

Gründung von Kinder- und Jugendgruppen

Du willst eine Kindergruppe gründen? Oder vielleicht auch eine Jugendgruppe? Dann bist du hier genau richtig! Hier erfährst du, was bei der Gruppengründung zu beachten ist, wie du das erste Treffen vorbereitest und vieles mehr...

Wer kann eine NAJU-Kinder- oder Jugendgruppe gründen?

Grundsätzlich kann fast jeder eine Gruppe gründen und leiten. Dafür musst du weder Biologie noch Pädagogik studiert haben. Du musst auch keine ausgebildete Erzieherin sein. Du solltest natürlich Interesse an Themen rund um Natur und Umwelt haben. Das nötige Fachwissen kannst du dir im Laufe der Zeit aneignen. Und es sollte dir auch nichts ausmachen, wenn beim Entdecken der Natur mal die Finger (und Klamotten...) dreckig werden. Natürlich solltest du auch Kinder und Jugendliche mögen. Eine gewisse Erfahrung in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen ist auf jeden Fall nützlich. Vielleicht hast du schon mal Kinder betreut, Baby gesittet, ein Praktikum im Kindergarten oder Jugendtreff gemacht oder du hast selbst Kinder. Wenn du noch keine oder nur wenig Erfahrung hast, ist es am besten, wenn du erst mal bei einer schon bestehenden Kinder- oder Jugendgruppe reinschnupperst und überlegst, ob das was für dich wäre. Außerdem bieten viele Jugend- und Umweltverbände Seminare an, in denen die Grundlagen der Arbeit mit jungen Menschen vermittelt werden.



TIPP: In der NAJU gibt es spezielle Seminare für Gruppenleiter und solche die es werden wollen. Einfach im Jugendbüro nach aktuellen Angeboten fragen!

Vorbereitung

Im Vorfeld einer Gruppengründung ist es wichtig, zwei grundlegende Fragen zu klären:

- Welches Alter sollen die Teilnehmer haben?
- Wie oft sollen die Treffen stattfinden?

Alter der Kinder:

Am Anfang ist es leichter, eine begrenzte Altersgruppe (z. B. 7-9 Jahre oder 10-12 Jahre) festzulegen. Bei Gruppen mit einer großen Altersspanne kommt es oft zu Unterschieden – Fähigkeiten und Interessen betreffend. Auf Einladungen zum Gruppentreffen ist es daher gut, eine Altersbegrenzung anzugeben. Etwas ältere oder jüngere Kinder lassen sich oft noch integrieren.

Häufigkeit der Treffen:

Wie häufig die Treffen stattfinden, ist von deiner Zeit und Motivation abhängig. Gut ist es, einen festen Wochentag zu haben und die Treffen mindestens 14-tägig abzuhalten, damit die Gruppe auch zusammenwachsen kann. Die Treffen selbst sollten ca. 2 Stunden dauern.

Sind diese Dinge geklärt, kann es losgehen!



Der Gruppenraum

Auch wenn es das Ziel einer Kindergruppe sein sollte, möglichst viel im Freien zu unternehmen, ist ein Gruppenraum sehr wichtig. Ein Raum ist nicht nur nützlich bei Regen und Kälte, sondern auch praktisch für bestimmte Gruppenstunden-Themen, wenn z.B. Backen oder Basteln geplant sind. Zudem ist der Gruppenraum ein fester Treffpunkt für die Teilnehmer. Nicht zuletzt lassen sich hier gut Materialien lagern.

Welche Bedingungen sollte ein Raum erfüllen?

Einen geeigneten Raum zu finden, ist nicht ganz einfach, da ein schneller Zugang zu freien Plätzen (Wälder und Wiesen) wünschenswert ist.

Außerdem müssen sanitäre Einrichtungen vorhanden sein und bestenfalls noch Platz, um Materialien zu lagern. Schön ist es auch, wenn der Raum mit der Gruppe gestaltet und dekoriert werden kann. Dann identifizieren sich die Kinder und Jugendlichen eher mit ihrem Raum.

Wie finde ich einen Raum?

Sinnvoll ist es, zunächst beim örtlichen Jugendamt nach Räumen zu fragen, die zur Verfügung gestellt werden können. Auch Jugendtreffs und Pfarrheime sind oft gute Ansprechpartner, die sich schnell von der Wichtigkeit des Naturschutzes überzeugen lassen. Bei öffentlichen Einrichtungen nachzufragen, lohnt sich ebenfalls. Mit ein bisschen Geduld lässt sich etwas Geeignetes finden. Besonders im Sommer ist eine selbst gebaute Jurte eine schöne, wenn auch etwas aufwändigere Alternative. Die Anschaffung eines eigenen Bauwagens ist ebenfalls eine Überlegung wert. Ansonsten können private Räume eine letzte Möglichkeit sein.

Bei diesen Einrichtungen lohnt eine Nachfrage:

- | | |
|--|----------------------------------|
| → LBV-Geschäftsstellen/-Kreisgruppen/
LBV-Umweltzentren | → Bürgerzentren |
| → Stadt- oder Gemeindeverwaltung | → Jugendzentren, Haus der Jugend |
| → Schulen | → Volkshochschulen |
| → Kindergärten | → Soziale Einrichtungen |
| → Kirchengemeinden | → Bauernhöfe |
| → Kulturzentren | → Andere Vereine |
| | → Private Räume |

Und wie immer gilt: Nicht entmutigen lassen und vor allem nicht locker lassen!

Das erste Treffen

Es gibt viele Möglichkeiten, eine erste Gruppenstunde abzuhalten. Folgende Überlegungen können helfen, einen groben Plan zu erstellen:

- Willst du mit einer großen Aktion starten oder die Sache langsam angehen?
- Bei Jugendgruppen sollte das erste Treffen einen hohen Erlebniswert haben (z.B. Radtour, Flusswanderung, Reise etc.), um die Jugendlichen gleich von Anfang an zu begeistern und das Gemeinschaftsgefühl zu stärken. Aus dem „harten Kern“ einer solchen größeren Aktion lässt sich dann eher eine kontinuierliche Jugendgruppe aufbauen.
- Gibt es die Möglichkeit, direkt in die Natur zu gehen? Was ist, wenn es regnet?
- Sollen die Eltern dabei sein?
- Willst du schon ein Programm für die folgenden Gruppentreffen verteilen oder erst die Termine mit den Eltern absprechen?



Schön ist es, dem ersten Treffen ein Motto zu geben, z.B. „Auf den Spuren der Indianer“ oder Ähnliches. Es ist allerdings wichtiger, ein Thema zu wählen, bei dem du dich einigermaßen sicher fühlst. Damit kann deine Aufmerksamkeit mehr bei den Kindern sein. Soll das Treffen ohne die Eltern stattfinden, kannst du den Eltern davor oder danach die Möglichkeit geben, sich über das Konzept der Kindergruppe zu informieren. Wenn ihr zwei oder mehr Betreuer seid, kann auch einer von euch die Kinder betreuen, während der andere die Eltern informiert.

Werbung

Wo viele Kinder sind, ist immer Stimmung. Daher ist es gut, wenn schon beim ersten Treffen viele Kinder erscheinen. Eine Bekanntmachung des Treffens im Vorfeld ist deshalb sehr wichtig. Folgende Informationen sollten in keiner Einladung fehlen:

Wer trifft sich?	Kindergruppe... (Altersangabe!)
Wo findet das Treffen statt?	Genaue Ortsangabe, evtl. Wegbeschreibung
Wann findet das Treffen statt?	Datum und Uhrzeit (Anfang & Ende)
Warum trefft ihr euch?	Erste Gruppenstunde...
Was wird gemacht?	Z.B. Informationen, Terminabsprache, Kennenlernspiele oder konkrete Aktion...
Was sollen die Teilnehmer mitbringen?	Z.B. gute Laune, Gummistiefel
Wie kann sich der Teilnehmer anmelden bzw. abmelden?	Kontaktadresse, Telefonnummer, Email



Einladungen zum Gruppentreffen können ganz verschieden aussehen:

1) Plakate

Ein großes, buntes Plakat macht neugierig. Auf jeden Fall sollte es gut lesbar alle wichtigen Informationen enthalten. Plakate können überall dort aufgehängt werden, wo sich viele Menschen (vor allem Kinder und Eltern) aufhalten:

- Schule
- Rathaus
- Bäckerei
- Bibliothek
- Geschäfte
- Familienzentrum etc.

Dabei immer vorher fragen, ob das Aufhängen erlaubt ist!

2) Flyer/Handzettel

Ähnlich wie ein Plakat, nur kleiner, lassen sich Flyer gestalten. Sie können direkt an Eltern und Kinder verteilt oder an verschiedenen Orten ausgelegt werden (siehe Plakate). Der Vorteil ist, dass sich Interessierte die Informationen gleich mit nach Hause nehmen können.

3) Presse

Auf jeden Fall rechtzeitig eine Pressemitteilung an die Lokalzeitung schicken. Eine gute Möglichkeit ist auch eine Bekanntmachung in Schüler- oder Elternheften und Veranstaltungszeitungen. Dabei Kontaktadresse und Telefonnummer nicht vergessen!

4) Schule

In Schulen finden sich immer Lehrer, die sich begeistern lassen und über die man kleine Handzettel an die Kinder verteilen kann.

5) Mund-zu-Mund-Propaganda

Menschen persönlich anzusprechen, ist oft die beste Werbung. Bestimmt gibt es im Bekanntenkreis Eltern, die Kinder haben und an Naturschutz interessiert sind. Einfach ansprechen!

6) NAJU-/LBV-Mitglieder

Oft gibt es schon Eltern oder Kinder, die eine Kindergruppe suchen. Die nächste LBV-Kreisgruppe hat bestimmt ein paar Adressen von Interessierten (Adressen der Kreisgruppen im Jugendbüro erhältlich).

TIPP:
Ausführliche Informationen zu Öffentlichkeits- und Pressearbeit findest du in Kapitel 10!



Beispiele/Vorlagen für Flyer und Poster zur Gruppengründung

... und eine Kopiervorlage, die du als Poster oder Flyer verwenden kannst (je nachdem, wie groß du sie kopierst) und einfach nur noch ausfüllen brauchst.

Kinder und Eltern aufgepasst!



Die Naturschutzjugend im LBV (NAJU) gründet am 06.10.2010 eine neue Kindergruppe in Hilpoltstein. Die Gruppenstundentreffen für Kinder im Alter von 7 bis 9 Jahren werden jede Woche auf dem LBV-Gelände beim Kindergruppenhaus stattfinden. Dauer ca. 2 Stunden.

Tag und Uhrzeit wird mit den interessierten Eltern am 06.10.2010 um 15 Uhr abgesprochen.



Das Betreuerteam hat sich entsprechend fortgebildet und freut sich auf Spiel und Spaß mit den Kids rund um die Natur und in der Natur!

Einige Aktionsbeispiele:

- Wanderungen und Fahrradtouren
- Kreatives Basteln mit Naturmaterialien
- Bepflanzung unseres LBV-Teiches
- Alles rund ums Thema Uhu
- Und noch vieles mehr!



Es grüßt das NAJU-Team

Zettel bitte an NAJU im LBV, Eisvogelweg 1, 91161 Hilpoltstein senden oder gleich hier einwerten!
Tel. 4775-51

Ich interessiere mich für die neue Naturkindergruppe (Alter 7 bis 9 Jahre) der Naturschutzjugend im LBV in Hilpoltstein, die Anfang Oktober gegründet wird.

Name: _____ Geb.-Datum: _____

Adresse: _____

Tel. _____ Email: _____



Bock auf Natur & viel Spaß?

Dann komm zu unserer
Kindergruppe in der
Naturschutzjugend im LBV!

Für wen? _____

Wann? _____

Wo? _____

Weitere Infos gibt's bei:

Tel: _____

E-Mail: _____



Leitung von Gruppen

Gruppen leiten macht Spaß, aber auch etwas Arbeit. Allerdings gibt es für die Leitung von Gruppen kein Patentrezept. Denn jede Gruppe ist anders: Alter der Teilnehmer, Geschlecht, Dauer und Häufigkeit der Gruppentreffen, Programm etc. Außerdem hat jede Gruppe und ihre unterschiedlichen Teilnehmer ihre eigenen Erwartungen an die Leitung. Natürlich spielt auch die Persönlichkeit des Gruppenleiters bzw. des Leitungsteams eine Rolle. Jeder Leiter hat bzw. entwickelt seinen eigenen Führungsstil. Wichtig dabei ist immer, seinen Führungsstil zu überprüfen und festzustellen, ob du mit der Gruppe auf dem richtigen Weg bist.

Wichtige Leitungskompetenzen

- Echtheit/Authentizität
- Ehrlichkeit
- Offenheit
- Einfühlungsvermögen
- Entscheidungsfreude
- Flexibilität
- Begeisterungsfähigkeit
- Kritikfähigkeit

Aufgaben der Gruppenleiter

Als Gruppenleiter hast du:

- die Verantwortung für das Programm
- die Aufsichtspflicht
- und eine Vorbildfunktion

TIPP: Leite bewusst und sei dir über deine Rolle als Leiter im Klaren!

TIPP: Alles zum Thema Aufsichtspflicht findest du in Kapitel 11!



Foto: Richard Brode

Die Gruppenleitung ist für Gruppenprozesse verantwortlich. Aber Leiter sollten sich nicht als Alleskönner oder Alleswisser darstellen. Das kann leicht zu Überforderungen führen. Sei dir stattdessen bewusst, dass Leiter Fehler machen dürfen und diese korrigieren können.

Um sich selbst und die Gruppe vor Überforderungen zu bewahren, sollte sich der Leiter auch immer eine gewisse Flexibilität bewahren. D.h. mach dich nicht zum Sklaven deines eigenen Planes.

Gruppenleiter haben die Chance, ihren Gruppenmitgliedern etwas mit auf den Weg zu geben, durch die Art und Weise wie sie mit ihnen umgehen (als Leiter bist du Vorbild), und dadurch, wie sie inhaltliche Schwerpunkte setzen.

Als Gruppenleiter solltest du dir immer wieder Fragen stellen und deinen Führungsstil überprüfen:

- Wie gehe ich mit meiner Gruppe um?
- Wie wirke ich auf meine Gruppe?
- Wie verstehen sich die Gruppenmitglieder untereinander?
- Womit kann ich die Gruppenmitglieder fordern/fördern?
- Welche Dinge überfordern meine Gruppe?
- Was sollen die Gruppenmitglieder lernen?

Überprüfung kann durch Selbstreflexion, Feedback der anderen Gruppenleiter und Feedback aus der Gruppe geschehen.



Leiten als Team

Günstig ist es natürlich, wenn du deine Gruppe nicht allein leitest, sondern wenn ihr das im Team tut. So könnt ihr euch die Arbeit teilen und wenn mal einer krank wird, muss die Gruppenstunde nicht gleich ausfallen. Dabei solltet ihr aber beachten, dass eure Führungsstile zusammenpassen. Das heißt, dass ihr eure Entscheidungen absprecht und das gesamte Leitungsteam hinter dieser Entscheidung steht. Es wäre für euch als Leiter und für die Gruppe nicht gut, wenn ein Leiter etwas erlaubt, was der andere nicht durchgehen lässt. So würden schnell Konflikte in der Gruppe und im Leitungsteam entstehen. Sollte es mal zu solch einer Situation kommen, dann besprecht am besten gleich nach der Gruppenstunde, was euer gemeinsamer Standpunkt ist und wie ihr euch das nächste Mal gegenüber den Teilnehmern verhalten wollt.



Foto: Richard Brode

Leistungs- und Führungsstile

Ein Führungsstil kennzeichnet die persönliche Einstellung und das Verhalten des Gruppenleiters gegenüber der Gruppe. Genannt werden in der Literatur oft drei Ausprägungen von Führungsstilen. Allerdings sind in jedem Menschen immer Ausprägungen und Anteile jeden Stils vorhanden. Die Entwicklung des eigenen Führungsstils ist nicht nur auf die Persönlichkeit, sondern auch auf den Umgang in der Familie, im Freundeskreis und auf das Verhalten von Leitbildern zurückzuführen.

