

**„Mit der Tür durch die Wand“ -
Ein praxisbezogenes Training
zur bewussten und aktiven Gestaltung des eigenen Lebens
(nicht nur) für gering qualifizierte arbeitslose Jugendliche**

Von der Fakultät für Geistes- und Erziehungswissenschaften
der Technischen Universität Carolo-Wilhelmina zu Braunschweig
zur Erlangung des Grades
Doktor der Philosophie (Dr. phil.),
genehmigte Dissertation

von

Florian Löbermann

geboren am 14. Juli 1975 in Bad Harzburg

1. Einleitung	11
2. Terminologische Vorbemerkungen	17
2.1 Jugendalter	17
2.1.1 Besonderheiten des Jugendalters	19
2.1.2 Zu bewältigende Aufgaben im Jugendalter	20
2.1.3 Probleme im Jugendalter	24
2.1.4 Relevanz für die Trainingsentwicklung im Hinblick auf die Zielgruppe	27
2.2 Arbeitslosigkeit und ihre Folgen	30
2.2.1 Relevanz für die Trainingsentwicklung im Hinblick auf die Zielgruppe	33
2.3 Das Selbst	35
2.3.1 Relevanz für die Trainingsentwicklung im Hinblick auf die Zielgruppe	43
2.4 Der Begriff der Selbststeuerung	46
2.4.1 Relevanz für die Trainingsentwicklung im Hinblick auf die Zielgruppe	51
3. Der Zugang zur Thematik der Selbststeuerung	53
3.1 Handlungsregulation	53
3.2 Kontrollglaube	54
3.2.1 Zum „Locus of Control“	54
3.2.2 Zu den Theorien Banduras	58
3.2.2.1 Selbstwirksamkeit	58
3.2.2.2 Entstehung und Änderung von Selbstwirksamkeit	62
3.3 Zum Selbstmanagement	63
3.3.1 Selbstregulation	66
3.3.2 Zielklärung und Zielsetzung	69
3.3.3 Zielerreichung	70
3.4 Relevanz für die Trainingsentwicklung im Hinblick auf die Zielgruppe	73
4. Lehr-/Lernform Training	77
4.1 Entwicklungsphasen von Gruppen	80
4.2 Lehr-/Lernmethoden in Trainings	83
4.2.1 Zugangsmöglichkeiten: kognitiv, aktional, emotional	83
4.2.2 Methoden in Trainings	85
4.2.2.1 Methoden zur Erleichterung von Anfang und Einstieg	86
4.2.2.2 Methoden zur Erschließung von Inhalten	87
4.2.2.3 Methoden zur Ergebnisvermittlung und –sicherung	90
4.2.2.4 Methoden zur Entwicklung von Beteiligung und Gruppenzusammenhalt	91
4.2.2.5 Methoden zur Auswertung und Nacharbeit	91
4.2.3 Spiele in Trainings	92
4.2.4 Zur Kombination der Elemente	93
4.3 Das Verhältnis zwischen Trainer und Teilnehmer	93
4.4 Bedeutung der Lerntheorien für Trainings	94
4.5 Phasen beim Erwerb von Fertigkeiten	95
4.6 Relevanz für die Trainingsentwicklung im Hinblick auf die Zielgruppe	97

5. Entwicklung und Durchführung des Trainings	102
5.1 Ziele des zu entwickelnden Trainings	102
5.2 Grundlegende Elemente des Trainings	104
5.2.1 Einsatz erlebnispädagogischer Elemente	104
5.2.2 Umsetzung der Erkenntnisse des theoretischen Hintergrunds	107
5.2.2.1 Erfolgserlebnisse	107
5.2.2.2 Selbstmanagement	107
5.2.2.3 Zur aktuellen Situation	108
5.2.3 Grobstruktur	108
5.2.4 Wiederkehrende Elemente	110
5.3 Themenkomplexe des Trainings	112
5.3.1 Ankommen	113
5.3.2 Selbstreflexion	119
5.3.3 Zielsetzung	126
5.3.4 Zielverfolgung	134
5.3.5 Follow Ups	141
5.4 Zur Veränderung und Entwicklung der Übungen	142
5.5 Durchführung des Pilottrainings	146
 6 Evaluation	 151
6.1 Definition des Forschungsproblems	151
6.2 Methodenkonzeption und Datenerhebung	152
6.3 Evaluation unter quantitativem Aspekt	164
6.3.1 Zu den Ergebnissen der Evaluation unter quantitativem Aspekt	168
6.3.2 Ergänzende Erkenntnisse	172
6.4 Evaluation unter qualitativem Aspekt	173
6.4.1 Qualitative Befragungen	174
6.4.1.2 Qualitative Einzelbefragungen	176
6.4.1.2.1 Leitfadenterviews	178
6.4.2 Begründung der Methodenwahl	181
6.4.3 Entwicklung des Leitfadens und Organisation der Interviews	186
6.4.4 Aufbereitung der Daten	190
6.5 Auswertung der Einzelinterviews	195
6.5.1 Erstes Interview, Proband N ₁	196
6.5.2 Zweites Interview, Proband N ₂	198
6.5.3 Drittes Interview, Proband N ₃	199
6.5.4 Viertes Interview, Proband N ₄	201
6.5.5 Fünftes Interview, Proband N ₅	205
6.5.6 Sechstes Interview, Proband N ₆	206
6.5.7 Siebtes Interview, Proband N ₇	208
6.6 Interpretation der Kernkategorien	210
6.6.1 Interpretation der Kernkategorie „Mobilität“ im Fall N ₁	210
6.6.2 Interpretation der Kernkategorie „Am Ball bleiben“ im Fall N ₂	216
6.6.3 Interpretation der Kernkategorie „Das Selbst“ im Fall N ₃	218
6.6.4 Interpretation der Kernkategorie „Ziel = Ziel?“ im Fall N ₄	223
6.6.5 Interpretation der Kernkategorie „Anreizlos“ im Fall N ₅	227
6.6.6 Interpretation der Kernkategorie „Vom ferngesteuerten Roboter zum Selbststeuerer“ im Fall N ₆	230
6.6.7 Interpretation der Kernkategorie „Ein besonderes Erlebnis“ im Fall N ₇	234

6.7 Überblick und kollektive Aussagen zur Erhebung	236
6.8 Zusammenfassung der Ergebnisse	241
6.9 Zum Geltungsbereich der Evaluation	242
7. „Mit der Tür durch die Wand“ – Ein Training nur für gering qualifizierte arbeitslose Jugendliche?	245
8. Literaturverzeichnis	249
9. Anhang	261

„Mit der Tür durch die Wand“ - Anregungen in Form eines Trainerleitfadens zur Durchführung eines praxisbezogenen Trainings zur bewussten und aktiven Gestaltung des eigenen Lebens (nicht nur) für gering qualifizierte arbeitslose Jugendliche