Abschaltmodus“ heraus.

- Wird zu wenig erklärt und gelten Grundlagen der Schulung als Vorwissen, besteht die Gefahr, Teilnehmer „zu verlieren“, da sie nicht folgen können. Ihnen fehlt die Basis.

Vermittelt der Berater die Grundlagen der Schulung als efl-Projekt, bietet das den Teilnehmern ohne Basiswissen, die sich in der Regel aber nicht „outen“, die Möglichkeit die Grundlagen schnell und effizient zu lernen. Damit gehen sie nicht „verloren“, sondern profitieren im vollen Umfang von der Schulung.

**Beispiel für ein eFL-Projekt als aktive Beratungs- und Schulungseinheit**

Mit erlebnis- und erfahrungsorientiertem Lernen erreicht Berater/in oder Schulungsleiter/in Klienten und Teilnehmer mit schwacher Lese- und Schreibkompetenz besonders gut. Sie werden nicht in ihrer Schwäche bestätigt und an Lernmisserfolge, zum Beispiel in der Schule, erinnert. Erneute Lernblockaden lassen sich so verhindern.

Ein eFL-Projekt besteht aus drei Phasen:

- die Ankündigung als Inszenierung,
- die Durchführung und
- die Auswertung.

Bei der Ankündigung ist es wichtig, sich an den Teilnehmern zu orientieren, sie neugierig zu machen und dem eFL-Projekt einen Titel zu geben, mit dem sie etwas anfangen können.

Während der Durchführung sollten Aufgabe, Regeln und Zeitrahmen für die Teilnehmer immer sichtbar sein, zum Beispiel auf einem Flipchart oder an einer Pinnwand.

Die Auswertung ist das Bewusstmachen der Lernerfahrung, die Erarbeitung des Zusammenhangs mit dem Thema von Beratung oder Schulung und der Brückenschlag in den Alltag der Teilnehmer.

**Das Pyramidenpuzzle**

**Thema:** Gesunde Ernährung und Abnehmen

**Lernprojekt:** Die Zutatenliste als Hilfe beim bewussten Einkauf

**Ziel:** Klient oder Schulungsteilnehmer erkennen, welche Hilfe schon einzelne, ausgewählte Begriffe der Zutatenliste bieten, um bewusst einkaufen zu können.

**Akteure:**

- eine bis 15 Personen
- pro Gruppe maximal drei Teilnehmer
- für das Projekt maximal fünf Gruppen

**Zeit:**

- zehn Minuten ohne Auswertung

**Platzbedarf:**

- pro Klient oder Gruppe mindestens 60x50 Zentimeter auf einem Tisch für die Pyramiden-Vorlage
- als Platz zum Puzzeln einen Tisch in der Größe 80x80 Zentimeter für die Umschläge mit den Puzzleteilen

**Aufgabe:**

- Die Pyramide nach Vorlage zusammensetzen und dabei möglichst wenig überzählige Puzzleteile „einkaufen“

Ein Puzzle wurde gewählt, da davon auszugehen ist, dass Klient oder Schulungsteilnehmer ein Puzzle kennen und Vorerfahrung damit haben.

Die Zutatenliste mit ihren ungewöhnlichen Begriffen schreckt auch geübte Leser ab. Ungeübte Leser müssen sich bei der Auswertung nicht „outen“.

Viele Menschen empfinden die Zutatenliste auf Produkten als „Buch mit sieben Siegeln“. Wie die dort zu findenden Verbraucherinformationen als Puzzleteil zum großen Bild des bewussten Einkaufs passen und beim Abnehmen helfen können, ist nach dem Spiel Teil der Auswertung.