Die drei Führungsstile lassen sich grob wie folgt beschreiben:

Autoritärer Stil:

Bei dem autoritären Stil gehen die Entscheidungen von der Leitung aus. Der Gruppenleiter erwartet von seiner Gruppe, dass sie das tut, was er sagt. Für ihn ist eine klare Hierarchie vorhanden. Anweisungen sind auch ohne Begründungen zu befolgen. In der autoritär geführten Gruppe bestimmen die Leiter den Ablauf des Programms. Die Gruppe hat kein Mitspracherecht und wird dadurch abhängig von der Gruppenleitung. Eine autoritäre Führungsperson fühlt sich für alles verantwortlich und kümmert sich auch um Dinge, die von anderen ebenso gut erledigt werden könnten. Kritik oder Widerspruch wird als persönlicher Angriff angesehen und nicht akzeptiert.



Laissez-Faire-Stil:

Übersetzt aus dem Französischen heißt dieser Stil etwa: „machen lassen“. Die Leitung lässt die Gruppe einfach gewähren. Sie greift kaum in das Gruppengeschehen ein und lässt die Gruppe völlig allein entscheiden. Außerdem werden von der Leitung wenig Grenzen gesetzt. In einem sehr grob gesteckten Rahmen kommen alle Impulse und das Programm aus der Gruppe. So bleibt die Gruppe weitgehend sich selbst überlassen. Oft tut die Gruppenleitung dies aus der Überzeugung, dass dieser Freiraum für die Gruppe ein optimales Lern- und Erfahrungsfeld ist und so die Gruppenmitglieder Selbstständigkeit lernen.

Demokratischer/partnerschaftlicher Stil:

Bei diesem Führungsstil spielen demokratische Prinzipien und eine gute Partnerschaft zwischen der Gruppe und der Leitung eine große Rolle. Die Gruppenleitung sieht sich auf der gleichen Stufe wie ihre Gruppe. Entscheidungen werden gemeinsam mit der Gruppe getroffen. Zum einen gibt die Leitung Vorschläge, die dann diskutiert werden. Sie ermutigt die Gruppenmitglieder aber auch, selbst Ideen einzubringen, demokratisch abzustimmen und aktiv zu werden. Alle Mitglieder werden von der Leitung möglichst mit einbezogen. Dafür sind verschiedene Methoden notwendig, wie z.B. Moderation, Brainstorming, Feedback etc.

Zu verschiedenen Zeiten in der gesellschaftlichen Entwicklung waren andere Führungsstile aktuell: z.B. im dritten Reich der Autoritäre Stil, in den 68iger Jahren der Laissez-Faire-Stil und in den 90iger Jahren der Partnerschaftliche/Demokratische Stil. Heute tendieren Leiter zum Situativen Führungsstil: Die Entscheidung, welchen Stil du anwendest, ist von der jeweiligen Situation abhängig. Die Hauptsache ist, dass die Entwicklung der Gruppenmitglieder gefördert wird und die Teilnehmer mündig und verantwortungsbewusst werden. Manchmal ist dabei der Autoritäre Stil notwendig, z.B. in gefährlichen Situationen. In anderen Situationen kann dann wiederum der Laissez-Faire-Stil angebracht sein. Meistens entscheidet sich der Leiter in einer Situation intuitiv richtig für einen bestimmten Stil.

Tipp: Der eigene Führungsstil hängt sehr von deiner Persönlichkeit ab. Daher kann es sinnvoll sein, sich einmal zu beobachten, um festzustellen, ob einer der Stile dominiert und bei welchem Führungsstil du evtl. Probleme oder Schwierigkeiten hast. Für die Arbeit mit Gruppen sollten alle Stile etwa gleichermaßen ausgeprägt sein.



Tipp: Infos und Beispiele zu Arbeitsmethoden findest du im Kapitel 7!

Vor- und Nachteile der einzelnen Führungsstile

Autoritärer Stil

- Disziplin
- Gute Kontrolle & Übersicht
- Ruhe in der Gruppe
- Feste Regeln geben Sicherheit
- Ungestörtes Programm
- Teilnehmer wissen, was sie zu tun haben
- Keine langen Diskussionen, sondern schnelle Entscheidungen
- Kein Vertrauen in den Leiter
- Trotzreaktion
- Keine Entwicklung freier Meinung
- Lustlosigkeit, mangelnde Motivation der Teilnehmer
- Wenig Eigeninitiative
- Weniger Selbstbewusstsein
- Gruppeninteresse wird unterdrückt
- Rivalität der Gruppenmitglieder
- Kritikfähigkeit wird unterdrückt
- Talente werden nicht erkannt und folglich nicht gefördert
- Keine freie Entfaltung der Teilnehmer
- Geringe Eigenverantwortung der Gruppenmitglieder
- Hilflosigkeit der Gruppe, wenn Leitung ausfällt
- Entwicklung von Angst & Hass, daraus wird Aggression, daraus Gewalt

Laissez-Faire Stil

- Entlastung des Leiters
- Kaum Vorbereitungszeit nötig
- Entscheidungsfreiheit der Teilnehmer
- Größere Freiheiten vorhanden
- Entwicklung eines eigenen sozialen Gefüges
- Manchmal: Selbstständigkeit
- Unbeliebtheit des Leiters gering
- Durcheinander & Rivalitäten
- Gruppe versucht, Grenzen zu übergehen
- Leiter wird nicht ernst genommen
- Resignation
- Keine Eigeninitiative der Gruppe
- Kein „Wir“-Gefühl
- Kein Zusammenhalt der Gruppe
- Hohe Gefahr der Verletzung der Aufsichtspflicht
- Aufspaltung der Gruppe
- Schwächere bleiben auf der Strecke
- Unzufriedene Minderheiten
- Außenseiter bilden sich

Demokratischer/partnerschaftlicher Stil

- Vertrauen zum Leiter
- Gemeinwohl wird verstärkt
- Eigenständigkeit der Gruppe
- Hohe Motivation der Teilnehmer
- Kompromisse werden geschlossen
- Abwechslungsreiche Ideen
- Verbote werden eingesehen
- Verständnis für die meisten Probleme ist vorhanden
- Die Möglichkeit zur kreativen Entfaltung
- Meinungsfreiheit
- Gleichberechtigung
- Einbeziehen von Außenseitern
- Zeitaufwendig für den Gruppenleiter
- Sehr altersabhängig
- Keine „optimalen“ Lösungen
- Viele Diskussionen können langweilig werden



Entwicklung von Kindern und Jugendlichen

Hast du dich auch schon mal gefragt, warum Kinder und Jugendliche in einem bestimmten Alter bestimmte Dinge denken, sagen oder tun? Dann findest du in diesem Abschnitt sicher ein paar Antworten.

Die Entwicklung von jungen Menschen kann nämlich in grobe Phasen eingeteilt werden. Als Anhaltspunkt für die Einteilung wird hierbei das Lebensalter gewählt. Allerdings dient diese Einteilung nur der Orientierung. Sie trifft nicht immer und auf jeden gleichermaßen zu, da sich jeder Mensch individuell und verschieden schnell entwickelt. Der tatsächliche Entwicklungsstand von Kindern und Jugendlichen entspricht damit nicht immer dem angegebenen Alter.

Die folgende Tabelle gibt einen groben Überblick über die Entwicklungsphasen. Sie soll dir helfen, Kinder und Jugendliche in ihrer Phase besser zu verstehen und ihre Ängste und Fragen zu berücksichtigen. Außerdem beinhaltet sie Hinweise und Vorschläge für deine Arbeit als Gruppenleiter.

Alter	Entwicklungsstand	Ziele des Gruppenmitgliedes	Folgen für die Leitung	Mögliche Aktionen
3-6 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> → Sind stark Ich-bezogen → Sind lebendig, impulsiv, sprunghaft → Autoritäten werden akzeptiert → Können aufgrund geringen Erfahrungsbereiches nur zwischen Gut und Böse unterscheiden 	<ul style="list-style-type: none"> → Entdecken und Lernen 	<ul style="list-style-type: none"> → Genaue Spielanleitung geben → Kreativität, Koordinations-, Konzentrationsvermögen fördern → Unterscheide deutlich zw. Recht und Unrecht 	<ul style="list-style-type: none"> → Imitations- und Rollenspiele → Phantasiespiele → Sandspiele → Knete → Bewegungsspiele
6-9 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> → Interessen sind individuell ausgeprägt → Aufgeschlossen & begeisterungsfähig → Versuchen ihre Meinung durchzusetzen → Verlangen nach einem festen Regelnetz für Werte und Normen (werden beim Spielen gelernt) → Brauchen Anleitung & Struktur 	<ul style="list-style-type: none"> → Abenteuer erleben → Lernen → Sich messen → Sich bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> → Auf Fairness & Regeleinhaltung achten → Eigeninitiative fördern → Selbstvertrauen geben 	<ul style="list-style-type: none"> → Gruppenspiele → Wettkampfspiele → Abenteuerspiele → Geländespiele → Bewegungs- & Ballspiele



Alter	Entwicklungsstand	Ziele des Gruppenmitgliedes	Folgen für die Leitung	Mögliche Aktionen
9-12 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> → Beginn des logischen Denkens → Auflösung der starken Ich-Bezogenheit → Gleichaltrige werden wichtig → Beginnender Umbruch der naiven kindlichen Selbstsicherheit → Erste Widerstände gegen Erwachsene → Großer Wissensdrang → Abenteuerlust → Verlieren im Spiel wird mit Prestige- und Würdeverlust gleichgesetzt 	<ul style="list-style-type: none"> → Neue Interessen entdecken → Sich messen → Erfolg erleben 	<ul style="list-style-type: none"> → Eigeninitiative unterstützen → Entdeckungsfreude berücksichtigen → Sich bildende Rangordnung beobachten & evtl. eingreifen → Diskussionen & unterschiedliche Meinungen fördern → Verantwortungsbewusstsein durch Übertragung von Aufgaben stärken 	<ul style="list-style-type: none"> → Sportliche Wettkämpfe → Geländespiele → Wanderungen → Rollenspiele → Teamspiele → Natur- und Tierbeobachtungen → Gemeinsam Ideen und Aktionen finden → Projekte, bei denen jeder eine bestimmte wichtige Aufgabe hat (z.B. Baumhaus)

12-15 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> → Pubertät (Disharmonie zw. Körper & Empfindungen) → Dadurch Unsicherheiten & Hemmungen → Betonung des Äußeren → Autoritäten werden in Frage gestellt → Idealisierte Normen & Werte relativieren sich → Beginn des Aufbaus der eigenen Persönlichkeit → Zunehmende Selbstständigkeit → Reagieren empfindlich auf Kritik → Starke Reifeunterschiede 	<ul style="list-style-type: none"> → Abgrenzung von „den Kindern“ → Selbstständigkeit → Bestätigung → Grenzen austesten 	<ul style="list-style-type: none"> → Beachtung der unterschiedlichen physischen und psychischen Belastbarkeit → Geschlechtsspezifische Interessen berücksichtigen → Interessen und Bedürfnisse ernst nehmen → Situationsgebundene Zurechtweisungen 	<ul style="list-style-type: none"> → Radtour → Erlebnispädagogik → Sportliche Aktionen → Stadtspiele → Gesundheit/Wellness → Infostand → Arbeit mit Medien → Eigene Projekte der Jugendlichen unterstützen
--------------------	--	---	--	--



Alter	Entwicklungsstand	Ziele des Gruppenmitgliedes	Folgen für die Leitung	Mögliche Aktionen
15-18 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> → Stärkere Auseinandersetzung mit der Umwelt und sich selbst → Stärkeres Engagement → Stärkere Konfliktbereitschaft → Zunehmendes Sach- & Fachinteresse → Berufliche Orientierung → Entwicklung von längeren Beziehungen → Entwicklung von Perspektiven & eigenen Visionen zur Verbesserung der Umwelt 	<ul style="list-style-type: none"> → Selbstständigkeit → Bestätigung → Grenzen austesten → Behandlung als Erwachsene 	<ul style="list-style-type: none"> → Weniger organisierte Unternehmungen → Jugendliche bei Lebensplanung unterstützen → Suche nach Grenzen berücksichtigen → Gruppenleiter als Berater und Vertrauensperson → Gruppenmitglieder können selbst Gruppenleiter werden 	<ul style="list-style-type: none"> → Realisierung eigener Projekte und Vorstellungen → Wochenendfreizeiten mit Übernachtung → Besuche verschiedener Betriebe und Arbeitsfelder → Sportliche Aktionen



Rollenverhalten in Gruppen

Ein Kind in deiner Gruppe will immer sagen, wo's langgeht? Ein anderes macht ständig Blödsinn und bringt alle anderen zum Lachen? Einer hat bei fast jeder Gruppenstunde etwas am Programm auszusetzen? Ein anderer ist meist schnell zur Stelle, wenn es einen Streit zu schlichten gibt? Diese Kinder haben ganz bestimmte, typische Rollen in der Gruppe. Solches „Rollenverhalten“ ist normal und taucht in fast allen Gruppen auf, seien es Kinder, Jugendliche oder Erwachsene.

Merkmale einer Gruppe – Was ist eigentlich eine „Gruppe“?

- Eine Gruppe hat gemeinsame Aufgaben & Ziele und einen zeitlichen Bestand.
- Es gibt eine Gruppenidentität: ein „WIR“-Gefühl.
- Die Gruppengröße ist begrenzt (optimale Kommunikation bei 8-12 Personen).
- Bestimmte Verhaltensregeln existieren innerhalb der Gruppe.
- Und es gibt eine Rollenverteilung.

Wie entstehen Gruppen?

Formale Gruppen: Die Aufgabe und Leitung der Gruppe werden festgelegt, meist von außen (z.B. Schulklassen, Seminargruppen).

Informelle Gruppen: Die Aufgabe der Gruppe und evtl. auch die Leitung entwickeln sich aus der Gruppe heraus (z.B. Cliquen, Bürgerinitiativen).

NAJU-Gruppen können beides sein: Kindergruppen werden meist von Erwachsenen gegründet und geleitet. Jugendgruppen werden manchmal von den Jugendlichen selbst gegründet und dann auch geleitet.

Entstehung von Rollen

Wenn sich Menschen begegnen, haben sie vom ersten Moment an vage oder konkrete Vorstellungen davon, wie sich der oder die andere verhalten wird.

Umgekehrt versuchen Menschen, die an sie gerichteten Rollenerwartungen zu erfüllen. Dieses Verhalten verstärkt wiederum die Erwartungen der Gruppe an die Person. Die Gruppe akzeptiert dann die Person nur noch in dieser Rolle.

Jede Person verhält sich in einer Gruppe in einer für sie typischen Art und Weise. Dieses Verhalten hängt von zwei Faktoren ab:

Jede Person verhält sich in einer Gruppe in einer für sie typischen Art und Weise. Dieses Verhalten hängt von zwei Faktoren ab:

- vom Charakter der Person, geprägt von Eigenschaften, Fähigkeiten & Erfahrungen durch das Elternhaus (Rollenerwartung in der Familie durch Eltern & Geschwister)
- von der Gruppe mit den auf die Person gerichteten Rollenerwartungen

Die soziale Rolle eines Menschen ist aber nicht für immer festgelegt, sondern kann sich mit der Zeit ändern. In unterschiedlichen Gruppen nehmen Menschen oft unterschiedliche Rollen ein.



Aufgabe des Gruppenleiters

Beobachte doch mal die Kinder oder Jugendlichen deiner Gruppe. Wer hat welche Rolle in der Gruppe? Wenn du weißt, wer welche Rolle einnimmt, verstehst du das Verhalten der Teilnehmer eher und kannst Konflikte in der Gruppe besser lösen.

Außerdem ist es wichtig, den Teilnehmern die Möglichkeit zu geben, aus den Rollen auszuweichen, damit diese sich nicht zu stark verfestigen. Nur so findet eine Weiterentwicklung der Persönlichkeit statt. Wie das gehen kann, erfährst du auf den folgenden Seiten.

Rollen in der Gruppe

Es gibt verschiedene „**Hauptrollen**“: Meinungsmacher (Chef), Clown, Außenseiter, Nörgler, Vermittler, Sündenbock (Schwarzes Schaf).

Sowie zahlreiche „**Nebenrollen**“: Mitläufer, Besserwisser (Alleswisser), Redseliger, Optimist, Schüchterner, Ablehnender, Uninteressierter, Ausfrager und weitere.

Die **Hauptrollen** finden sich in den meisten Gruppen, wahrscheinlich auch in deiner Kinder- oder Jugendgruppe:

Meinungsmacher („Chef“): Neben dir als Leiter fühlt sich diese Person als Chef oder Chefin. Wenn du nicht da bist, bestimmt er, was gemacht wird. Er sieht sich in der Gruppe als dein Stellvertreter. Der Meinungsmacher lebt von seinen „Gefolgsleuten“, will immer seinen Willen und sucht Wege, diesen durchzusetzen. Dabei organisiert er auch die Gruppe und kann dir Arbeit, aber auch die Leitung abnehmen.

