



HERMES Coaching Szenarios (deutsch)



EU Coaching Project
Das HERMES - Konsortium:



Deutscher
Verkehrssicherheitsrat



Information:
www.alles-fuehrerschein.at/HERMES



Impressum:



Projekt Management:

Gregor Bartl
alles-fuehrerschein.at GmbH
Taborstrasse 39/3
1020 Wien
Österreich

Projekt-Team:

Gregor Bartl, Institut alles-fuehrerschein.at, Österreich
Nick Sanders, CIECA, International – Projekt-Sekretariat
Agnes Reikl, CIECA, International – Projekt Sekretariat
Kay Schulte, German Road Safety Council, Deutschland
Esko Keskinen, Universität Turku, Finnland
John Whitmore, Performance Consultants, Vereinigtes Königreich
Lauk Woltring, Innovation, Advice & Training, Niederlande
Ian Edwards, a2om, Vereinigtes Königreich
Marc Pannacci, Centre de Formation pour Conducteurs, Luxemburg
Norbert Hausherr, Fachverband der Österreichischen Fahrschulen, Österreich
Robert Kotal, Traffic Academy of Bohemia, Tschechische Republik
Sakari Hopia, Finnish Driving Schools` Association, Finnland
Gerard Acourt, Ecole de Conduite Francaise, Frankreich
Lars Gunnarson, EFA (European Driving Schools Association), Schweden
Gerhard v. Bressensdorf; EFA (European Driving Schools Association), Deutschland
Lisa Dorn; a2om; Vereinigtes Königreich
Albert Aluma, RACC Royal Automobile Club, Spanien
Catherine Trotin; Ecole de Conduite Francaise, Frankreich
Antero Lammi, Liikenneturva, Finnland
Projekt Supervision der Europäischen Kommission GD TREN: Annie Canel

Wien, Februar 2010

Web Info: www.alles-fuehrerschein.at/HERMES

Dieses Projekt wurde unterstützt durch Subventionen der Europäischen Kommission - GD TREN und der Österreichischen Bundesanstalt für Verkehr (VERSA)

All rights reserved: alles-fuehrerschein.at GmbH, Wien

© 2010

Released free of cost for non-commercial purpose in unchanged version until revoked
(kostenlos zur nicht kommerziellen unveränderten Verwendung bis auf Widerruf freigegeben)

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	6
2. Szenarien	9
2.1. Szenarien „Fahrstunde“	9
2.1.1. Interaktive Elemente der Fahrgeschwindigkeit	9
2.1.2. Fahrtumstände	12
2.1.3. Planung der Fahrt und Risikoeinschätzung	14
2.1.4. Müdigkeit	17
2.1.5. Drängler von hinten	19
2.1.6. Emotionen	21
2.1.7. Überholen	23
2.1.8. Handybenutzung während des Fahrens	25
2.1.9. Entwicklung von Beobachtungsfähigkeiten	27
2.1.10. Selbsteinschätzung	30
2.1.11. Konzentration	33
2.1.12. Vorbereitung auf eigenständiges Fahren	35
2.1.13. Feedback-Fahrten	38
2.1.14. Eigenständiges Einparken	42
2.1.15. Fahrzeugpositionierung und Wahl der Fahrspur	44
2.1.16. Beobachtung des Verkehrsumfeldes	46
2.1.17. Sicherheitsabstände	48
2.1.18. Angepasste Geschwindigkeit	51
2.1.19. Nachgeben gegenüber gefährdeten Verkehrsteilnehmern	53
2.1.20. Sitzposition und Spiegeleinstellung	55
2.1.21. Nachrang- und STOPP-Tafeln – praktische Anwendung	57
2.1.22. Die richtige Sitzposition	60
2.1.23. Andere Verkehrsteilnehmer warnen	63
2.1.24. Beobachten und Scannen	66
2.1.25. Anpassung der Geschwindigkeit an die Situation	69
2.1.26. Bevor es richtig losgeht – der erste Kontakt zur Fahrausbildung	72
2.1.27. Abstandsverhalten im Auto	75
2.2. Szenarios im Unterrichtsraum	77
2.2.1. Auswirkungen eines Unfalls	77
2.2.2. Fahrziele	80
2.2.3. Einfluss des Auto Fahrens auf die Umwelt	82
2.2.4. Routenplanung	85
2.2.5. Lernen aus Erfahrung	89
2.2.6. Alkohol-Auswirkungen auf das Fahrkönnen	92
2.2.7. Die Bedeutung der Fahrzeugwartung	94
2.2.8. Nachtfahrten	96
2.2.9. Ich und die anderen – wie wir unser eigenes Verhalten und das der anderen interpretieren	98
2.2.10. Was erwarten (weibliche) Mitfahrer vom Lenker?	101
2.2.11. Impuls-Kontrolle wenn man überholt wird	103