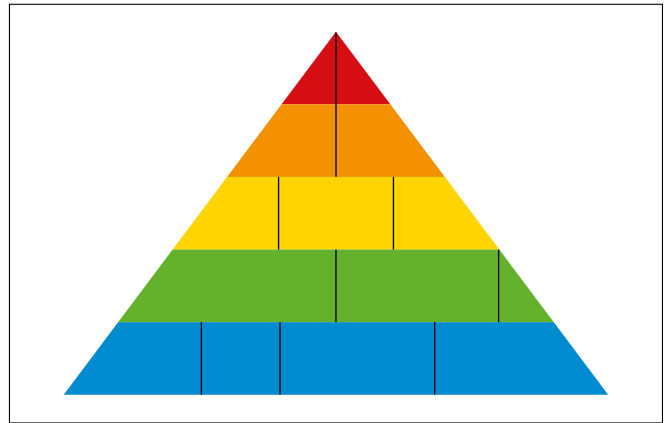


Abbildung 1: Die Vorlage im DIN-A3-Format

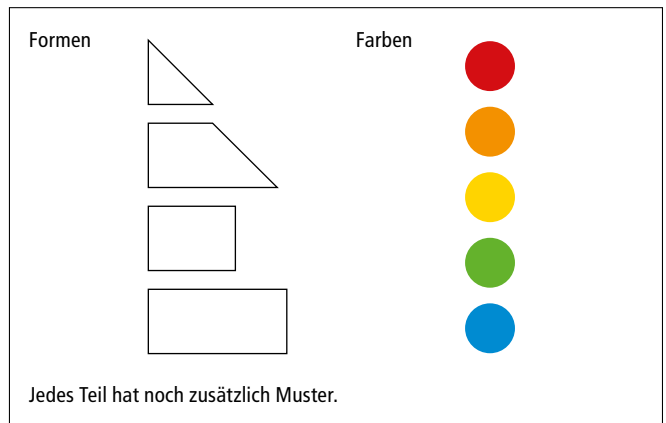


Abbildung 2: Mögliche Formen und Farben der Puzzleteile

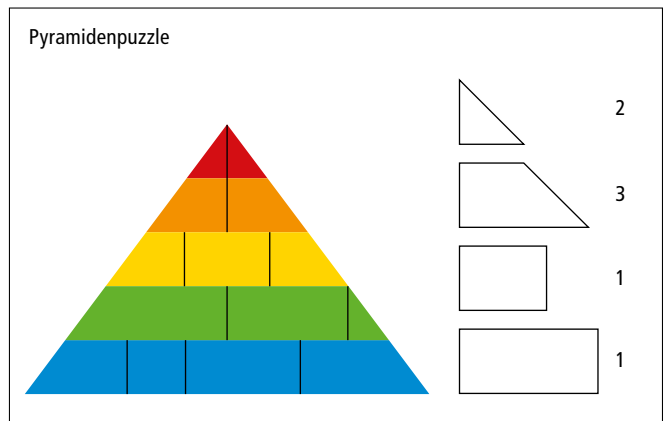


Abbildung 3: Vordere Beschriftung von Umschlag A

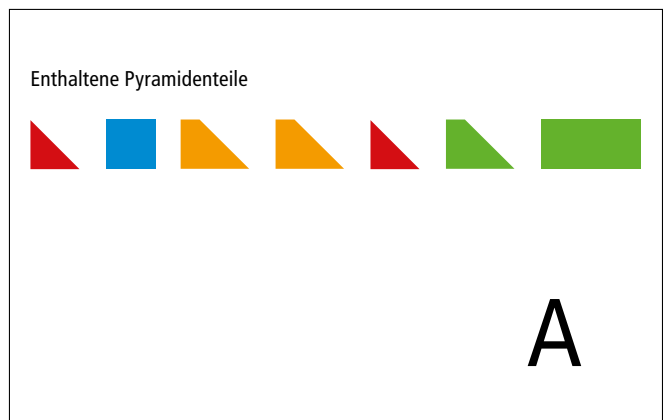


Abbildung 4: Hintere Beschriftung von Umschlag A

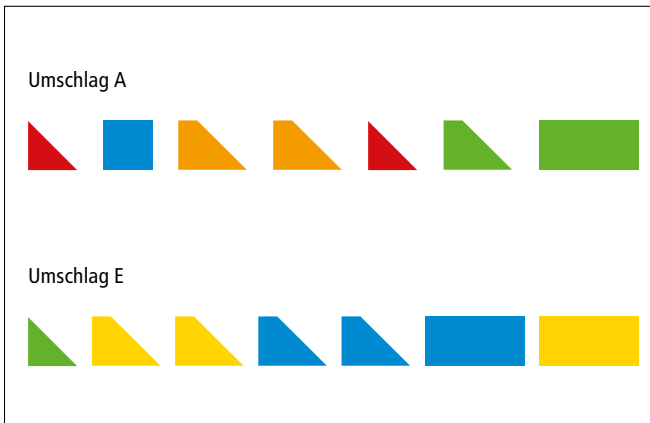


Abbildung 5: Die Umschläge A und E mit der richtigen Auswahl an Puzzleteilen

### Vorbereitung

Die Vorlage ist ein Dreieck mit fünf Etagen, die sich farblich unterscheiden (Abb. 1, 2). Die Ähnlichkeit mit der aid-Ernährungspyramide ist gewollt, um die Beratung oder Schulung damit fortzuführen.