→ **Umgang**: Er muss lernen, dass er die gleichen Rechte und Pflichten wie die anderen Gruppenmitglieder hat. Er darf niemanden rumkommandieren. Zeige Grenzen auf und unterliege nicht der Versuchung, ihn leiten zu lassen und dich damit zu entlasten. Trage ihm bewusst Aufgaben zusammen mit anderen Gruppenmitgliedern auf. Wenn notwendig, kannst du ihm im Einzelgespräch klarmachen, dass er nicht die Verantwortung trägt.

Clown: Ein Clown versucht, sich durch Späße und Witze beliebt zu machen. Seine Späße heben oft die Stimmung, können aber auch nerven. Der Clown wandelt auf einem schmalen Grat. Er kann sehr angesehen sein oder auch nur albern und nervig. Im zweiten Fall steckt dann oft die Angst dahinter, ohne Aufmerksamkeit zum Außenseiter zu werden. Der Clown nimmt in Kauf, sich lieber lächerlich zu machen, als unbeachtet zu bleiben.

→ **Umgang**: Schau genau hin, ob sein Verhalten gut für die Gruppe ist oder ob es stört. Dem Clown die Chance geben, sich mal von einer anderen Seite zu zeigen und sich ernsthaft in die Gruppe einzubringen. Wenn der Clown etwas Ernstes und Gutes tut, unterstütze es, damit er nicht nur für Späße Anerkennung bekommt. Wenn sein Verhalten zu sehr stört, dann suche ein Gespräch mit ihm allein und thematisiere seine Rolle.

Außenseiter: Diese Person gehört gewollt oder ungewollt nicht richtig zur Gruppe. Sie geht ihren eigenen Weg und hat wenig Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern. Sie sucht Akzeptanz, welche die anderen ihr aber nicht gewähren. Deshalb steht sie außerhalb der Gruppe. Ein Außenseiter fühlt sich in seiner Rolle selten wohl, hat aber manchmal noch mehr Angst davor, ins „Rampenlicht“ zu treten und sich dabei eventuell zu blamieren.

→ **Umgang**: Richtige Außenseiter in die Gruppe zu integrieren, ist schwierig, wenn sich die Gruppe dagegen stellt. Deshalb ist es wichtig, schon in der Kennenlernphase zu beobachten, ob Tendenzen hin zu Außenseitern entstehen. Spiele und Aufgaben, bei denen Gruppenmitglieder in wechselnder Zusammensetzung etwas zusammen machen, schaffen viele Kontaktmöglichkeiten und können verhindern, dass jemand zum Außenseiter wird.



Der Nörgler: Er ist nie mit etwas zufrieden. Man kann diesen Menschen kaum für eine Aktivität begeistern. Er versucht, das Haar in der Suppe zu finden und das Ganze mies zu machen, selbst wenn es allen anderen in der Gruppe gefällt. Positiv ist, dass diese Person ihre Meinung sagt, auch wenn diese kritisch ist. Sie ist kein „Ja-Sager“ und sieht sich als Kritiker. Allerdings kann sie auch allen den Spaß verderben.

→ **Umgang:** Bewahre die Ruhe und gehe auf die geäußerte Kritik ein. Denn du möchtest ja die Meinung deiner Gruppe wissen. Aber nimm die Kritik nicht persönlich und fange nicht an, dich zu rechtfertigen. Wenn dir die Nörgelei zu viel wird, sage der Person, dass dir ihre Meinung wichtig ist, bitte sie aber um konkretes Feedback. Alles schlecht machen, ist unproduktiv. Fordere den Nörgler zu sachlicher Kritik auf.

Vermittler: Ihm ist der Gruppenzusammenhalt besonders wichtig. Ein Vermittler sieht seine Aufgabe darin, zwischen Meinungsmacher und Außenseiter, zwischen Gruppe und Gruppenleiter, aber auch bei sonstigen Konflikten zu vermitteln. Er hinterfragt das, was andere tun und erwartet, dass sich alle vertragen. Der Vermittler ist Ansprechpartner für Probleme und hat meist einen guten Draht zur Gruppenleitung.

→ **Umgang:** Vermittler sind in Konflikten häufig hilfreich für Gruppenleiter. Schwierig ist es, wenn Meinungsverschiedenheiten in der Gruppe nur negativ gesehen werden. Ist der Vermittler übermäßig harmoniebedürftig, dann solltest du das ansprechen, ihm seine Rolle klarmachen und verdeutlichen, dass Konflikte an sich nichts Negatives sind. Ein Vermittler muss verstehen, dass Auseinandersetzungen auch wertvoll sind und mit ihnen konstruktiv umgegangen werden soll.

Der Sündenbock („Schwarzes Schaf“): Ein Gruppenmitglied, das für alles Negative verantwortlich gemacht wird. Besonders schwierig ist es, wenn der Sündenbock dies noch unterstützt, weil es die einfachste Art ist, Aufmerksamkeit zu bekommen. Ein Sündenbock nimmt dann lieber alle Schuld freiwillig auf sich, bevor er von den anderen gar nicht beachtet wird.

→ **Umgang:** Wichtig ist, die Stärken des Sündenbocks herauszustellen und andere Wege zu finden, wie er in der Gruppe Anerkennung finden kann. Der Gruppe gegenüber sollte klar sein, dass nur der für etwas verantwortlich gemacht werden kann, der auch wirklich dafür verantwortlich ist. Wenn mal wieder dem Schwarzen Schaf die Schuld unterstellt wird, schalte dich ein und arbeite zusammen mit der Gruppe die wahren Ursachen aus.

Es gibt noch andere Rollen in Gruppen, aber die beschriebenen sind die häufigsten. Die soziale Rolle ist wichtig für ein Gruppenmitglied. Sie beschreibt die Position des Einzelnen in der Gruppe. Außerdem gibt sie Sicherheit, weil sie bestimmt, wie sich jemand zu verhalten hat. Kooperative Abenteuerspiele, wie sie oft in der Erlebnispädagogik angewendet werden, sind eine gute Methode, um Rollen in der Gruppe aufzuzeigen und gemeinsam zu reflektieren.

Allerdings sollten sich diese Rollen in der Gruppe nicht zu sehr verfestigen. Kinder- und Jugendgruppen können ein gutes Übungsfeld sein, wo der Einzelne die Möglichkeit hat, auch mal ein für ihn untypisches Verhalten auszuprobieren, also „in eine neue Rolle zu schlüpfen“. Das kann durch gut angeleitete Kooperationsspiele gefördert werden oder besser noch durch Rollenspiele. In einem Rollenspiel kann eine Person eine für sie ungewöhnliche Rolle spielen und dadurch erfahren, wie sich eine andere Person mit dieser Rolle fühlen muss. Dadurch können Gruppenmitglieder besser Verständnis füreinander aufbringen.



Foto: Rudolf Wittmann



Gruppenphasen

Die Entwicklung einer Gruppe lässt sich im Allgemeinen in fünf verschiedene Phasen unterteilen. Aber: nicht jede Gruppe durchläuft unbedingt alle Phasen! Vielmehr werden manchmal Phasen übersprungen oder andere Phasen nie erreicht.

Für dich als Leiter einer Gruppe kann die Kenntnis der Phasenentwicklung jedoch sehr hilfreich sein. So ist es z.B. wichtig zu verstehen, dass Machtkämpfe zu einem normalen Prozess gehören und nicht unterbunden werden müssen. Im Folgenden werden die Phasen kurz vorgestellt und Vorschläge gegeben, wie man sich als Leiter verhalten sollte.

Tipp: Hinweise zu Themen wie Kommunikation, Konfliktlösung und Feedback findest du im Kapitel 7.

Verhalten der Gruppe	Verhalten der Leitung	Programm/Spiele
Anfangsphase: „Neugierig bin ich schon, aber lieber noch vorsichtig.“		
<ul style="list-style-type: none"> → Unsicher → Ängstlich → Gespannt → Unpersönlich → Vorsichtig → Clownereien und Distanz – alles ist möglich → „ICH“-Denken herrscht vor 	<ul style="list-style-type: none"> → Informationen geben → Alle an Kommunikation beteiligen → Sicherheitsgefühl schaffen → Ängste abbauen → Ruhe vermitteln → Klare Vorgaben an die Gruppe 	<ul style="list-style-type: none"> → Klare Angebote der Leitung → Möglichkeiten zum Kennenlernen und Testen bieten → Kennenlern- & Kontaktspiele → Spiele, die Stärken der einzelnen Personen darstellen

Machtkampfphase: „Wer bestimmt hier eigentlich und wo ist mein Platz in der Gruppe?“		
<ul style="list-style-type: none"> → Rivalitäten stehen im Vordergrund → Macht- und Interessenkonflikte → Positionen und Rollen werden gesucht und gefunden → Sympathien und Aggressionen bilden sich → Beziehungen sind nicht stabil 	<ul style="list-style-type: none"> → Regeln aufstellen → Raum schaffen für die „Machtkämpfe“ → Möglichkeit zur Konfliktlösung geben → Störungen haben Vorrang → Vermitteln 	<ul style="list-style-type: none"> → Möglichkeit bieten, Macht zu erproben und auszuüben → Gelegenheit anbieten Fähigkeiten auszutesten und zu vergleichen → Wettkampfspiele, die unterschiedliche Fähigkeiten fordern → Spiele ohne Sieger für die ganze Gruppe

Vertrauensphase: „Hier fühle ich mich wohl. Wir gehören zusammen.“		
<ul style="list-style-type: none"> → Stärken & Schwächen der Einzelnen sind bekannt und werden akzeptiert → Umgangsregeln werden eingehalten → „WIR“-Gefühl → Gegenseitiges Vertrauen → Abhängigkeit zur Gruppe → Stabile Teilnehmerzahl 	<ul style="list-style-type: none"> → Leiter ist Vorbild → Dem Einzelnen zuwenden und mit ihm/ihr arbeiten → Gefühle der Einzelnen untereinander klären → Darauf achten, dass verschiedene Meinungen akzeptiert werden → Alle an Entscheidungen beteiligen 	<ul style="list-style-type: none"> → Kooperationsspiele → Vertrauensspiele → Größere Projekte und Freizeiten → Experimente möglich



Verhalten der Gruppe	Verhalten der Leitung	Programm/Spiele
Produktivitätsphase: „Jeder in unserer Gruppe ist mir wichtig. Ich bin ich.“		
<ul style="list-style-type: none"> → Lust, etwas zu schaffen → „WIR“-Gefühl ist am stärksten → Identifikation mit der Gruppe → Jedes Mitglied steht hinter der Gruppe, die Gruppe steht hinter jedem Mitglied → Deutliche Abgrenzung gegenüber anderen Gruppen → Alles ist möglich – die Gruppe ist stabil und leistungsfähig 	<ul style="list-style-type: none"> → Aufgaben und Verantwortungen können verteilt werden → Längerfristige Planungen möglich 	<ul style="list-style-type: none"> → Rollenspiele → Kooperationsspiele → Ausnutzung der Stärke der Gruppe → Kontakte zu anderen Gruppen knüpfen → Wettkämpfe mit anderen Gruppen

Abschlussphase: „Schade, dass es nicht immer so weitergeht.“		
<ul style="list-style-type: none"> → Auflösung der Gruppe → Bedürfnisse sind gesättigt/ Interesse verebbt → Energieverlust/Erschöpfung → Unruhe – etwas anderes wird interessanter → Unsicherheit – was kommt danach → Trauer – schöne Zeit vorbei 	<ul style="list-style-type: none"> → Stützung der einzelnen Mitglieder, damit die Trennung bejaht werden kann → Teilnehmer ermutigen, ihre Gefühle in Worte zu fassen (was war schön, was nicht) → Möglichkeiten bieten, dass sich Beziehungen in der Gruppe weitertragen können → Nicht klammern 	<ul style="list-style-type: none"> → Ausflüge/Besichtigungen → Fotos anschauen → Feedbackrunde → Möglichkeiten zum Abschiednehmen geben, z.B. ein Abschlussfest → Evtl. mit Übriggebliebenen etwas Neues ausprobieren, um das Potential der Gruppe zu testen

Tipp: Spiele & Aktionsideen stellen wir dir in Kapitel 8 vor.



Foto: Richard Brode



Programmgestaltung für Kinder- und Jugendgruppen

Die Gruppenstunden sind das zentrale Element deiner Kinder- oder Jugendgruppe. Auch andere Veranstaltungen (z.B. Projekte wie Zeltlager oder eine Weihnachtsfeier mit den Eltern) gehören dazu, doch diese regelmäßigen Treffen sind die kontinuierlichsten Aktionen der Gruppe und tragen sehr zum Zusammenhalt bei.

Hier bringt sich jedes Mitglied ein und gestaltet so einen ganz bestimmten Teil des Gruppenlebens. Deshalb dürfen Gruppenstunden nicht zu lustlosen „Abhängeveranstaltungen“ werden, wo Inhalte keine Rolle mehr spielen. Und damit dir das nicht passiert, hier einige Tipps zur Programmgestaltung.



11 Grundsätze der Programmgestaltung für NAJU-Kinder- und Jugendgruppen:

1. Kennenlernen der heimischen Flora und Fauna
2. Themenvielfalt
3. Natur-nah
4. Kopf – Herz – Hand
5. Bewegung
6. Bildung für Nachhaltige Entwicklung
7. Freiwilligkeit
8. Freiraum
9. Umweltverträgliche und nachhaltige Lebensweise
10. Gleichberechtigung von Mädchen und Jungen
11. Mitbestimmung der Kinder und Jugendlichen

1. Kennenlernen der heimischen Flora und Fauna

Als Jugendorganisation mit dem Schwerpunkt „Regionaler Naturschutz“ ist es uns natürlich wichtig, unsere einheimischen Pflanzen und Tiere zu kennen. Interesse an der Pflanzen- und Tierwelt besteht bei Kindern meist ganz natürlich. Die Gruppenstunde ist eine gute Möglichkeit, gemeinsam mit anderen die Natur kennenzulernen und Verständnis für ihre Erhaltung und ihren Schutz zu wecken.

2. Themenvielfalt

Grundsätzlich kann fast alles, was irgendwie mit „Natur“ zu tun hat, als Thema gewählt werden. Du kannst mit deiner Gruppe ein Thema auch über einen längeren Zeitraum behandeln, Schwerpunkte setzen und diese auf verschiedene Art und Weise umsetzen. Um eine Gruppenstunde möglichst interessant zu gestalten, lohnt es sich, Elemente einzufügen, die die Kinder zu Hause nicht so leicht haben können, z.B. Beobachtungen mit einem Binokular. Sehr gut kommen in der Regel Themen über Tiere an. Besonders geeignet sind dabei Tierarten, die den meisten Eltern weniger bekannt sind, wie beispielsweise der Biber. Dabei gibt es einen schönen Überraschungseffekt, wenn Kinder plötzlich einen vom Biber gefällten Baum finden. Oftmals gibt es in unmittelbarer Nähe Experten zu speziellen Naturthemen wie z. B. Imker, Förster, Krötenzaun-Betreuer, regionale Storchhorst- und Biberbeauftragte usw. Ein Gruppenbesuch beim Experten ist immer ein tolles Erlebnis. Einfach mal anfragen!

Themen- und Methodenvielfalt ist wichtig, nicht nur um die Gruppenstunden abwechslungsreich zu gestalten, sondern um auch die verschiedenen Fähigkeiten und Neigungen der Kinder und Jugendlichen anzusprechen. So kann sich jeder Teilnehmer, egal ob er oder sie eher sportlich, kreativ, wissbegierig oder handwerklich begabt ist, mal „beweisen“ und seine/ihre Stärken zeigen.



3. Natur-nah

In den Kinder-/Jugendgruppen sollen die Teilnehmer mit spielerischen Mitteln mit der Natur vertraut gemacht werden. Das geht am besten dort, wo die Pflanzen und Tiere leben: also draußen. Kinder und Jugendliche verbringen einen großen Teil ihrer Zeit in Schulräumen und zu Hause am Computer oder vor dem Fernseher. Die Gruppenstunde soll bewusst einen Gegensatz dazu bilden: raus an die frische Luft. Wenn die Kinder entsprechend gekleidet sind, kannst du mit deiner Gruppe bei fast jedem Wetter wenigstens einen Teil der Gruppenstunde draußen verbringen.

4. Kopf – Herz – Hand

Bei jeder Gruppenstunde sollten möglichst immer Kopf, Herz und Hand angesprochen werden.

