Expedition 3 | Pfad der Möglichkeiten

Entdeckungspfad 5 | Entscheidungen treffen

Jugendliche stehen vor vielen wichtigen Entscheidungen, die ihre Zukunft prägen, sei es in der Schule, im Beruf oder im persönlichen Leben. Dabei gibt es oft so viele Möglichkeiten, dass Unsicherheiten und Überforderung entstehen können. Eine bewusste Entscheidungsfindung hilft, den Überblick zu behalten, eigene Wünsche und Stärken zu erkennen und Schritt für Schritt den passenden Weg zu finden. Wichtig dabei ist, neugierig zu bleiben, verschiedene Optionen auszuprobieren und aus Erfahrungen zu lernen.

ABLAUF

Ressource Kontrolle:
In diesem Pfad werden die Jugendlichen mit drei unterschiedlichen konflikthaften Situationen konfrontiert, in denen sie sich für eine Möglichkeit entscheiden müssen. Anschließend beurteilen sie anhand eines Schiebereglers, wie leicht oder schwer ihnen diese Wahl gefallen ist. Sie analysieren den Konflikt anhand reflektierender Fragen, die beantwortet werden müssen und erarbeiten Lösungen. So entstehen Ideen zur Lösung von Entscheidungskonflikten.

Sozial-emotionales Lernen (SEL):
Selbstwahrnehmung, Selbstmanagement, Verantwortungsbewusstes Entscheiden

Selbstreguliertes Lernen (SRL):
metakognitiv: planen, überwachen, evaluieren, regulieren
motivational-affektiv: identifizieren, reflektieren, analysieren

Entdeckungspfad 3.5: Entscheidungen treffen, Bei der Bearbeitung gibt es unterschiedliche Wahlmöglichkeiten.

Die Situation, in der die Entscheidung am schwersten gefallen ist, wird durch reflektierende Fragen analysiert und so deutlich, warum diese Entscheidung so schwer war.

Moderation und Hintergrund

„Entscheidungen sind ein großer Teil deines Lebens. Sie sind nicht immer einfach, aber super wichtig. Jede Entscheidung, egal ob groß oder klein, bringt dich weiter und hilft dir, herauszufinden, wer du bist und was du willst.“

„Gerade wenn es um deine Zukunft geht, zum Beispiel die Berufswahl, kannst du mit guten Entscheidungen deinen eigenen Weg gestalten. Manchmal ist es schwierig und es gibt viele, hin und wieder sogar zu viele Möglichkeiten, aber genau deshalb lohnt es sich, neugierig zu bleiben, Fragen zu stellen und verschiedene Dinge auszuprobieren. So findest du heraus, was wirklich zu dir passt. Deine Entscheidungen sind deine Chance, dein Leben selbst in die Hand zu nehmen!“

Entscheidungen beeinflussen maßgeblich den Bildungs- und Berufsweg Jugendlicher und sind entscheidend für ihre persönliche Entwicklung. In Phasen der Orientierung stehen viele Optionen zur Auswahl, was zu Unsicherheit und Überforderung führen kann. Unterstützung bei der Strukturierung der Entscheidungsprozesse, Orientierungshilfen und Raum für Reflexion sind daher besonders wichtig. Individuelle Interessen, Stärken und Werte sollten dabei im Mittelpunkt stehen, ebenso wie die Förderung von Neugier und das Ermöglichen von vielfältigen Erfahrungen. Auf diese Weise können fundierte und selbstbestimmte Entscheidungen getroffen werden, die langfristig positive Auswirkungen auf die Entwicklung haben.

Kofinanziert von der Europäischen Union
ZUKUNFTSREGION SÜDNIEDERSACHSEN
BILDUNGS REGION SÜDNIEDERSACHSEN
Südniedersachsen Stiftung – Gemeinsam für eine starke Region.
HAWK Hochschule für angewandte Wissenschaft und Kunst Hildesheim/Holzminden/Göttingen

Expedition 3 | Pfad der Möglichkeiten

Entdeckungspfad 5 | Entscheidungen treffen

Idee
Spiel „Entscheidungs-Puzzle“

Ziel:
Entscheidungen bewusst treffen und verschiedene Faktoren dabei bedenken lernen.

Ablauf:
Die Spielleitung fragt in die Gruppe, welche Faktoren bei einer aktuellen oder fiktiven Entscheidung eine Rolle spielen und zählt die Handzeichen für jedes Element:

- *Interessen*
- *persönliche Stärken*
- *Gefühle*
- *Rat von Freunden oder Familie*
- *Risiken*
- *Chancen*
- *Erfahrungen*
- *Ziele*

Die Ergebnisse werden für alle sichtbar präsentiert. In Kleingruppen wird darüber gesprochen, warum diese Faktoren gewählt wurden und wie sie bei der Entscheidungsfindung helfen oder auch hindern können.
Anschließend diskutiert die ganze Gruppe, wie unterschiedliche Faktoren zusammenwirken und wie man Entscheidungen bewusst treffen kann.

Das Ziel des Spiels ist, Jugendlichen bewusst zu machen, dass Entscheidungen von vielen verschiedenen Faktoren beeinflusst werden. Es soll ihnen helfen, diese unterschiedlichen Aspekte zu erkennen, zu gewichten und in den Entscheidungsprozess einzubeziehen. Dadurch lernen sie, ihre eigenen Prioritäten besser zu verstehen, Unsicherheiten zu reflektieren und (selbst)bewusster Entscheidungen zu treffen. Gleichzeitig fördert das Spiel den Austausch in der Gruppe und die Fähigkeit, verschiedene Perspektiven wahrzunehmen.

Damit ist es auch als Vorbereitung für den Entdeckungspfad 3.5 geeignet. Dieser sollte durch die Sensibilisierung mit dem Thema direkt im Anschluss an das Spiel absolviert werden.

REFLEXION

Allgemeine Reflexionsfragen:	Fragen zur Selbstwahrnehmung:	Fragen im Gruppenkontext:	Fragen zur Weiterentwicklung:
Wie fühlst du dich, wenn du vor einer schwierigen Entscheidung stehst? Welche Faktoren beeinflussen deine Entscheidungen am meisten?	Wie erkennst du, was dir bei einer Entscheidung wirklich wichtig ist? Was brauchst du, um eine gute Entscheidung treffen zu können?	Wie geht die Gruppe mit unterschiedlichen Meinungen bei Entscheidungen um? Gibt es in der Gruppe Regeln oder Abläufe, die helfen, gemeinsame Entscheidungen zu treffen?	Welche neuen Fähigkeiten möchtest du entwickeln, um bessere Entscheidungen zu treffen? Was kann dir helfen, auch stressige Entscheidungen zu treffen?