2.2.12. Spiegelschrank zur Verkehrssicherheit	105
2.2.13. Reaktionszeit	107
2.2.14. Routenplanung und Ablenkung	109
2.2.15. Gründe für unangepasste Geschwindigkeit	111
2.2.16. Anpassung der Geschwindigkeit an die Situation	113
2.2.17. Müdigkeit – Unterrichtsraum	118
2.2.18. Verkehrsregeln: STOPP- und Nachrang-Schilder	121
2.2.19. Sitzeinstellung	124
2.2.20. Andere Verkehrsteilnehmer warnen	127
2.2.21. Beobachten und Scannen	131
2.2.22. Bevor es richtig losgeht – der erste Kontakt zur Fahrausbildung	135
2.2.23. Mitfahrer im Auto I	138
2.2.24. Mitfahrer im Auto II	141
2.2.25. Emotionen im Fahrzeug	143
2.2.26. Befahren von Kurven mit Orientierungshilfen	146
2.2.27 Müdigkeit im Fahrzeug	148
2.2.28. Selbsteinschätzung zum persönlichen Risiko	152
2.3. Im Fahrtechnikzentrum	167
2.3.1. Bremsübung	167
2.3.2. Zielgeleitetes Fahrtechniktraining	170
2.3.3. Toter Winkel und Übersehen anderer Verkehrsteilnehmer	172
2.3.4. Gefahrbremung	175
2.3.5. Mitfahrer im Auto – Ablenkung durch Gruppe	177
2.3.6. Beifahrer im Auto	181
2.3.7. Abstandsverhalten auf einem Platz	186
2.3.8. Überhöhte Geschwindigkeit in einer Kurve oder einem Kreis	189
2.4. Simulator - Szenarios	195
2.4.1. Gefahrenerkennung (im Kreuzungsbereich)	195
2.4.2. Gefahrenfrüherkennung (Überprüfung von Ort und Zeit)	197
2.4.3. Gefahrenfrüherkennung (Fahren auf Fahrstreifen)	199
2.4.4. Gefahrenfrüherkennung (Kreuzung mit Ampel)	203

1. Einleitung

Coaching ist eine von den jeweiligen Inhalten unabhängige Art der Kommunikation. Im EU HERMES-Projekt wird Coaching umfangreich beleuchtet und insbesondere herausgearbeitet, in welcher speziellen Weise man Coaching in der Fahreraus- und weiterbildung einsetzen kann. Das klare Ziel dabei ist jedoch stets die Hebung der Verkehrssicherheit. Daher wurden im vorliegenden HERMES-Projekt auch Verkehrssicherheitsinhalte in Form von Szenarien erarbeitet, die mittels Coaching in der Fahrausbildung eingesetzt werden können.

In Bezug auf die bisherigen Inhalte der Fahrausbildung sind diese Szenarien teilweise ungewöhnlich. Dies liegt daran, dass auch jene Lernbereiche abgedeckt werden, die in hohem Maß für Fahranfängerunfälle verantwortlich sind: Selbstüberschätzung, Gruppendruck, Ablenkung, Müdigkeit, emotionale Fahrmotive etc.

Die Szenarien wurden auf die jeweiligen Erfordernisse der Unfallursachenforschung abgestimmt, welche in der GDE-Matrix (Goals for Driver Education) dargestellt sind. Im jeweiligen Szenario wird angeführt, auf welche Ebene es sich primär bezieht.