Die Puzzleteile liegen nicht offen auf dem Tisch, sondern sind auf zehn Umschläge verteilt. Jeder Umschlag hat auf der Vorderseite das Bild des fertigen Dreiecks und eine farbneutrale Angabe der enthaltenen Puzzleteile.

Auf der Rückseite des Umschlags sind die enthaltenen Puzzleteile in Form und Farbe sehr klein abgebildet, ähnlich wie in einem Zutatenverzeichnis (Abb. 4).

### Erster Durchgang

Die Klienten oder Schulungsteilnehmer sollen die Aufgabe ohne weitere Informationen des Beraters oder Schulungsleiters lösen. Sie haben zwei Minuten Zeit.

In der Regel stufen die Teilnehmer die Aufgabe als unlösbar ein. Durch den vermeintlichen Zeitdruck achten sie im ersten Durchgang nicht genau auf die Vorlage und den Inhalt der einzelnen Umschläge. Sie schaffen es selten, das Dreieck in der vorgegebenen Zeit fertig zu puzzeln und wenn, dann nur mit vielen überzähligen Puzzleteilen.

Es ist möglich, mit dem Inhalt der Umschläge A und E das Puzzle zu legen - ohne ein einziges überzähliges Teil (Abb. 5).

Um die passenden Umschläge zu finden, mussten die Teilnehmer zuvor erkennen, dass sie ein grünes und ein blaues Rechteck benötigen. Diese sind jeweils nur einmal in den Umschlägen enthalten.

### Zweiter Durchgang

Der Berater oder Schulungsleiter gibt den Hinweis zum blauen und grünen Rechteck. Er legt die gleiche Anzahl Umschläge mit den gleichen Inhalten ein zweites Mal aus. Die Teilnehmer haben wieder zwei Minuten Zeit.

Nun erkennen sie die passenden Umschläge ohne Mühe und legen das Dreieck ohne überzählige Puzzleteile.

### Auswertung

Diese Fragen ermöglichen einen allgemeinen Einstieg:

- Was habt ihr/haben Sie erlebt?
- Wie war der Verlauf?
- Gab es unterschiedliche Phasen?

Man kann auch nach Kompetenzen fragen:

- Was waren die Erfolgsfaktoren im ersten und im zweiten Durchgang?
- Welche Kompetenzen habt ihr/haben Sie genutzt – bewusst oder unbewusst?
- Was hat geholfen?
- Was war wichtig?
- Wenn es Schwierigkeiten gab, wodurch sind sie entstanden und wie seid ihr/sind Sie damit umgegangen?

Zum Schluss der Themenbezug und Brückenschlag in den Alltag:

- Was hat dieses Projekt mit dem Thema der Beratung/der Schulung zu tun?
- Welche Zusammenhänge gibt es?
- Welcher Begriff der Zutatenliste könnte für dich/für Sie wichtig sein?
- Könnte „Aroma“ ein Schlüsselbegriff zum Abnehmen sein?
- Was würde geschehen, wenn du/Sie alle Lebensmittel nicht mehr essen oder trinken würdest/würden, deren Zutatenliste den Begriff „Aroma“ enthält?
- Was könntest du/könnten Sie dann essen und trinken?

Das Wort „Aroma“ ist leicht zu lesen. Auch Klienten oder Schulungsteilnehmer mit schwacher Lesekompetenz können diesen Begriff in der Zutatenliste finden, wenn es in der Beratung oder Schulung an ein paar Beispielen geübt wurde.

#### Die Autorin

Heidi Homann, seit 1989 selbständig, ist zertifizierte Trainerin (DIN EN ISO 17024) und Suggestopädin. Offene und firmenspezifische Seminare sowie Weiterbildungen insbesondere für Berater und Seminarleiter im Gesundheitswesen bilden den Schwerpunkt Ihrer Tätigkeit. Darüber hinaus berät sie seit mehr als 25 Jahren Menschen mit Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten.



Heidi Homann  
Lange Ackern 40  
28279 Bremen  
info@Heidi-Homann.de