Kopf – Erkenntnisebene: Heißt, Wissen & Werte vermitteln – spielerisch, mit Bildern, mit realen Materialien, mit Quiz, mit Fragen, aber ohne Stress und nicht lehrerhaft.

Hand – Praktische Handlungsebene: Heißt, dass die Kinder eine praktische Aufgabe haben, etwas „zu tun“ haben, z.B. einen Forscherauftrag, etwas herstellen, basteln...

Herz– Gefühlsebene: Sinnliche Wahrnehmung, hier eignen sich sehr gut die verschiedensten Spiele, Erzählen, Lieder, am Feuer sitzen...

Die einzelnen Elemente greifen in der Gruppenpraxis natürlich auch ineinander über.

5. Bewegung

Wenn Kinder oder Jugendliche zur Gruppenstunde kommen, haben sie oft schon einen langen Schultag (oder Schulwoche) hinter sich, den (die) sie größtenteils sitzend verbrachten. Allerdings haben junge Menschen einen ganz natürlichen – und manchmal überraschend großen – Bewegungsdrang. Meistens ist es daher sinnvoll, zum Anfang der Gruppenstunde Spiele zu spielen, bei denen die Kinder sich austoben können. Danach kannst du gut zu ruhigeren Spielen oder Aktivitäten übergehen, bei denen die Teilnehmer sich dann auch besser konzentrieren können.

6. Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE)

BNE ist ein umfassendes Bildungskonzept, welches das Ziel hat, eine nachhaltige Entwicklung unserer Gesellschaft zu bewirken. Dabei versucht BNE, ökologische und soziale, kulturelle und politische, wirtschaftliche und globale Aspekte zu verknüpfen. Damit kann BNE als eine Erweiterung der klassischen Umweltbildung angesehen werden. Die Prinzipien von BNE sollten auch in die Programmgestaltung deiner Kindergruppe mit einfließen. Zu diesen Prinzipien gehört z.B., dass die Teilnehmer fähig werden, die in der Gruppenstunde behandelten Themen (und das erhaltene Wissen & Fähigkeiten) auf ihren Alltag zu übertragen und selbst aktiv zu werden.



Foto: Martina Widuch

7. Freiwilligkeit

Die Aktionen in der Gruppenstunde sind ein Angebot. Kein Teilnehmer sollte zum Mitmachen gezwungen werden. Allerdings ist die Gruppe ein guter Ort für die Kinder und Jugendlichen, Neues und evtl. Ungewöhnliches auszuprobieren. Ermutige die einzelnen Mitglieder deiner Gruppe, bei den Aktionen mitzumachen und es wenigstens auszuprobieren, anstatt einfach nur zuzuschauen. Bei manchen Aktionen sollte natürlich vorher feststehen, dass alle, die zur Gruppenstunde kommen, auch teilnehmen wollen, z.B. wenn eine Wanderung geplant ist. Ansonsten ist es nicht problematisch, wenn ein Kind z.B. bei einem Spiel nicht mitmacht, solange es sich ruhig verhält und die anderen Teilnehmer nicht ablenkt.

Tipp: Ausführliche Erläuterungen und Informationen zu BNE findest du in Kapitel 6!



8. Freiraum

Bei aller guten Planung solltest du bei jeder Gruppenstunde auch Zeit für „Ungeplantes“ haben. Wofür immer spontan Zeit und Raum sein sollte, ist die Beobachtung der Umgebung. Unerwartet eine Raupe, einen Frosch oder einen Vogel zu finden und zu bestimmen, ist oft sehr spannend. Deshalb empfiehlt es sich, bei allen Unternehmungen Bestimmungsbücher, Becherlupe und Fernglas dabei zu haben.

Außerdem ist es nicht notwendig, die gesamte Gruppenstunde mit Programm zu füllen. Je nach Umgebung und nach Alter und Persönlichkeit der Gruppenmitglieder ist es gut, wenn diese einen Teil der Gruppenstunde für Freispiel zur Verfügung haben.

9. Umweltverträgliche und nachhaltige Lebensweise



Lebensmittel aus kontrolliert-biologischem Anbau

Die Gruppenstunde hat auch in ganz praktischer Hinsicht eine Vorbildfunktion, z.B. wenn es ums Essen geht. Gemeinsam kochen oder backen macht Spaß und fördert die Gemeinschaft. Gleichzeitig sind Gruppenstunden „in der Küche“ eine super Möglichkeit, um über die Herkunft unserer Nahrungsmittel, über Tierhaltung und biologische Landwirtschaft ins Gespräch zu kommen. Beim Kochen und Backen mit Biolebensmitteln lernen die Kinder, dass „Bio“ nicht nur gesund, sondern auch lecker ist. Manches Kind wird vielleicht überrascht sein, dass „Bio“ mehr ist als nur „krümelige Gemüse-Burger und Sprossen“.

Abfall vermeiden und verwerten

Ebenso wichtig ist die Vorbildfunktion der Gruppenstunde im Bereich Abfallvermeidung. Es sollte selbstverständlich sein, dass bei Aktionen in der Natur kein Müll hinterlassen wird. Am besten schon

beim Einkauf auf verpackungsarme Produkte achten. Wenn die Möglichkeit besteht, könnte die Gruppe sogar ihren eigenen Kompost anlegen. Dieser ist nicht nur für die Verwertung von Bioabfall nützlich, sondern bietet auch Lebensraum für interessante Kleinlebewesen, die die Kinder beim Umsetzen des Kompostes entdecken können. Nicht zuletzt werden natürliche Abbauprozesse der Natur in einem Kompost sichtbar.

Umweltfreundliche Transportmittel

Sicher braucht es nicht immer ein Auto, um bei der Gruppenstunde dabei sein zu können. Ermutige die Teilnehmer deiner Gruppe, zu Fuß oder mit dem Rad zu kommen (soweit das möglich ist, natürlich abhängig von Alter und Verkehrssituation). Am besten bist du selbst ein gutes Vorbild. Wenn der Treffpunkt etwas abgelegen ist, sind Fahrgemeinschaften sinnvoll. Eine gute Idee ist auch mal eine Gruppenstunde zum Thema „Verkehrsmittel“.

10. Gleichberechtigung von Mädchen und Jungen

In der Kinder- oder Jugendgruppe sollten sich sowohl Mädchen als auch Jungen wohlfühlen, Spaß haben und ihre Interessen wiederfinden und umsetzen können. Deshalb am besten das Programm für deine Gruppe so gestalten, dass sich Mädchen und Jungen gleichermaßen angesprochen fühlen. Das betrifft nicht unbedingt jede einzelne Gruppenstunde, sondern eher das Gesamtprogramm. So kann beispielsweise eine Gruppenstunde mal eher die Mädchen ansprechen, das nächste Treffen eher die Jungs.

TIPP: Argumente für die Verwendung von Biolebensmitteln findest du im Kap. 3!

TIPP: Weitere Anregungen zu diesem Thema gibt es in Kapitel 7 unter „Gender Mainstreaming“.



11. Mitbestimmung der Kinder und Jugendlichen bei der Programmgestaltung

Natürlich kannst du deine Gruppenstunden allein planen, das ist eventuell stressfreier und es kommt nicht zu Diskussionen in der Gruppe. Du kannst versuchen, dein Programm stur durchzuführen, aber ist das auch der bessere Weg? Wir denken nein, denn unserer Meinung nach ist es wichtig, die Gruppenmitglieder früh mit in die Programmgestaltung einzuspannen. Nur so lernen sie, Eigenverantwortung zu übernehmen, und können Erfahrung und Selbstbewusstsein dazugewinnen. Auch lernen sie, die Interessen der anderen zu akzeptieren. Außerdem werden sich die Teilnehmer besser mit ihrer Gruppe identifizieren. Und der wichtigste Punkt ist der Spaßfaktor, denn die Teilnehmer haben einfach mehr Spaß bei einer Aktion, die sie selbst mitgeplant haben.

Einen groben Plan für den Ablauf der Gruppenstunde solltest du trotzdem, besonders in der Anfangsphase, im Hinterkopf haben. Dabei sollten die Aktivitäten, die drinnen stattfinden, besser durchdacht sein. Bist du mit deiner Gruppe draußen unterwegs, kannst du eher improvisieren. Aber lass die Kinder dabei nicht zu bloßen Konsumenten des Programms werden.

Nicht jede Gruppe kannst du gleichermaßen an deiner Planung beteiligen. Alter und Entwicklung der Mitglieder spielen da eine große Rolle. Je älter die Teilnehmer, desto mehr Verantwortung können und sollten sie für die Programmgestaltung übernehmen. Eine weitere wichtige Voraussetzung für Mitbestimmung ist Kommunikation. Die Teilnehmer deiner Gruppe können die Gruppenstunden nur effektiv mitgestalten, wenn sie gegenüber dir und anderen Teilnehmern über ihre Vorstellungen, Wünsche und Meinungen sprechen können, d.h. wenn sie sich dieser Vorstellungen und Meinungen bewusst sind und diese auch ausdrücken können. Das klingt für dich vielleicht ganz einfach und selbstverständlich. Für viele Kinder und Jugendliche ist es das aber nicht! Ein Grund dafür ist, dass sie meist nicht nach ihrer Meinung gefragt werden, zum Beispiel in Schule oder Familie. Solch wichtige Kommunikation kannst du in deiner Gruppe langsam fördern, indem ihr zum Beispiel regelmäßig darüber spricht, was den Teilnehmern an der Gruppenstunde (nicht) gefallen hat und warum (nicht).



Wie eine gemeinsame Planung aussehen kann und was du beachten solltest, wollen wir dir durch verschiedene Methoden und Vorschläge zeigen:

Kinder bis 11 Jahre

Schon in diesem Alter kannst du deine Gruppenmitglieder mit in die Planung einbeziehen. Klar sind die Kids noch nicht soweit, groß Verantwortung zu übernehmen und etwas selbst zu planen. Doch es reicht ihnen schon, wenn du versuchst, ihre Interessen und Wünsche mit in das Programm aufzunehmen. Dann fühlen sie sich ernst genommen und sind gleich mit noch mehr Elan dabei. Und das fängt auch schon klein an, nämlich schon dann, wenn du, obwohl du die Stunde schon fest geplant hast, ihnen immer ein Mitbestimmungsrecht gibst. Sei es nur, wenn du ihnen überlässt, welches Spiel gespielt wird oder welche Schablone sie beim Basteln als erstes nehmen. Auch kleine Aufgaben können verteilt werden. Willst du sie im größeren Rahmen mit einspannen, hier ein Beispiel:

Setzt euch alle zusammen in einen Kreis, um einen Tisch oder auf die Erde, ganz egal, Hauptsache die ganze Gruppe sitzt zusammen. Dann verteile Zettel und Stifte an jedes Mitglied, und jeder soll ein paar Dinge, die er oder sie gerne mal machen möchte, aufschreiben oder malen. Auf diesenzetteln werden jede Menge verschiedene Sachen stehen und viele wirst du auch nicht in deinen Gruppenstunden machen können. Doch schon die wenigen, die du mit in deine Planung aufnimmst, zeigen den Kindern, dass du sie mit einbeziehst, denn sie werden ganz schnell merken, dass es ihre Ideen sind.

TIPP: In Kapitel 7 findest du viele praktische Anregungen zu Kommunikation, Gesprächstechniken, Feedback etc.



Jugendliche zwischen 11 und 16 Jahren

In diesem Alter kannst du deine Mitglieder schon mehr mit einspannen, was allerdings nicht unbedingt leicht gelingt. Die Jugendlichen kommen häufig mit der Erwartungshaltung in die Gruppe, dass du alles für sie organisierst und machst, und dass sie selber nichts machen „müssen“. Das Programm zu planen und Besorgungen zu machen, sind zwar auch deine Aufgaben als Gruppenleiter, gleichzeitig sollen die Gruppenmitglieder aber ja auch Verantwortung und Selbstständigkeit erlernen und das geht nur, wenn sie eingebunden sind. Wenn du eine neue Gruppe hast, kannst du nicht mit der Tür ins Haus fallen und sagen: „Macht mal!“ Das geht alles Schritt für Schritt. Plane, gerade in der Anfangsphase, erst einmal ohne Einbeziehung deiner Gruppe die Gruppenstunden und führe sie durch. Dann setzt dich als erstes mit deiner Gruppe zusammen und überlegt euch gemeinsam Programmvorschläge. Nach einigen Gruppenstunden – es ist deine Aufgabe, den genauen Zeitpunkt abzumessen – überlegst du dir dann, wie du die Aufgaben und Programmelemente während der Gruppenstunde an deine Mitglieder verteilen könntest. Dies ist eine wichtige Rolle, die du als Gruppenleiter übernehmen musst. Es ist nicht deine Aufgabe, den Boss oder die Chefin zu spielen, sondern alle in die Arbeit und Verantwortung einzubeziehen. Nur so wird deine Gruppe eine arbeitsfähige Aufgabenverteilung entwickeln und zu einer gut funktionierenden Gruppe werden.

Jugendliche ab 16 Jahren

Jetzt kommen die Teilnehmer in ein Alter, wo die Mitbestimmung und Mitgestaltung am Programm sehr wichtig ist. Hier können und wollen die Mitglieder fast alles gemeinsam planen. Zwar solltest du die oder der Hauptverantwortliche sein, aber auch jede Menge Verantwortung, gerade bei der Planung, abgeben, damit deine Gruppenmitglieder immer mehr mit eingespannt werden und selbst lernen, Verantwortung zu übernehmen. Hier ist es wichtig, dass ihr euch zusammensetzt, gemeinsam plant und durchführt. Wenn eine Gruppe im optimalen Fall von den Anfängen im Kindes- bis zum Erwachsenenalter zusammen ihr Gruppenleben lebt, wird sie so Schritt für Schritt immer mehr in die Planung einbezogen. Hast du eine Gruppe, die schon älter ist, ist es wichtig, dass du sie langsam in die Planung mit einspannst und sie nicht gleich mit zuviel Verantwortung überforderst. Zunehmend entwickelt sich deine Rolle vom Leiter zum Berater der Gruppe.

Einbeziehung der Eltern in die Planung und Durchführung von Gruppenstunden

Früher oder später kommt es zu Gesprächen mit den Eltern. Am besten die Eltern gleich mit einbeziehen, bevor irgendwelche Probleme auftreten und es zu Konflikten kommt.

Pro – Eltern einbinden

Die Eltern interessieren sich meist dafür, was in der Gruppe gemacht wird. Durch gezielte Gespräche können sie auf dem Laufenden gehalten und über zukünftige Unternehmungen informiert werden. Gespräche mit den Eltern geben oft auch wichtige Hinweise für den Umgang mit einem Kind. Außerdem können Eltern einen wichtigen Beitrag zum Erfolg eines Vorhabens leisten, indem sie die Gruppe ideell, materiell oder finanziell unterstützen (10 Kinder haben ca. 20 Elternteile mit 20 verschiedenen Berufen, ihren Fähigkeiten und Kontakten...), z.B. durch Gestaltung der Gruppenräume, Schreiben von Zeitungsartikeln oder Materialtransport etc.

Contra – Eltern Grenzen aufzeigen

Eltern bei allen Treffen dabeizuhaben, wäre störend und würde es den Kindern erschweren, eine Gruppe zu bilden. Kinder und Jugendliche verhalten sich anders im Gruppenalltag, wenn sie Freiräume haben, die nicht von ihren Eltern eingeschränkt werden.



TIPP: Im Kapitel 1 sind die Ziele der NAJU im § 3 der Jugendordnung nachzulesen.



Um die Eltern dennoch einzubinden, gibt es verschiedene Möglichkeiten:

- Elternbrief (z.B. um Einverständniserklärung für eine Veranstaltung zu erhalten)
- Elternabend (mit oder ohne die Kinder, wo Raum gegeben wird, Fragen zu stellen oder sich auszutauschen)
- Einzelgespräch, wenn Kinder abgeholt oder gebracht werden (dafür Zeit einplanen)
- Eltern anrufen
- Elternbesuch bei besonderen Anliegen
- „Tag der offenen Tür“
- Ab und zu gemeinsame Aktivitäten oder Familientage



Programmübersicht für Teilnehmer und Eltern

Es ist sinnvoll, eine Programmübersicht für Eltern und Kinder zu erstellen. Das muss nicht aufwendig sein. Bewährt hat sich ein einfacher DIN A4-Zettel, der kurz über die Termine, Uhrzeit und Themen informiert, gegebenenfalls auch über den Treffpunkt und was von den Kindern mitzubringen ist. Wichtig ist, auf wetterbedingte Änderungen hinzuweisen. Die Kontaktadresse und -telefonnummer sollten auf keinem Programmzettel fehlen. Schön ist auch ein lustiges Bild oder ein Comic. Fertig ist die Programmübersicht! Über welchen Zeitraum dieses Programm erstellt wird, hängt von der Häufigkeit der Treffen ab und davon, wie langfristig du planen kannst und willst.