GDE Matrix: Goals for Driver Education (Ziele der Fahrausbildung)

Hatakka, Keskinen, Glad, Gregersen, Hernetkoski, 2002

Hierarchische Ebenen des Fahrverhaltens:	Wesentliche Ausbildungsinhalte:		
	Wissen und Fähigkeiten	Risikoerhöhende Faktoren	Selbsteinschätzung
Ebene 4 Persönliche Eigenschaften, Lebensziele und Fähigkeiten für das Leben (Allgemeine Ebene)	Wissen/Kontrolle darüber, wie Lebensziele, Werte und Normen und persönliche Tendenzen das Lenkerverhalten beeinflussen: <ul style="list-style-type: none"> Lebensstil und –umstände Gruppennormen Motive Selbstkontrolle und andere Eigenschaften persönliche Werte und Normen etc.	Risikoerhöhende Tendenzen: <ul style="list-style-type: none"> Akzeptanz von Risiko Selbstwertgefühl stärken Sensationslust Sozialem Druck nachgeben Gebrauch von Alkohol und Drogen Werte und Haltung gegenüber der Gesellschaft etc.	Selbsteinschätzung / Bewusstsein von <ul style="list-style-type: none"> persönlicher Fähigkeit zur Kontrolle von Impulsen riskanten Tendenzen persönlichen der Sicherheit entgegenwirkenden Motiven persönlichen riskante Eigenschaften etc.
Ebene 3 Auf die Fahrt bezogener Kontext und Absichten (Strategische Ebene)	Wissen und Fähigkeiten betreffend <ul style="list-style-type: none"> Auswahl der Route Geschätzte Fahrzeit Auswirkungen von sozialem Druck der Beifahrer 	Risiken verbunden mit <ul style="list-style-type: none"> Physiologischer Verfassung des Lenkers Fahrumgebung (ländlich, urban) 	Selbsteinschätzung / Bewusstsein von <ul style="list-style-type: none"> persönlicher Fähigkeit zur Planung typischen riskanten Fahrmotiven

	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Dringlichkeit der Fahrt</i> etc	<ul style="list-style-type: none"> • <i>sozialen Umständen und Gesellschaft im Fahrzeug</i> • <i>Andere Motive (Wettkampf)</i> etc	etc
Ebene 2 Beherrschen von Verkehrssituationen (Taktische Ebene)	Wissen und Fähigkeiten betreffend <ul style="list-style-type: none"> • <i>Verkehrsregeln</i> • <i>Wahrnehmung/Verwendung von Signalen</i> • <i>Antizipation des Situationsverlaufs</i> • <i>Geschwindigkeitsanpassung</i> • <i>Kommunikation</i> <i>Abstand zu anderen Verkehrsteilnehmern / etc.</i>	Risiko verursacht durch <ul style="list-style-type: none"> • <i>Treffen falscher Entscheidungen</i> • <i>risikoerhöhenden Fahrstil (z. B. aggressiv)</i> • <i>ungenügende Geschwindigkeitsanpassung</i> • <i>”schwache” Verkehrsteilnehmer</i> • <i>Nichtbefolgen der Regeln/ unvorhersagbares Verhalten</i> • <i>Informationsüberflutung</i> • <i>Schwierige (Strassen-)bedingungen (z.B. Dunkelheit, Schlechtwetter)</i> • <i>Unzureichende Automatisierung von Grundfähigkeiten</i> etc	Selbsteinschätzung / Bewusstsein von <ul style="list-style-type: none"> • <i>Stärken und Schwächen des eigenen Fahrkönnens in Verkehrssituationen</i> • <i>persönlichem Fahrstil</i> • <i>persönlichen Sicherheitsabständen</i> • <i>Stärken und Schwächen in gefährlichen Situationen</i> • <i>Realistische Einschätzung der eigenen Fähigkeiten</i> • <i>etc</i>
Ebene 1 Fahrzeugbedienung (Operationelle Ebene)	Wissen und Fähigkeiten betreffend <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kontrolle der Richtung und Position des Fahrzeugs</i> • <i>Reifenhaftung und Reifendruck</i> • <i>Fahrzeugdimensionen</i> • <i>Technischer Aspekte des Fahrzeugs</i> etc	Risiko verbunden mit <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ungenügender Automatisierung von Grundfähigkeiten</i> • <i>schwierigen (Strassen-)bedingungen (z.B. Glatteis)</i> • <i>falscher Gebrauch von Sicherheitsgurt, Kopfstütze, Sitzposition</i> etc	Bewusstsein von <ul style="list-style-type: none"> • <i>Stärken und Schwächen beim elementaren Fahrkönnen</i> • <i>Stärken und Schwächen beim Lenken in gefährlichen Situationen</i> • <i>Realistische Einschätzung der eigenen Fähigkeiten</i>

WICHTIGER HINWEIS: Um die meisten der HERMES-Szenarien effizient anwenden zu können, bedarf es einer soliden Coaching-Ausbildung und ausreichender Erfahrung.

Die hier vorgestellten Szenarien wurden von den Mitgliedern des HERMES-Teams ausgewählt und ausreichend in der Praxis erprobt. Die Unterteilung der Szenarien in diesem Bericht erfolgte nach dem jeweiligen Ort ihrer Umsetzung:

- Fahrstunde im Auto
- Theorieunterricht im Unterrichtsraum
- Fahrtechniktraining
- Simulator

2. Szenarien

2.1. Szenarien „Fahrstunde“

2.1.1. Interaktive Elemente der Fahrgeschwindigkeit

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Das Hauptziel des Szenarios ist es beim Gecoachten Verständnis zu erwecken, wie Geschwindigkeit zur Kommunikation verwendet wird, um die Vorhaben des Fahrers anzuzeigen.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Ein größeres Bewusstsein für die Arten der Kommunikation zwischen Straßenbenutzern zu entwickeln.

Ort des Szenarios

Im Fahrzeug auf der Strasse.

Hauptebene der GDE-Matrix

Level 2

Kurzzusammenfassung der Übung

Dieses Szenario zielt darauf ab, dem Gecoachten zu helfen ein Verständnis dafür zu entwickeln, wie Fahrer auf der Strasse kommunizieren und kooperieren. Das Szenario legt besonderes Augenmerk auf die Geschwindigkeit in diesem Prozess, obwohl andere Quellen der Kommunikation auch behandelt werden sollten inklusive:

- Straßenpositionierung
- Signale
- Hupe
- Nutzung der Scheinwerfer

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Der Coach fordert den Gecoachten auf bei einer Kreuzung zu halten, von wo aus es möglich ist den Verkehrsfluss zu beobachten. Der Coach verlangt nun vom Gecoachten, die Bewegungen des Verkehrs durch die Kreuzung und das voraussichtliche Verhalten der Fahrzeuge und anderen Verkehrsteilnehmer vorauszusagen. Wenn der Fahrer diese Fähigkeit entwickelt hat, fordert der Coach den Gecoachten auf zu beschreiben, was ihn dazu befähigt, das Verhalten der Verkehrsteilnehmer vorauszusagen. Anfängliche Antworten werden wahrscheinlich auf Signale reduziert, wie etwa: "Der Fahrer zeigte rechts an, daher wusste ich, dass er rechts abbiegen wird." Zunächst sollte der Coach diese Antworten akzeptieren, anschließend aber Fragen stellen, die das Bewusstsein des Gecoachten auf andere Zeichen der Kommunikation lenken.

Ein typisches Gespräch wäre das folgende:

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Gecoachter)
Welchen Weg wird das blaue Fahrzeug an der Kreuzung einschlagen?	Es wird rechts abbiegen.
Was macht dich da sicher?	Es blinkt.
Könnte es gleich nach der Kreuzung auch nur rechts halten?	Könnte sein.
Was hat dir sonst noch gezeigt, dass es abbiegt?	Es wird langsamer.
Noch etwas?	Sie sind rechts ran gefahren.
Hast du etwas am Fahrer bemerkt?	Er hat an der Kreuzung Ausschau gehalten.

Tabelle 1

Obwohl dieser Dialog einfach ist, demonstriert er einen klaren Ansatz. Der Coach ermutigt den Fahrschüler dazu ein größeres Bewusstsein dafür zu entwickeln, wie Geschwindigkeit, Signale, Straßenposition und Augenkontakt dazu benutzt werden können, die Absichten der Verkehrsteilnehmer zu kommunizieren.

Sobald der Fahrschüler dazu bereit ist diese Dinge zu interpretieren kann der Coach dazu übergehen die Konversation auf den Punkt zu bringen, an dem es darum geht sich dem Verhalten der Verkehrsteilnehmer anzupassen, die die Geschwindigkeit bei der Annäherung an Kreuzungen nicht richtig wählen.