Ein paar Worte zur Programmgestaltung speziell in Jugendgruppen

Während Kinder noch für die vielfältigsten Ideen und Aktionen offen sind, ist das bei Jugendlichen nicht mehr so einfach der Fall. Für Jugendliche ist es vor allem wichtig, etwas gemeinsam mit Gleichaltrigen zu erleben und zu unternehmen. Das Thema ist dabei von untergeordneter Bedeutung, es sollte aber konkret sein und einen aktuellen Bezug zum Alltag der Jugendlichen haben (was diese Altersgruppe gerade bewegt). Dabei kann das Thema durchaus anspruchsvoll sein. Auf jeden Fall wollen Jugendliche an sinnvollen und praktischen Projekten arbeiten, die ein konkretes, erreichbares Ziel und einen nachweisbaren Effekt haben. Die Jugendlichen brauchen das Gefühl, mit dem, was sie tun, etwas bewirken zu können. Sie wollen Spuren hinterlassen. Worauf Jugendliche allerdings empfindlich reagieren, ist jeder Versuch, sie „missionieren“ zu wollen in Bezug auf „richtiges“ Verhalten in Sachen Umwelt. Am besten vermeidest du den Begriff „Öko“ ebenso wie eine Überfrachtung mit Umweltthemen. Was bei einem gemeinsamen Projekt nicht fehlen darf, ist der Erlebniswert der Aktionen – Abenteuer, Spaß und Action gehören dazu!

Eine letzte Bemerkung zur Programmgestaltung

Du kannst es selten allen Gruppenmitgliedern gleichzeitig recht machen! Neben begeisterten Momenten gibt es manchmal auch Missmut in der Gruppe. Das ist ganz normal. Dies kann unterschiedliche Gründe haben, die sich nach einer gemeinsamen Auswertung der Gruppenstunde sicherlich finden und aus dem Weg räumen lassen.



Tipp: Programmbeispiele für komplette Gruppenstunden gibt's in Kapitel 6!



Integration von Jugendlichen in den LBV

Oder: Kindergruppe – Jugendgruppe – Kreisgruppe

Du hast erfolgreich eine Kindergruppe gegründet. Sie wächst und gedeiht oder hat vielleicht auch immer dieselben Mitglieder, egal ... Aber vielleicht fragst du dich langsam, wie es weitergeht, wenn die Kinder ebenso „wachsen und gedeihen“ und irgendwann Teens werden? Wenn sie vielleicht keine Lust mehr auf diesen „Kinderkram“ haben? Dann ist es langsam Zeit für eine Jugendgruppe! Oder du willst sowieso von vornherein eine Jugendgruppe gründen? Dann bekommst du hier ein paar praktische Tipps.

Übergang von der Kinder- zur Jugendgruppe

- Wenn du eine Kindergruppe leitest und einige Teilnehmer langsam zu alt für das Kinderprogramm sind, ist es wichtig, möglichst bald passende Aktionen für die Älteren anzubieten. Sonst langweilen sie sich und kommen irgendwann einfach nicht mehr.
- Ermutige die Älteren ab und zu, das Programm für die Jüngeren zu gestalten. So bekommen sie zunehmend mehr Verantwortung und außerdem die Bestätigung, dass sie wichtig sind. Nebenbei wachsen sie in die Betreuung der Kindergruppe mit rein. So kann eine gemischte Kinder- und Jugendgruppe funktionieren.
- Wenn du merkst, dass eine Teilung der Gruppe in Kinder- und Jugendgruppe besser wäre oder die Gruppe insgesamt einfach alt genug ist, um eine Jugendgruppe zu werden, dann ist ein formaler Übergang von der Kinder- zur Jugendgruppe gut: z.B. mit einem Abschlussfest, einer Veranstaltung speziell zum Auftakt der neuen Jugendgruppe... Vielleicht haben die Jugendlichen selbst eine Idee, wie sie die Gründung der Jugendgruppe begehen wollen.

Neugründung einer Jugendgruppe

- **Generelle Tipps zur Gruppengründung findest du am Anfang von Kapitel 5.**
- Eine gute Möglichkeit, Jugendliche außerhalb der NAJU für Natur- und Umweltprojekte zu gewinnen, ist die Gründung von Schüler-AGs, zum Beispiel in Ganztagschulen.
- Gerade für Jugendgruppen ist es eine gute Idee, gleich beim ersten Treffen etwas Größeres zu unternehmen, was die Gruppe zusammenwachsen lässt.

Wie ticken Jugendliche – Wichtiges über die jungen Leute von heute

- Das Wichtigste für Jugendliche: gemeinsam mit Gleichaltrigen und Gleichgesinnten („peer group“) etwas tun und dabei Spaß haben!
- Andererseits: Jugendliche wollen eine sinnvolle Aufgabe haben und ein gemeinsames Ziel verfolgen. Sie brauchen das Gefühl, mit dem, was sie tun, etwas bewirken zu können.
- Deshalb wichtig für deine Arbeit mit Jugendlichen: Eine sinnvolle Tätigkeit verbinden mit Spaß, Abenteuer und Action!
- Jugendliche möchten sich oft nicht festlegen und engagieren sich lieber kurzfristig als sich in dauerhaftem Engagement zu verpflichten. Da sind abgeschlossene Projekte meist besser als regelmäßige Gruppenstunden.
- Andererseits schätzen junge Menschen auch, wenn durch gemeinsames längerfristiges Engagement eine Art zweites Zuhause in der Gruppe entsteht.
- Jugendliche wollen eigene Ideen einbringen und ernst genommen werden.
- Ermuntere die Jugendlichen, eigene Ideen umzusetzen, und unterstütze sie bei dieser Umsetzung, auch wenn die Ideen nicht unbedingt deinen eigenen Vorstellungen entsprechen.
- Gerade für Jugendliche sind eigene Räume sehr wichtig, wo sie relativ autonom sind, wo sie sich auch außerhalb der „offiziellen“ NAJU-Treffen aufhalten können, wo sie auch mal einfach „abhängen“ können.
- Anerkennung für ihr Engagement ist auch Jugendlichen sehr wichtig. Also belohnt euch nach einer gelungenen Aktion!



- Sei dir bewusst, dass die NAJU-Gruppentreffen eine große Konkurrenz haben durch andere Freizeitangebote und Medien wie Computer, Fernseher, Handy...
- Außerdem haben Jugendliche zunehmend weniger Freizeit, weil oft mehrere Nachmittage in der Woche schon mit Nachmittagsunterricht, Sportverein, Instrument lernen, Sprache lernen etc. belegt sind.
- Jugendliche stehen heute oft unter dem Druck, auch in ihrer Freizeit etwas für ihren späteren Lebensweg tun zu müssen, um bessere Chancen auf dem Arbeitsmarkt zu haben. Biete deshalb Aktionen und Themen an, bei denen die Jugendlichen ganz klar Wissen und Kompetenzen für ihre spätere berufliche Laufbahn erwerben können. Ehrenamtliches Engagement macht sich in jedem Lebenslauf gut!
- Selbst engagierte Jugendliche gehen oft zur Ausbildung oder zum Studium weg von zu Hause und damit auch weg von der NAJU-Gruppe, in der sie aktiv waren. Vielleicht könnt ihr eure Gruppentreffen und Aktionen aufs Wochenende verlegen, sodass zumindest diejenigen noch dabei sein können, die übers Wochenende noch nach Hause kommen.

TIPP: Ausführliche Infos zur Entwicklung von Kindern und Jugendlichen gibt's in Kapitel 5.

Unterstützung durch die Kreisgruppe

- Die Praxis zeigt: Gut funktionierende Jugendgruppen haben die Unterstützung der LBV-Kreisgruppen! Also keine Hemmungen – lerne die Kreisgruppe vor Ort kennen und bitte sie um Unterstützung! Eine gut funktionierende Jugendgruppe ist schließlich auch im Sinne des LBV – die Jugendgruppe von heute ist die Kreisgruppe von morgen!
- Frag z.B., ob die Kreisgruppe jugendgerechte Veranstaltungen anbieten könnte oder ob sie euch als Jugendgruppe mal zu einer Veranstaltung einladen möchte, z.B. für praktische Naturschutzarbeit auf Naturschutzflächen der Kreisgruppe.
- Oder plant gemeinsame Aktionen und Ausflüge von Kinder-, Jugend- und Kreisgruppe. Wie wär's z.B. mit Karpfenteich-Abfischen und anschließendem Karpfen-Essen?
- NAJU- und LBV-Mitglieder kennen sich oft kaum, v.a. wegen der räumlichen Trennung. Vielleicht hat die Kreisgruppe ein eigenes Gebäude, das ihr mitnutzen könnt? So lernt ihr euch gegenseitig kennen und es entstehen nützliche Kontakte.
- Frag mal bei der Kreisgruppe nach, ob sie eine eigene Fläche hat, die betreut werden muss, und ob ihr als Jugendgruppe die Verantwortung dafür übernehmen dürft... nichts motiviert mehr als ein EIGENES Projekt, auf das ihr stolz sein könnt!
- Wie wär's, wenn die Jugendlichen die Webseiten der LBV-Kreisgruppe gestalten würden?
- Ladet Referenten aus der Ortsgruppe zu euren Gruppentreffen ein.
- Präsentiert euch gemeinsam auf Infoständen.
- Frag bei der Kreisgruppe an, ob die Mitglieder interessierte Jugendliche zu „Spezialisten“ in bestimmten Bereichen ausbilden können. Damit haben die Jugendlichen dann die Möglichkeit, ihr Fachwissen und ihre Fähigkeiten in Schulen oder an die Kindergruppe weiterzugeben...
- Sicher können euch die Kreisgruppenmitglieder auch in punkto Transport unterstützen, damit ihr für praktische Aktionen raus in den Wald oder auf die Wiese kommt.
- Bestimmt fallen euch noch mehr Ideen ein, wie ihr mit der Kreisgruppe zusammenarbeiten könnt... (wir freuen uns auch immer über eure Vorschläge und Tipps).

Weitere Ideen für deine Jugendgruppe

- Naturschutz und Sport verbinden: biete z.B. ein Kletterseminar, eine Radtour oder Kanutour an, je nachdem, was sich in deiner Region anbietet...
- Um als Gruppe mehr zusammenzuwachsen, eignen sich am besten längere gemeinsame Unternehmungen am Wochenende oder in den Ferien (z.B. Zeltlager, Wochenendfreizeit).



Motivation

Motivation ist ein wichtiges Thema, welches jeden Gruppenleiter irgendwann beschäftigt. Andere mit-zureißen und für etwas zu motivieren, ist eine Kunst, die sehr entscheidend, aber manchmal auch sehr schwer ist. Und wie motivierst du nicht nur andere, sondern auch dich als Gruppenleiter selbst? Was kannst du gegen Frustrationen tun? Es wird immer Dinge geben, die in deiner Arbeit gut laufen, und Dinge, die schlecht laufen. Die einen motivieren dich, die anderen führen zu Frustrationen. Es ist wichtig, mit beiden umgehen zu lernen. Das Geheimnis ist, die Dinge herauszufinden, die dich motivieren, und gezielt zu versuchen, die Situation so zu verändern, dass du motivierter bist.

Natürlich versucht jeder, Frustrationen zu vermeiden. Aber wenn es dann doch einmal passiert, musst du sie nicht unbedingt nur auf dich selbst beziehen. Frustrationen können auch als Ansporn gesehen werden, es das nächste Mal besser zu machen.



Deine eigene Motivation – Werde dir über deine Motive klar

Der Begriff hat mit Bewegung zu tun. Was treibt dein Handeln an? Was sind deine Motive, etwas zu tun? Das herauszufinden, ist der erste Schritt. Auf folgende Fragen solltest du eine persönliche Antwort finden:

- Warum bin ich Gruppenleiter geworden?
- Was will ich mit meiner Arbeit erreichen?
- Was sind meine Ziele für mich selbst?
- Was sind meine Ziele für die Gruppe?
- Was macht mir an meiner Aufgabe besonders Spaß und warum?
- Liegen die Faktoren, die mir Spaß machen, bei mir oder bei anderen?
- Was gefällt mir an meiner Aufgabe überhaupt nicht und warum?
- Liegen die Faktoren, die mich frustrieren, bei mir oder bei anderen?
- Wie kann ich die Situation so verändern, dass ich mehr Spaß bei meiner Arbeit habe und weniger frustriert bin?

Diese Fragen sollen dir helfen, deine Situation richtig zu beurteilen. Das wiederum wird es dir ermöglichen, diese Situation zu verändern.

Motivation vor – während – nach einer Aktion

Motivation durch realistische Ziele

Zunächst solltest du ein realistisches Bild davon entwickeln, was du willst und kannst. Wenn du dir darüber im Klaren bist, was du willst, prüfe als nächstes, welche deiner Ziele du überhaupt erreichen kannst. Z.B.: Deine Gruppe besteht nur aus fünf Leuten. Wenn du das Ziel hast, innerhalb eines Jahres die Anzahl der Mitglieder zu verdoppeln, ist die Frustration wahrscheinlich vorprogrammiert. Realistisch wäre es, die Gruppe auf acht vergrößern zu wollen. Realistische und kleinere Ziele führen dazu, dass du eher Erfolgserlebnisse hast. Erfolg führt dann auch wieder zu neuer Motivation. Das klingt simpel – ist aber sinnvoll. „Ein Ziel nicht zu erreichen, ist nicht schlimm, keine Ziele zu haben, ist viel schlimmer.“



Kleine Schritte gut geplant

Jetzt ist die Maßnahmenplanung dran. Was musst du tun, damit du die Ziele erreichst? Welchen Weg musst du einschlagen? Viele kleine konkrete Handlungsschritte sind einfacher zu realisieren als ein großes unüberschaubares Projekt! Wer macht auf dem Weg zum Ziel was? Hier kommen auch die anderen Leute in der Gruppe ins Spiel. Suche dir „Verbündete“ für deine Aktivitäten. Einzelkämpfer gehen das Risiko ein, sich zu überschätzen und zu scheitern. Wenn du deine eigenen Stärken und Schwächen kennst, dann suche dir die passenden Mitarbeiter, damit du gewährleisten kannst, dass das, was du nicht selbst machen kannst, auch funktioniert.



Motivation während der Umsetzung

Dann geht es an die Umsetzung. Das Team beginnt mit der Arbeit. Von Zeit zu Zeit solltest du überprüfen, ob schon Teile der Ziele erreicht sind. Aus diesen Teilerfolgen kannst du dann die nötige Motivation zum Weitermachen ziehen. Teilerfolge feiern nicht vergessen!

Was lief gut oder schlecht – Motivation fürs nächste Mal

Am Ende eines Projektes steht die Auswertung. Was habt ihr erreicht? Das sollte gefeiert werden! Was wurde nicht geschafft und warum nicht? Natürlich ist es erst einmal ein Misserfolg, wenn etwas schief gegangen ist. Aber wir sind Menschen, die nicht perfekt sind. Unsere entscheidende Fähigkeit ist, dass wir lernen können, es beim nächsten Mal besser zu machen! Dazu musst du aber herausfinden, was genau falsch gelaufen ist und warum. Daraus resultieren Erfahrungen, die dir beim nächsten Mal sehr hilfreich sein können.

Wie kannst du dich als Leiter und euch als Leitungsteam motivieren?

Ein paar Ideen, die zu einem motivationsfördernden Klima innerhalb des Leitungsteams beitragen:

- Erfolge feiern: Gönnst euch auch mal etwas, belohnt euch selbst.
- Anerkennung aussprechen: Wenn im Team ein Klima entsteht, wo ihr euch gegenseitig für das Geleistete lobt, motiviert ihr euch gegenseitig.
- Kritik üben: Wenn jemanden etwas stört, sollte darüber gesprochen werden. Unausgesprochener Frust hilft niemandem weiter.
- Erwartungen klären: Was willst du von anderen? Was erwarten sie von dir?
- Nicht immer nur Dinge tun, die kein anderer machen will, sondern auch das, was dir wirklich Spaß macht.

Wie kannst du deine Gruppe motivieren?