Ein typisches Gespräch wäre das folgende:

Fragen (Coach)	Typical replies (Gecoachter)
Bist du schon mal in einem Auto gefahren und hast bemerkt, dass andere Verkehrsteilnehmer zu deiner Rechten oder Linken sich rasch einer Kreuzung genähert haben und dann plötzlich bremsen mussten?	Ja
Was hast du in der Situation gefühlt?	Ich war sicher, dass der Fahrer im anderen Auto nicht stehen bleiben würde.
Denkst du der Fahrer des anderen Autos hat versucht zu bremsen?	Ja, ich denke schon
Was könnte dann das Problem gewesen sein?	Sie waren zu schnell und ich habe nicht damit gerechnet, dass sie stehen bleiben.
Glaubst du sie haben dann ihre Geschwindigkeit gut angepasst?	Nein ich habe nicht gedacht, dass sie stehen bleiben würden.
Wärest du der Fahrer des Autos gewesen, in dem du gesessen bist, was hättest du in dieser Situation getan?	Ich wäre langsamer geworden.
Ist es das, was der Fahrer des anderen Autos wollte, dass du tust?	Nein, die wollten mich aus dem Weg haben.
Denkst du, sie haben ihr Ziel damit erreicht?	Nein, wäre ich langsamer geworden, wäre ich nur noch länger im Weg gewesen.

Table 2

Der Coach sollte zusammenfassen, indem er den Gecoachten danach fragt, wie wichtig er die Geschwindigkeit als Signal zu Früherkennung der Absicht des Fahrers empfunden hat.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario sollte nicht länger als 10 Minuten dauern. Das Szenario kann wiederholt werden, wenn sich eine passende Gelegenheiten bieten. Es ist einfach durchzuführen und erfordert keine speziellen Hilfsmittel.

2.1.2. Fahrtumstände

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Lernziel des Szenarios für den Gecoachten ist es zu verstehen, wie die Fahrtumstände die Fahreigenschaften beeinflussen.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Das Erlernen gefährliche Fahrsituationen zu meistern.

Ort des Szenarios

Im Fahrzeug

Hauptebene der GDE-Matrix

Alle 4 Ebenen

Kurzzusammenfassung der Übung

Die Ziele der Fahrausbildung (GDE) zeigen die Notwendigkeit das Wissen und Verständnis des Fahrers im Zusammenhang mit den Zielen der Fahrt zu verstehen. Vor diesem Hintergrund ist es interessant die Ziele eines Fahrschülers in der Ausbildung zu beobachten. Edwards und Curls (2008) haben aufgezeigt, dass die Fehler, die von Fahrlehrern wahrgenommen werden dort zurückgehen wo die Fahrschulstunden stattfinden – ein Ausbildungszusammenhang sozusagen. Die Ziele des Fahrers während einer Ausbildungsfahrt unterscheiden sich normalerweise signifikant von den Zielen, die er hat, wenn er im normalen Leben unterwegs ist, er entspricht sozusagen während der Übungsfahrt der Rolle, die ihm vom Instruktor vorgegeben wird.

Im echten Leben ist der Fahrer im Regelfall darum bemüht, von A nach B zu kommen, während er dabei versucht pünktlich zu sein, seine Mitfahrer zu beeindrucken, Musik zu hören, ... Daher ist eines der Hauptziele für einen Coach den Gecoachten dazu zu ermutigen das Fahren nicht nur im Zusammenhang mit der Fahrschulstunde, sondern auch im Zusammenhang mit dem echten Leben zu sehen.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario kann in verschieden Arten ausgeführt werden. Der Basisansatz ist es dem Fahrer zu erlauben unabhängig (mit einem Minimum an Unterstützung durch den Coach) über einen Zeitraum von 10-15 min. zu fahren. Der Coach beendet dann die Fahrt und verlangt vom Gecoachten sich selbst Punkte zu geben für seine Fahreigenschaften. Die Skala reicht dabei von 1-10, wobei 10 am besten ist.

Der Coach sollte dann eine Reihe alternativer Szenarien diskutieren und den Gecoachten dazu auffordern zu entscheiden, wie sich welches Szenario auf sein Fahrverhalten auswirken könnte.