Diese Faktoren können dir helfen, die Kinder und Jugendlichen in deiner Gruppe zu motivieren:

- Überzeugung: Du musst von dem überzeugt sein, was du tust und vorschlägst.
- Begeisterung: Wenn du begeistert und engagiert bei der Sache bist, färbt das auch schnell auf die anderen ab. Wenn du aber lahm und gelangweilt ein Spiel anleitest, wird niemand richtig Lust haben mitzuspielen. Somit ist die eigene Motivation auch die beste Motivation für die Gruppenmitglieder.
- Kreativität: Kreative Ideen, die deine Gruppe überraschen, sind das Salz in der Suppe. Auch ein Spiel, das schon bekannt ist und oft gespielt wurde, macht wieder Spaß, wenn es in eine Geschichte verpackt und etwas abgeändert wird.
- An die Interessen der Gruppe anknüpfen: Es ist einfacher, jemanden für etwas zu begeistern, was sie/ihn von vornherein interessiert. Jemanden dazu zu bringen, etwas zu tun, was unattraktiv ist, ist schwer und geradezu eine Kunst.

TIPP: „Wenn ein Schiff gebaut werden soll, dann ordne nicht an, Holz zu fällen, sondern wecke die Sehnsucht nach dem Meer.“



Was tun bei Problemen und Konflikten?

Nicht immer läuft alles so wie geplant. Selbst in der harmonischsten Gruppe gibt es mal Uneinigkeiten. Was also tun, wenn es zu Problemen oder Konflikten in der Gruppe oder im Leitungsteam kommt?

Mögliche Probleme

Unbeständigkeit der Gruppe

Manche Kinder deiner Gruppe kommen zu jeder Gruppenstunde, andere nur ab und zu? Die einen kommen oft zu spät? Andere gehen früher?

Damit sich innerhalb der Gruppe Vertrautheit und Freundschaften entwickeln können, ist es wichtig, für eine möglichst gleichbleibende Gruppenzusammensetzung zu sorgen. Auch für die Betreuer ist es hilfreich, sich auf die Kinder einstellen zu können. Aber nicht nur die unregelmäßige Teilnahme, sondern auch ständiges Zuspätkommen kann stören. Es sollte also auf eine regelmäßige und pünktliche Teilnahme geachtet werden. Kleine Teilnehmerheftchen mit Stempeln oder ähnlichem können für die Kinder ein Anreiz sein.

Häufig ist es für manche Eltern arbeitsbedingt schwer, die Zeiten einzuhalten. In diesen Fällen lassen sich vielleicht Fahrgemeinschaften bilden oder die Anfangszeit verschieben. Klare Absprachen mit den Eltern sind in jedem Fall wichtig. Die Kinder sollten auch nicht zu früh kommen, was versicherungstechnische Gründe hat.

Kommen Kinder sehr unregelmäßig, sollte mit ihnen und den Eltern geredet werden. Vielleicht wird die Gruppe nicht wichtig genug genommen oder das Kind hat zu viele andere Termine. In Gesprächen lassen sich gemeinsam Lösungen finden.

Regeln werden wiederholt nicht eingehalten

Damit Regeln eingehalten werden, solltest du auf folgende Punkte achten:

- Setze wenige Regeln, aber klar und verständlich.
- Gehe sicher, dass sie auch jeder verstanden hat (nachfragen, wiederholen lassen).
- Beziehe Jugendliche bei der Regelsetzung mit ein.
- Überdenke deine Regeln (Überregelung? Bei Gefahr ganz klare Regeln!)
- Im Betreuerteam auf einheitliche Regelsetzung und Durchführung achten.

Wenn Regeln dennoch gebrochen werden:

- Beobachten
- Gespräch, ggf. Einzelgespräch
- Eingreifen (bei Handgreiflichkeiten)
- Evtl. Ausschluss von Aktionen (z.B. Spielen)
- Beobachten, wann das Verhalten auftritt und wann nicht. Ist es beeinflussbar?
Ggf. Situationen ändern
- Situationen klären (und die anderen Betreuer informieren)
- Elterngespräch
- Wenn notwendig Rauswurf androhen
- Als ehrenamtlicher Leiter hast du die Möglichkeit, ein Kind aus der Gruppe zu nehmen!

Sollten mehrere Kinder oder Jugendliche mit den Regeln unzufrieden sein, kann das ein Anlass sein, die Regeln gemeinsam zu besprechen und ggf. neue Regeln einzuführen, mit denen alle Gruppenmitglieder einverstanden sind.



Unaufmerksamkeit der Gruppe

Alle reden durcheinander und keiner hört dir zu? Du musst alles dreimal erklären und bist frustriert?

Vielleicht helfen folgende Ideen weiter:

Hast du bisher immer mit lauter und evtl. erhobener Stimme gesprochen? Versuch's mal leiser.

Möglicherweise sollten die Teilnehmer zu Beginn der Gruppenstunde erst etwas Zeit bekommen, um sich ihre Neuigkeiten erzählen zu können.

Vielleicht hilft auch mal ein besonders übertriebenes Outfit, um die Aufmerksamkeit der Gruppe auf dich zu lenken. Oder probiere mal eine kleine Überraschung für die Gruppe (z.B. Begrüßungsgeschenke etc.).



Unruhe

Kinder und Jugendliche brauchen Bewegung. Das ist gerade in der heutigen Zeit wichtig, in der viele junge Menschen den ganzen Vormittag in der Schule sitzen und zu Hause ebenfalls viele Stunden sitzend vorm Computer oder Fernseher verbringen. Die Folgen sind Unruhe und Unkonzentriertheit. Meistens ist es daher sinnvoll, zum Anfang der Gruppenstunde Spiele zu spielen, bei denen die Kinder sich austoben können. Danach kannst du dann gut zu ruhigen Spielen oder Aktivitäten übergehen, bei denen die Kinder sich dann auch besser konzentrieren können.

Langeweile

Wollen einige Teilnehmer oft nicht mitmachen, kann das zunehmend frustrieren. Sind es sogar viele Kinder, die nicht auf die Vorschläge eingehen und gelangweilt reagieren, ist es vielleicht an der Zeit, sich noch einmal grundlegende Gedanken zur Gestaltung des Programms zu machen. Möglicherweise ist in der Gestaltung der Treffen ein Aspekt nicht bedacht. Gibt es vielleicht zu wenige Möglichkeiten für die Kinder, sich auszutoben oder zu spielen? Werden auch spannende Aktivitäten durchgeführt? Oder ist der Schwerpunkt zu sehr auf das Spielen gelegt und kommen ruhige Momente oder auch Bastelarbeiten oder ähnliches zu kurz? Sind die Aktivitäten überhaupt altersgerecht?

Außerdem ist die eigene Begeisterung wichtig. Wenn die Teilnehmer merken, dass echte Überzeugung und Begeisterung von Seiten der Leitung kommt, lassen sich die Kinder gerne mitreißen. Kommt bei manchen Kindern doch mal Langeweile auf, kann das daran liegen, dass sie schon schneller fertig sind als die anderen. Daher ist es wichtig, sich vorher zu überlegen, was mit den Kindern noch gemacht werden kann.

Schwierig kann es sein, wenn du Kinder in der Gruppe hast, die nur auf Wunsch der Eltern zu den Treffen kommen. Das vielleicht auch nicht einmal, weil sie von dem Naturschutzgedanken überzeugt sind, sondern damit die Kinder ein paar Stunden fort sind. Selbstverständlich muss das nicht zu einem Problem werden. Lässt sich das Kind allerdings gar nicht motivieren, sollte mit den Eltern überlegt werden, ob es nicht besser wäre, eine andere Freizeitbeschäftigung für das Kind zu finden.

Mangelnde Initiative und Kreativität der Gruppe

Die Gruppe ist energielos und wartet immer nur auf Vorschläge von deiner Seite? Die Kinder oder Jugendlichen sind passiv und keiner ergreift die Initiative? Du bist vielleicht genervt, weil du ständig neue Ideen mitbringen sollst und dann die Gruppe nicht mal richtig mitmacht?

Zum einen hilft dir hoffentlich dieses Handbuch weiter, kreative Ideen zu finden, auszuprobieren und weiterzuentwickeln!



Zum anderen probiere einfach mal Folgendes: Lege verschiedene Materialien (auch irgendwelche „unmöglichen“ Sachen) für alle gut sichtbar in den Raum. Setze dich (schweigend) zur Gruppe. Oder hänge ein großes leeres Plakat an die Wand und stifte dazu. Und warte, wie die Gruppe reagiert. So können manchmal aus der Gruppe heraus ganz neue Ideen entstehen.

Grüppchenbildung

Innerhalb der Gruppe bilden sich Grüppchen (aus immer den gleichen Personen), zwischen denen es vielleicht sogar zu Rivalitäten und Streitereien kommt?

Zuerst einmal sei gesagt: Grüppchenbildung ist ein ganz normaler Prozess und an sich auch kein Problem. Schwierig wird es dann, wenn es zu Rivalitäten oder Streit zwischen den Grüppchen kommt. In diesem Fall solltest du einmal deine Aktionen und Spielauswahl überdenken:

- Vielleicht fördern die Spiele, die du ausgewählt hast, Rivalität in der Gruppe.
- Suche auch Spiele aus, bei denen es keine Sieger gibt.
- Spiele, deren Verlauf nicht ganz feststeht, können evtl. gut geeignet sein.
- Ergänze oder ändere die Spielregeln, wenn nötig.
- Plane Aktionen, bei denen das Miteinander im Vordergrund steht und nicht das Gegeneinander.
- Teile die Gruppen für bestimmte Aktionen oder Spiele neu ein. Dazu eignen sich am besten spielerische Methoden, die den Zufall mit einplanen!

Außenseiter, Störenfriede und andere „Problemkinder“

Sind Gruppen länger zusammen, bildet sich immer eine unterschiedlich ausgeprägte Rollenverteilung. Da kann es z.B. den Clown geben oder Kinder, die eher ruhig sind. Bereichernd ist es, wenn viele verschiedene Verhaltensweisen aufeinander treffen. Manchmal jedoch gibt es ein oder mehrere Kinder, die oft danebenstehen, vielleicht von den anderen Kindern absichtlich ausgegrenzt werden. Auf der anderen Seite kann es auch Störenfriede geben, die ständig etwas anderes machen und auch andere aufstacheln. Das kann verschiedene Gründe haben. Störenfriede wollen oft einfach nur Aufmerksamkeit erregen, daher kann es in einen Teufelskreis führen, wenn Kinder Zuwendung bekommen, wenn sie unangenehm aufgefallen sind. Eine nähere Beschäftigung mit dem Kind bringt oft Antworten über die Probleme, die manchmal gar nicht so gravierend sind.

- Beobachtet werden sollte, wodurch ein Kind besonders auffällt und wie sich die anderen Kinder ihm gegenüber verhalten. (Treten die Schwierigkeiten zu bestimmten Zeiten oder bei bestimmten Aktionen auf?)
- Vielleicht ergeben sich hilfreiche Gespräche mit dem Kind oder dessen Eltern.
- Hilfreich kann es sein, gezielt Spiele und Aktionen durchzuführen, die den „Außenseitern“ besonders viel Spaß machen und bei denen sie sich sicher fühlen oder es wichtig ist, sanft miteinander umzugehen.
- Feste Regeln zu setzen, die auch mit den Kindern gemeinsam erarbeitet werden können, ist eine wichtige Orientierungshilfe. Das kann z.B. auch die Regel sein, dass andere Kinder nicht gehänselt werden dürfen. Auf die Einhaltung der Regeln sollte in jedem Fall geachtet werden.

Kinder sind meistens nur schwierig, wenn sie eigene Probleme haben. Als Gruppenleiter kannst du da an Grenzen stoßen, weil Probleme innerhalb der Familie nicht in deinem Aufgabenbereich liegen und die pädagogischen Kenntnisse eventuell nicht ausreichen. Ein Patentrezept gibt es also nicht, dennoch sollte abgewogen werden. Liegt z.B. der Verdacht auf sexuellen Missbrauch oder ähnlichem nahe, sollte professionelle Hilfe (Beratungsstellen, Kinderschutzbund usw.) in Anspruch genommen werden.

TIPP: Diese Aktion eignet sich auch für einen spontanen Schlechtwetternachmittag, wenn das Programm im Freien plötzlich ausfällt.

TIPP: Ausführliche Informationen zum Thema „Prävention sexueller Gewalt“ findest du im Kap. 11!



Konflikte erkennen und lösen

Konflikte sind ein fester Bestandteil des alltäglichen Lebens. Oft werden sie jedoch als unangenehm empfunden, weil Auseinandersetzungen nicht nur auf der inhaltlichen Ebene, sondern immer auch auf der Beziehungsebene geführt werden: Unterschiedliche Gefühle, Interessen und Wünsche oder auch Missverständnisse belasten die Beziehung der Beteiligten.

Anders gesagt: Konflikte zwischen Menschen entstehen, wenn Bedürfnisse unbefriedigt bleiben oder Personen das Gefühl haben, an der Erfüllung von Bedürfnissen gehindert zu werden. Die Ursache dafür ist meist, dass die Konfliktparteien gar nicht oder nur in missverständlicher Form über ihre Bedürfnisse sprechen.

Deshalb, um Konflikten von vornherein vorzubeugen, gibt es drei Grundvoraussetzungen: Kommunikation, Kommunikation und nochmals Kommunikation!

Nun lassen sich Konflikte trotzdem nicht immer vermeiden. Um Konflikte überhaupt erst einmal zu registrieren und sie erfolgreich bearbeiten zu können, kannst du folgende Schritte gehen:

Schritt 1: Irritationen bemerken & Konflikten vorbeugen

Es steht dir und auch anderen nicht immer auf der Stirn geschrieben, dass dich eine bestimmte Situation oder ein bestimmtes Verhalten irritiert. Jeder verhält sich unterschiedlich in Konfliktsituationen, und Konflikte können sich in ganz unterschiedlichen Verhaltensweisen äußern. Du kannst als Gruppenleiter beim Auftreten folgender Verhaltensweisen bestimmte Methoden nutzen, um somit Konflikte vielleicht schon im Ansatz zu lösen.

- Bei Clownerie: Thematisiere das Verhalten der entsprechenden Person und bitte sie um Konzentration.
- Bei Rückzug: Sprich den Betroffenen gezielt an und binde ihn in die Gruppe ein.
- Bei Aggressivität: Mache der betreffenden Person klar, dass ihr Verhalten nicht erwünscht ist, weil es die Gruppe und ihre Arbeit behindert. Gestalte die Gruppenstunde abwechslungsreich (und bewegungsreich).
- Bei Rivalität: Suche nach Gemeinsamkeiten der Gruppenmitglieder und hebe diese hervor.
- Bei Verweigerung: Formuliere eine klare Frage wie beispielsweise „Wie können wir zusammenkommen?“.
- Bei der Suche nach Beachtung: Mache klar, dass es in der Gruppe um ein gleichberechtigtes Miteinander geht.

Schritt 2: Konflikte erkennen

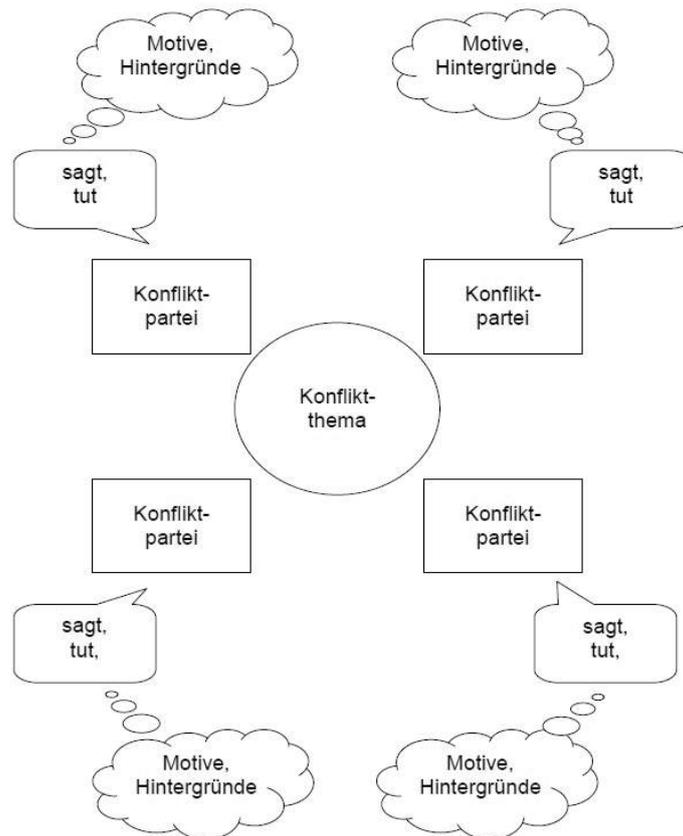
Zunächst ist es sinnvoll zu schauen, um welche Art von Konflikt es sich eigentlich handelt. Du kannst unterscheiden zwischen Sachkonflikten (kontroverse Behauptungen zu ein und demselben Sachverhalt), Interessenskonflikten (nicht miteinander zu vereinbarende legitime Bedürfnisse) und Wertekonflikten (unterschiedliche Bewertungen eines Sachverhaltes). Um diesen Konfliktarten zu begegnen, bieten sich folgende Herangehensweisen an:

- Bei Sachkonflikten: Zur Klärung kannst du gezielt Informationen zum Sachverhalt sammeln und unter Umständen fehlende Informationsquellen aufdecken, um den Konflikt auf der sachlichen Ebene zu klären.
- Bei Interessenskonflikten: Versuche, die unterschiedlichen Bedürfnisse der Betroffenen klar zu bestimmen und suche dann nach Lösungen, die alle Bedürfnisse befriedigen.
- Bei Wertekonflikten: Versuche zu ergründen, welche Erfahrungen den jeweils unterschiedlichen Wertvorstellungen zugrunde liegen. Durch das Verstehen der Hintergründe soll das gegenseitige Anerkennen unterschiedlicher Werte gefördert werden. Vielleicht besteht dann die Möglichkeit, sich auf gleichartige Werte zu einigen.



Schritt 3: Konflikte analysieren

Mit Hilfe einer „Spinnweb-Analyse (nach Kurt Faller)“ lassen sich Konflikte detailliert analysieren. Dies schafft eine sehr gute Basis, um Konflikte im Rahmen der bereits aufgezeigten Möglichkeiten oder eines Konfliktgesprächs und eines Kompromisses zu bearbeiten. Fragen, mit denen du dich auseinander setzen solltest, sind: Was ist das Kernthema des Konflikts? Welche Personen sind beteiligt? Was tun sie? Welche Wünsche, Bedürfnisse, Interessen haben sie jeweils? Welche Befürchtungen, Ängste, Widerstände liegen den Handlungen zugrunde?



Schritt 4: Konflikte lösen

Bei Konflikten in der Gruppe ist eine Aussprache mit den Beteiligten wichtig. Bei einem Konfliktgespräch solltest du Folgendes beachten:

- Die Beteiligten ernst nehmen.
- Die Konfliktenstehung und -lösung und nicht die Schuldfrage in den Vordergrund stellen.
- Eine Atmosphäre des Vertrauens und ein entspanntes Umfeld schaffen, auf „neutralem Boden“, evtl. vertraulich.
- Die Persönlichkeit, also auch das Alter und den Entwicklungsstand der Beteiligten beachten.
- Aufmerksam und wertschätzend kommunizieren. Keine Wertungen in den Aussagen vornehmen. Auf Ich-Botschaften achten (anstatt Du-Botschaften).
- Struktur ins Gespräch bringen. (z.B. über Moderation)
- Anreize zur Lösungsentwicklung bieten.
- Um zu gewährleisten, dass jeder zu Wort kommt und ausreden darf, sollten die Regeln vorher geklärt werden. Eine Möglichkeit ist es z.B., dass die Gruppe (oder nur die Beteiligten) sich in einen Kreis setzt und ein Gegenstand weitergereicht wird. Nur wer den Gegenstand in den Händen hält, darf reden (z.B. „Redestab“).



Damit es sich nicht um einen „faulen“ Kompromiss handelt, sondern er einen Gewinn für alle darstellt, kannst du dich bei der Suche danach am folgenden Ablauf orientieren:

- Jeder stellt seine Position klar: Alle sagen offen, was sie stört. Wichtig dabei ist, dass jeder dem anderen zuhört und das Gesagte stehen lässt!
- Ziele werden formuliert und Lösungsvorschläge gesammelt: Jede Konfliktpartei sagt, was aus ihrer Sicht für sie am Ende herauskommen soll. Lösungsvorschläge sammeln und festhalten.
- Lösungsvorschläge werden überprüft: Die Konfliktparteien sagen bei jedem Vorschlag, ob es ein für sie realistischer oder unrealistischer Lösungsweg ist. Die unrealistischen aussortieren.
- Wege zur Umsetzung des Lösungsansatzes werden festgelegt: Was soll konkret getan werden, um die Lösungswege umzusetzen.
- Die Umsetzung erfolgt: Gemeinsam wird ausprobiert, wie die vereinbarten Regeln umsetzbar sind.
- Die Konfliktlösung wird überprüft: Nachdem die Umsetzung eine Weile ausprobiert wurde, setzen sich die Konfliktparteien noch einmal zusammen und besprechen, wie gut die Umsetzung funktioniert. Wenn beide Parteien zufrieden sind, ist der Konflikt gelöst. Ist das nicht der Fall, geht es noch mal bei Phase 4 los.

Wenn ein Konfliktgespräch nicht den gewünschten Erfolg bringt, gibt es weitere Lösungsstrategien:

- Die Durchführung eines Mehrheitsentscheides.
- Die Beseitigung des „störenden Faktors“. Hier kann deine Autorität auch einmal als Mittel eingesetzt werden.
- Das Finden eines Kompromisses.

Was du bei der Konfliktlösung vermeiden solltest:

Falsche Reaktionsweisen in Bezug auf die Konfliktparteien

- Verharmlosen des Konfliktes (alles halb so wild ...)
- Ignorieren des Konfliktes (das ist doch kein Problem ...)
- Instrumentalisieren des Konfliktes für eigene Zwecke
- Resignieren vor dem Konflikt (da kann ich eh nix machen ...)
- Tolerieren des Konfliktes (das ist normal und geht mich nix an ...)

Falsche Reaktionsweisen in Bezug auf den Konflikt

- In-Schutz-nehmen oder loben einer der Konfliktparteien (das hast du richtig gemacht ...)
- Analysieren der Konfliktparteien (du bist so ein typischer ...)
- Versprechen oder Drohungen (wenn ihr euch einigt, dann dürft ihr ..., ansonsten werde ich ...)
- Sich selbst in den Mittelpunkt stellen (also ich hab da mal ...)
- Befehlen einer Lösung/Präsentation fertiger Lösungen
- Urteilen (du bist doch selber schuld ...)





Gesundheit & Erste Hilfe

Wenn du mit Kindern und Jugendlichen in der Natur unterwegs bist, können früher oder später „gesundheitliche“ Themen auf dich zukommen. Es gibt immer besorgte Eltern, die schon vor einer Gruppenstunde sichergehen wollen, dass ihrem Kind nichts passiert.

Da kann es sein, dass du plötzlich Rede und Antwort stehen musst zum Thema „Was ist, wenn mein Kind von einer Zecke gebissen wird?“. Oder du wirst gefragt, wieso du den Kindern erlaubt hast, Walderdbeeren zu essen, wo doch allgemein bekannt ist, dass überall der Fuchsbandwurm lauert.

Deshalb findest du auf diesen Seiten Informationen zu folgenden gesundheitlichen Themen:

- „**Zecken**“
- „**Fuchsbandwurm**“
- „**Verhalten beim Baden**“
- „**Erste Hilfe**“

Zu Beginn noch ein paar allgemeine und praktische Tipps, damit es gar nicht erst zu Problemen kommt. Du denkst vielleicht, diese Dinge sind doch selbstverständlich? Die Erfahrung hat allerdings gezeigt, dass folgende Punkte in der Praxis oft nicht beachtet werden:

- Dem Wetter und den Aktionen entsprechende Kleidung! Es ist erstaunlich, wie oft manche Kinder ohne geeignete Klamotten zur Gruppenstunde kommen: im Herbst ohne Regenjacke, im Winter ohne Schal, im Frühjahr schon im T-Shirt und im Sommer nur im Spaghettiträger-Top. Frierende Kinder und Sonnenbrand vorprogrammiert! Da hilft nur, Kinder und Eltern immer wieder zu „ermahnen“. Am besten gleich auf der Programmübersicht auf richtige Kleidung hinweisen!
- Handy mitnehmen! Vielleicht hast du sowieso immer eins dabei. Solltest du allerdings zu den Menschen gehören, die das Handy bei Ausflügen in die Natur am liebsten zu Hause lassen, dann hier der Hinweis: Bei der Gruppenstunde trotzdem mitnehmen! Du bist für deine Gruppe verantwortlich. Und wenn mal was passiert, kannst du mit einem Handy am schnellsten Hilfe holen!
- Im Sommer Sonnencreme! Diese sollten die Kinder schon zu Hause vor der Gruppenstunde auftragen. Trotzdem solltest du Sonnencreme im Rucksack haben, denn irgendwer vergisst das Eincremen sicher!
- Erste-Hilfe-Set! Das gehört bei jeder Gruppenstunde ins Gepäck! Was alles im Erste-Hilfe-Set drin sein muss, erfährst du auf den nächsten Seiten.
- Medikamente! Die Teilnehmer sollten ihre Medikamente dabeihaben, falls sie diese regelmäßig oder im Notfall einnehmen müssen. Das kann z.B. Asthmaspray sein. Am besten sprichst du mit den Eltern darüber, wann oder wie das Medikament eingenommen werden muss. Lass dir einfach mal zeigen, wie z.B. das Asthmaspray funktioniert.
- Telefonnummern der Eltern! Auch diese am besten zur Hand haben, falls die Eltern angerufen werden müssen. Bei mehrtägigen Veranstaltungen vorher informieren, welche Ärzte Bereitschaftsdienst haben (nachts oder am Wochenende).
- Kopien der Anmeldezettel! Einfach ins Erste-Hilfe-Set packen, dann hast du Telefonnummern und Infos zu Medikamenten und Allergien immer zur Hand.



Zecken

Weltweit gibt es ca. 900 verschiedene Zeckenarten. Nur einige von ihnen sind von medizinischer Bedeutung. Krankheiten können vor allem von der Waldzecke (*Ixodes ricinus*), auch Holzbock genannt, übertragen werden.

Zecken leben in Wald und Wiesen in der Krautschicht bis ca. 1m über dem Boden. Sie lassen sich von vorbeilaufenden Tieren oder Menschen abstreichen (und fallen nicht etwa von Bäumen!). Zecken krabbeln erst einige Zeit auf Kleidung oder Haut auf der Suche nach einer geeigneten Stelle, um sich anschließend dort festzubeißen. Bevorzugt werden Stellen mit besonders weicher und warmer Haut, z.B. Armbeugen, Kniekehlen, Haar- und Halsbereich und im Schritt. Das Tier hakt sich mit dem Mundwerkzeug in der Haut des Opfers fest und saugt sich mit dessen Blut voll. Eine Zecke



kann bis zum Vierfachen ihres normalen Volumens anschwellen. Die meisten Zeckenbisse sind harmlos und, abgesehen von einer länger anhaltenden Hautrötung, folgenlos. Manche Zecken übertragen jedoch Krankheitserreger: die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) oder die Lyme-Borreliose.

Vorbeugung

Einige Dinge können es den Zecken erschweren, mit dem menschlichen Körper in Kontakt zu kommen:

Beim Aufenthalt in Wald und Wiesen:

- Lange Hosen & Oberteile mit langen Ärmeln tragen
- Strümpfe über die Hosenbeine ziehen
- Geschlossene Schuhe
- Kopfbedeckung
- Helle Kleidung
- Zeckenabweisende Mittel helfen eine Weile, aber sind auch kein ganz sicherer Schutz

Nach der Gruppenstunde:

- Der ganze Körper sollte nach Zecken abgesucht werden, vor allem zwischen den Beinen, unter den Achseln, an Arm- und Kniebeugen, Hals, Kopf und Ohren. Solange die Zecken noch krabbeln, sind sie nicht schädlich.

Wenn's passiert ist

Hat doch mal eine Zecke zugebissen, ist es wichtig, sie so schnell wie möglich zu entfernen. Je länger die Zecke saugt, desto größer die Gefahr der Übertragung von Krankheitserregern.

- Eine bereits saugende Zecke mit Pinzette oder Zeckenzange vorsichtig herausziehen und evtl. in Filmdöschen oder Schraubglas aufheben und den Eltern mitgeben.
- Das Tier darf dabei nicht zerquetscht werden, da sonst Flüssigkeit mit Krankheitserregern in die Blutbahn geraten kann. Und auf keinen Fall Klebstoff, Öl oder Nagellack auf eine saugende Zecke geben!
- Wenn der Kopf in der Haut stecken bleibt, zum Arzt gehen!
- Kind beobachten, die Stelle mit wasserfesten Stift umranden, Zeckenbiss + Datum vermerken und bei Abholung (oder telefonisch) den Eltern Bescheid geben!
- **ACHTUNG:** Das Entfernen einer Zecke zählt zur Qualifizierten Ersten Hilfe, darf also eigentlich nur vom Arzt oder den Eltern gemacht werden. Ausnahme: Wenn du die Erlaubnis der Eltern hast (diese Erlaubnis am besten auf dem Anmeldezettel zur Kindergruppe einholen).



Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME)

Ursache: Infektion mit Viren, die durch einen Zeckenbiss übertragen werden. Die Folge kann eine Hirnhautentzündung sein.

Symptome: Bei 80% der Fälle zeigen sich keinerlei Symptome. Bei den restlichen 20% treten grippeartige Symptome, Kopf- und Gliederschmerzen, Fieber und Nackenschmerzen auf, bis hin zu Bewusstseinsstörungen und Lähmungserscheinungen.

Bei Symptomen sofort einen Arzt aufsuchen! Es ist auch möglich, sich bis zum vierten Tag nach dem Zeckenbiss prophylaktisch gegen FSME impfen zu lassen. Da diese Impfung aber nicht ungefährlich ist, sollte zuerst eine ausführliche Beratung durch den Arzt erfolgen.

Borreliose

Ursache: Infektion mit sog. Borrelien (Schraubenbakterien). Die Übertragung durch Zecken geschieht viel häufiger als FSME. Ca. 30–40% der Zecken sind mit dem Erreger infiziert. Ein Zeckenbiss heißt aber nicht automatisch, dass die Erreger übertragen werden.

Symptome: An der Bissstelle zeigt sich eine rote Hautverfärbung, die nach außen wandert, im Zentrum verblasst und somit eine Art Ring bildet.

Bei Symptomen sofort einen Arzt aufsuchen! Eine Impfung gegen Borreliose ist nicht möglich. Behandelt wird sie mit Antibiotika.



Tipp: Weitere Infos zum Thema Zecken gibt's z.B. unter www.zeckenschule.de



Foto: Henning Werth

Kleiner Fuchsbandwurm

Es gibt viele Bandwurmart. Wie der Name schon sagt, befällt der Kleine Fuchsbandwurm vor allem Füchse. Der Wurm ist ca. 3-5 mm lang und besteht aus drei bis vier Segmenten. Er lebt im Dünndarm des Fuchses. Dort scheidet er etwa alle zwei Wochen ein reifes Segment mit ca. 200 Eiern ab, die der Fuchs dann mit seinem Kot absetzt. Mäuse nehmen die Eier mit der Nahrung auf und werden somit zum Zwischenwirt. In ihrer Leber entwickelt sich das Ei zur Larve (Finne) und ruft dort Wucherungen hervor. Aufgrund ihrer Krankheit wird die Maus dann zur leichten Beute für den

Fuchs, so dass der Kreis sich wieder schließt.

Extrem selten hingegen kann der Mensch zum Zwischenwirt werden (nur 10-20 Neuerkrankungen pro Jahr bundesweit). Die Wurmeier müssen wahrscheinlich wiederholt aufgenommen werden, damit es zu einer Erkrankung kommt. Dabei spezialisieren diese sich meist auf die schmerzempfindliche Leber. Deshalb bleiben sie oft über einen längeren Zeitraum im menschlichen Körper, ohne erkannt zu werden. In der Leber bilden sie Cysten, die dauerhaft ohne medizinische Behandlung für den Menschen tödlich sind. Erkrankte müssen zur Eindämmung der Krankheit lebenslang Tabletten einnehmen.

Risikogruppen

Eine Studie des Robert-Koch-Instituts hat ergeben, dass das Risiko, sich mit dem Fuchsbandwurm zu infizieren, für Katzen- und Hundehalter am höchsten ist. Ein Zusammenhang mit dem Sammeln und Essen von Wildbeeren oder -pilzen ergab sich nicht. Es zeigte sich, dass die meisten Krankheitsfälle (60–65%) in den seit langem dafür bekannten Gebieten vorkommen: der Schwäbischen Alb, der Alb-Donau-Region, in Oberschwaben und dem Allgäu. Im übrigen Deutschland finden sich nur Einzelfälle im Abstand von mehreren Jahren.



Vorbeugung

Die gute Nachricht: Ihr dürft wieder Waldbeeren sammeln wie als Kinder. Leckere Blaubeeren, die Zähne und Zunge färben und nach Wald schmecken! Ein „Null-Risiko“ gibt es zwar nicht, aber die Wahrscheinlichkeit, sich durch Waldbeeren zu infizieren, ist äußerst gering. Wer aber ganz sicher gehen möchte, kann alle Beeren, Früchte und Pilze auf über 60°C erhitzen und tötet somit alle Parasiteneier ab. Einfrieren oder Einlegen in Alkohol hingegen haben keine Wirkung.

Die schlechte Nachricht: Zu inniger Kontakt von Mensch und Hund oder Katze kann riskant sein. Die wichtigste Vorbeugung ist deshalb Hygiene beim Umgang mit Hunden und Katzen (Hände waschen vor dem Essen) sowie regelmäßiges Entwurmen der Haustiere. Warum hält sich die Angst vor dem Fuchsbandwurm auf Waldbeeren so hartnäckig? Warnungen sind meist schnell ausgesprochen, Entwarnungen hingegen kommen oft nicht an...

Verhalten beim Baden

Über einen Badeausflug, besonders im Sommer bei Sonne und 30 Grad im Schatten, sind sicher alle Teilnehmer deiner Gruppe begeistert. Allerdings ist solch ein Ausflug nicht ohne Risiken. Wenn du mit deiner Gruppe baden gehen willst, solltest du deshalb Folgendes beachten:

- Generell brauchst du mehr Betreuer als während einer „normalen“ Gruppenstunde. Ihr solltet mindestens zwei Betreuer sein, je nach Gruppenstärke mehr.
- In öffentlichen Bädern hast du trotz Anwesenheit eines Bademeisters die Aufsichtspflicht für deine Gruppe.
- Zu Beginn die Schwimmkenntnisse der Kinder überprüfen. Am besten schon auf dem Anmeldezettel für die Kinder-/Jugendgruppe erfragen, welche Schwimmkenntnisse die Teilnehmer haben!
- Gefährliche Verhaltensweisen, wie z.B. Untertauchen, so-lange-wie-möglich-die-Luft-anhalten etc. unterbinden!

Allgemeine Baderegeln

Und hier einige allgemeine Regeln für das Baden in Seen oder Fließgewässern:

- Nicht mit vollem oder ganz leerem Magen baden!
- Kühle dich ab, ehe du ins Wasser gehst, und verlasse das Wasser sofort, wenn du frierst!
- Als Nichtschwimmer nur bis zur Brust ins Wasser gehen!
- Nur springen, wenn das Wasser unter dir tief genug und frei ist!
- Meide sumpfige und pflanzendurchwachsene Gewässer!
- Schifffahrtswege, Bühnen, Schleusen, Brückenpfeiler und Wehre sind keine Badezonen!
- Nur bei gutem Wetter ins Wasser gehen (nicht bei Gewitter)!
- Nur Schwimmer dürfen Luftmatratze, Autoschlauch und Gummitiere im tiefen Wasser benutzen!
- Nimm Rücksicht auf andere Badende, besonders auf Kinder!
- Halte das Wasser sauber und verhalte dich hygienisch!
- Ziehe nach dem Baden das Badezeug aus und trockne dich ab!
- Benutze Sonnencreme und schütze deine Haut vor zu viel Sonne!
- Rufe nur um Hilfe, wenn du wirklich in Gefahr bist, und hole Hilfe, wenn andere in Not sind!



Tipp: Eine Musteranmeldung zur Gruppenstunde gibt's in Kapitel 2!



Erste Hilfe – Ein kleiner Leitfaden

In diesem Abschnitt bekommst du Tipps für das richtige Verhalten im Erste-Hilfe-Fall. Allerdings ersetzt dieses Kapitel nicht die Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs! Du solltest unbedingt solch einen Kurs besucht haben. Am besten frischst du deine Kenntnisse immer nach ein paar Jahren wieder auf.

TIPP: Erste-Hilfe-Kurse gibt es z.B. beim Bayerischen Roten Kreuz und anderen Anbietern. Die NAJU organisiert regelmäßig Kurse für Outdoor-Erste-Hilfe. Einfach im Jugendbüro nachfragen, wann der nächste Kurs stattfindet!

Arbeitsteilung bei einem Notfall

Sollte es einmal zu einem Notfall während der Gruppenstunde kommen, ist das Allerwichtigste: Überblick behalten! Also sich gleichzeitig um den Verletzten kümmern und auch die anderen Mitglieder der Gruppe nicht aus den Augen verlieren. Wenn ihr mehrere Gruppenleiter seid, solltest du für eine sinnvolle Arbeitsteilung sorgen. Einer kümmert sich um die Versorgung des Verletzten, die anderen Betreuer beaufsichtigen die restlichen Gruppenmitglieder. In jedem Fall gilt: Die Sicherheit der Gruppe und die Versorgung des Verletzten sollten gleichzeitig organisiert werden. Informiere dich darüber, was genau passiert ist, und Sorge dafür, dass eventuelle Gefahrenherde ausgeschaltet werden, sodass es keine weiteren Verletzten gibt. Wenn nötig, verständige umgehend den Notruf und beginne die Erstversorgung.

Erste Hilfe-Grundregeln – Sei ein HELD!

- **H = Hilfe** rufen und den Notruf betätigen: 112 (Die Notrufnummern 112 und 110 können mit Handy angewählt werden, auch wenn die Handykarte leer ist.)
- **E = Ermutigen** und trösten: Seelische Betreuung ist ganz wichtig! Keinen Patienten allein lassen, sondern ansprechen und erklären, was passiert, Vertrauen aufbauen, falls erwünscht Körpernähe zur Beruhigung.
- **L = Lebenswichtige** Funktionen (ABC: Atmung, Bewusstsein, C/Zirkulation) kontrollieren und ggf. lebensrettende Sofortmaßnahmen.
- **D = Decke** benutzen: Wärmeerhalt ist wichtig!

Außerdem wichtig

- **RUHE BEWAHREN:** Ein Helfer überträgt seine äußerlich erkennbaren Emotionen automatisch auf den Patienten.
- **ÜBERBLICK VERSCHAFFEN:** Hektik und Chaos verzögern unnötig.
- **EIGENSCHUTZ:** Es nützt weder dem Helfer noch dem Helfenden, wenn sich der Helfer selbst gefährdet oder verunglückt.
- **GEFAHREN BESEITIGEN:** oder begrenzen & ggf. Personen aus dem Gefahrenbereich retten.
- **TRANSPORT VERMEIDEN:** wenn nicht unbedingt notwendig. (Ausnahme: Rettung aus dem Gefahrenbereich).
- **NIEMALS MEDIKAMENTE** geben.
- **PRIVATSPHÄRE WAHREN:** Gaffer wegschicken, nicht in persönlichen Dingen wühlen.

TIPP: Lieber einmal zu viel den Notarzt gerufen als einmal zu wenig!



Was tun in welchem Fall? (in alphabetischer Reihenfolge)

Nicht zum Auswendiglernen gedacht (eher als Wiederholung, falls du beim Erste-Hilfe-Kurs nicht mitgeschrieben hast).

Aber es kann nicht schaden, sich die folgenden Infos und Tipps mal anzuschauen. Zum Beispiel im Sommer lohnt sich ein Blick auf „S“ wie Sonnenbrand oder Sonnenstich...

Allergien

Anzeichen:

- Hautrötungen, Schwellungen, Quaddeln, Ödeme
- Jucken, Schmerzen
- Atemstörungen, Asthma
- Durchfall, Erbrechen
- Angst

Wenn's passiert ist: Je nach Symptom

- Oberkörper hochlagern
- Bei Lebensbedrohlichen Symptomen: Notruf!
- Jede ungeklärte allergische Reaktion sollte ärztlich abgeklärt werden

Atemstörungen

Anzeichen:

- Schnelle schwere Atmung
- Atemnot
- Atemgeräusche (Husten, Pfeifen)
- Unruhe, Angst
- Zyanose (Blaufärbung der Haut)

Wenn's passiert ist: wenn Fremdkörper in Luftröhre

- Eigene Panik vermeiden
- Arme hoch
- Patient über Knie legen (oder über Stuhl beugen)
- 5x fest zwischen Schulterblätter schlagen (löst Hustenreiz aus)
- Wenn es sich nicht löst: Kind im Stehen nach vorne beugen, von hinten Fäuste unter Brust des Kindes legen und 5x richtig fest hochziehen.

Wenn's passiert ist: bei Asthma

- Beruhigen!
- Oberkörper hochlagern
- Asthmaspray dabei?
- Lippenbremse anleiten (Atemtechnik: ruhig durch die Nase einatmen und anschließend langsam durch die zusammengepressten Lippen ausatmen)
- Notruf falls keine Besserung

Auge/Fremdkörper im Auge

Wenn's passiert ist:

- Auge aufhalten
- Zur Nase hin mit Wasser ausspülen
- Abdecken
- Notruf



Bauchschmerzen

Wenn's passiert ist:

- Bei mehrtägigen Aktionen: manchmal nur Heimweh (oft nach 3-4 Tagen)
- Trösten, in Arm nehmen
- Placebos verteilen (Zuckerpillen)
- Wärmflasche
- Wenn nach Gewalteinwirkung von außen: Notruf
- Bei harter Bauchdecke und zunehmenden Schmerzen, Schock oder Bewusstseinsstörungen: Notruf

Blasen

Wenn's passiert ist:

- Immer zulassen, nicht aufstechen (Infektionsgefahr)
- Blasenpflaster
- Evtl. Zinkcreme

Insektenstiche am Körper (Wespen, Bienen, Mücken)

Vorbeugend:

- NICHT barfuß laufen!
- Körperbedeckende Kleidung

Wenn's passiert ist:

- Kühlen, kühlen, kühlen

Insektenstiche im Mundraum

Vorbeugend:

- Auf jeden Löffel/Gabel Essen schauen (Kinder dazu anhalten)
- Bei Getränken: Flaschen mit Schraubverschluss bzw. Becher mit Deckel
- Im Notfall Strohhalme reichen!
- Immer alles Essbare zügig verstauen, nichts offen herumliegen lassen

Wenn's passiert ist: Große Erstickungsgefahr!

- Notruf!
- Kühlen von außen und innen / Eis essen
- Beruhigen & zu ruhigem Atmen anhalten
- Überprüfen, ob Allergie vorliegt
- KEINE Medikamente geben

Nasenbluten

Wenn's passiert ist:

- Beine anziehen im Sitzen
- Kopf auf Knien ablegen, NICHT nach hinten, Erstickungsgefahr!
- Kaltes Tuch in Nacken
- Bei mehrmaligem Auftreten: Arzt aufsuchen
- Wenn länger als 20 Minuten: Notruf



Sonnenstich (verursacht durch intensive Sonneneinstrahlung auf Kopfhaut)

Vorbeugend:

- Nur kurze Zeit in die Sonne (möglichst NICHT über Mittag)
- Mit Sonnenschutzmittel eincremen
- Kopfbedeckung: Hut oder Cappi oder Tuch (in möglichst hellen Farben)
- Über Mittagszeit Schultern abdecken
- Viel trinken, Getränke in Zimmertemperatur (nicht stark gekühlt)

Anzeichen:

- Bewusstseinsstörungen (ansprechbar, aber faselige Aussagen)
- Hochroter und heißer Kopf, aber kühle Haut
- Steifer Nacken
- Schwindelgefühl
- Übelkeit
- Kopfschmerzen

Wenn's passiert ist:

- Schatten
- NICHTS zu essen oder trinken geben!!!
- Mit erhöhtem Oberkörper lagern
- Beruhigen
- Nacken mit nassen Tüchern kühlen
- Notruf

Verbrennungen/Verbrühungen

Wenn's passiert ist:

- Bei kleinen Verbrennungen: indirekte Kühlung, mind. 15 Minuten, kühles (NICHT eiskaltes!) Wasser
- Bei großflächigen Arealen: wenn möglich Kleidungsstücke ausziehen (NICHT wenn mit Wunde verklebt) und steril abdecken
- Großflächige oder offene Verbrennungen: Notruf!
- Bei Kühlung der betroffenen Stelle trotzdem restlichen Körper warm halten

Vergiftung

Anzeichen:

- Übelkeit, Erbrechen, Durchfall
- Bauchschmerzen
- Kopfschmerzen, Schwindel, Ohnmacht
- Herzrasen
- Bewusstseinsstörungen
- Atemstörungen
- Herz-Kreislauf-Stillstand

Wenn's passiert ist:

- Notruf!
- Kein Erbrechen herbeiführen!
- Betreuen
- Erbrochenes, Durchfall etc. nicht vernichten, sondern aufheben und dem Rettungsdienst mitgeben



Wunden

Wenn's passiert ist:

- EIGENSCHUTZ!
- 1-Mal-Handschuhe
- Bewegung vermeiden
- Infektionsrisiko mindern (sterile Arbeitsweise)
- Notruf

Wunde: Schürf-/Schnittwunde

Wenn's passiert ist:

- Nicht in Wunde rumstochern, keinen Dreck rausholen
- NICHT desinfizieren
- NIE Papiertaschentücher als Wundaufgabe!
- Pflaster für kleine Schürfwunden und Schnitte (Fingerkuppenverband)
- Wundaufgabe + Leukoplast/Mullbinde für etwas größere Schürfwunden
- Blutungen möglichst stillen, z.B. Verbandpäckchen (= Mullbinde inkl. Wundaufgabe)
- Bei größeren Wunden mit Dreieckstuch befestigen
- **Kopfwunden:** Notruf
- **Augenverletzung:** Augen verbinden, Notruf
- **Platzwunden:** Notruf, innerhalb von 6 Stunden nähen lassen
- **Bisswunden:** Notruf, höchste Infektionsgefahr, Tetanusgefahr (Patient geimpft?)
- **Fremdkörper in Wunde:** kleine vorsichtig entfernen und steril verbinden; große nicht entfernen, sondern sichern und Notruf

Wunde: Stark blutend

Wenn's passiert ist:

- Patient hinlegen, Wunde hochlegen, abdrücken (NIE abbinden)
- 2. Person legt Druckverband an (verpackte Mullbinden auf Wunden drücken und Binde oder Dreieckstuch fest drumherum binden und fixieren)
- Wichtiger Blutung stillen als auf Sauberkeit achten (ideal wäre beides, aber Blutung stillen hat Priorität, wenn keine sterile Wundaufgabe zur Hand!)

Was eignet sich zum Kühlen?

- Kühles Wasser
- Eiswasser: Eiswürfel in Wasserschüssel, kleine Schwämme eintauchen und auflegen
- Eis: nie direkt auf die Haut, sondern Tuch drunter
- Cool Pack/Kaltkompressen aus dem Erste Hilfe-Set
- Stofftuch nass machen und kurz durch die Luft wedeln (wird kalt durch Verdunstung)



Erste-Hilfe-Set für draußen: Was drin sein sollte

Dieses Erste-Hilfe-Set sollte bei keiner Gruppenstunde fehlen:

- Große Pflaster zum Abschneiden
- Pflasterset verschiedene Größen, auch für Allergiker
- Kinderpflaster mit lustigen Motiven
- Leukoplast (schmal und breit)
- Pinzette
- Zeckenzange oder -karte
- Insektenschutzspray für Haut
- Sterile Wundauflagen/Kompressen
- Mullbinden
- Verbandspäckchen
- Dreieckstücher aus Stoff
- Fixierbinden
- Schere
- Vliestücher
- Cool Pack/Kaltkomresse
- Desinfektionsmittel
- Taschentücher
- Schokolade
- Rettungsdecke
- Sonnencreme
- Anmeldezettel der Kinder für Telefonnummern und Infos zu Medikamenten und Allergien

Wenn du mit deiner Gruppe länger unterwegs bist und übernachtet, solltest du außerdem Folgendes dabei haben:

- Fieberthermometer
- Medikamente der Kinder (und darauf achten, dass sie eingenommen werden)
- Telefonnummern von Ärzten und Bereitschaftsdienst

Die hier gegebenen Hinweise und Verhaltensregeln wurden nach bestem Wissen zusammengestellt. Die NAJU gibt aber keine Gewähr für Richtigkeit und Vollständigkeit der Informationen.