Jedes Szenario sollte bewertet und mit der Bewertung der freien Fahrt verglichen werden. Abhängig davon was der Coach erreichen möchte, sollten die Szenarien auf die jeweiligen Ziele fokussiert werden.

Wo dies möglich ist sollten die Szenarien auf die Erkenntnisse des Fahrschülers abgestimmt sein, damit sie in Zukunft leichter in Erinnerung gerufen werden können. Dies erhöht den Realitätsbezug.

Der Coach kann dies durch folgende Fragen erreichen:

- Wann wird der Gecoachte hauptsächlich solche Straßen befahren?
- Mit wem wird er wahrscheinlich unterwegs sein?
- Zu welcher Tageszeit wird er die Fahrten hauptsächlich unternehmen?
- Was wird der Grund für die Fahrt sein?

Falls der Gecoachte Probleme damit haben sollte einen persönlichen Bezug zu den Fahrten herzustellen, kann der Coach Beispiele geben:

Stell dir vor du hast einen neuen Job und sollst schnell ein paar Interviews machen.

Du triffst dich am Abend mit einigen Freunden und hast vor lange aus zu bleiben. Wie wird das dein Fahrverhalten beeinflussen?

Das Hauptlernziel für den Gecoachten ist es zu verstehen, in welchem Zusammenhang die Gründe für eine Fahrt und der daraus resultierende Einfluss auf das Fahrverhalten stehen. Das Lernziel wird durch die Vergleiche der verschiedenen Szenarien erreicht. Falls es angebracht ist kann der Coach die Sitzung ausbauen, um weitere Strategien zu diskutieren.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist wegen seiner Einfachheit sehr effektiv, da es den Gecoachten dazu ermutigt seine eigenen zukünftigen Fahreigenschaften zu ergründen. Die Vorteile des Szenarios liegen darin, dass es durch seine Einfachheit für viele Situationen heran gezogen werden kann. Der Ansatz ist vermutlich am besten dort einzusetzen, wo der Fahrschüler bereits einen konstant sicheren Fahrstil aufweist.

Reference

Edwards, I. & Curle, C. (2008), Analysis of the National Fahrer Improvement Scheme by Referral Type, in Dorn, L (ed), *Fahrer Behaviour and Training Volume 2*: Ashgate: UK pp. 31-36

Hatakka M, Keskinen E, Gregersen NP, *et al.* Theories und Aims of Education und Training Measures. In: *Fahrer Training, Testing und Licensing—towards theory-based management of young Fahrers' injury risk in Strasse traffic*. Results of EU-Project GADGET, Work Package 3. In: Siegrist S, ed. Bfu –Report 40 1999

2.1.3. Planung der Fahrt und Risikoeinschätzung

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Das Lernziel des Szenarios ist es dem Gecoachten zu helfen seine Risiken bei einer Fahrt abzuschätzen.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Das Szenario kann weiterentwickelt werden, um tiefere Diskussionen z.B. über Müdigkeit, Alkohol, Drogen, Zeitdruck oder Gruppenzwang einzuleiten. Diese Diskussionen sind allerdings in diesem Beispiel nicht aufgeführt.

Ort des Szenarios

Im Fahrzeug

Hauptebene der GDE-Matrix

Level 3 und rechte Spalte

Kurzzusammenfassung der Übung

Dieses Szenario erweitert die Ausbildung des Fahrers hin zum echten Leben. Das Szenario zielt darauf ab, den Gecoachten zu ermuntern sowohl alle Risiken einer Fahrt, als auch die eigenen Fähigkeiten einschätzen zu lernen

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Das Szenario beginnt, nachdem der Gecoachte eine kurze Zeit gefahren ist. Der Coach fordert ihn auf anzuhalten und die Fahrt zu bewerten. Hier fordert der Coach den Fahrer auf seinen Fahrstil zu analysieren und zu bewerten und in welchen Bereichen er noch Nachholbedarf sieht.

Danach fordert der Coach den Fahrer auf aufzuzählen welche zukünftigen Fahrten auf ähnlichen Straßen unternommen werden könnten. Sobald eine Fahrt aufgezählt wurde, wird der Gecoachte dazu ermuntert alle sich möglicherweise bei solch einer Situation auftretenden Probleme zu benennen. Der Coach sollte dabei die Möglichkeit einräumen die Punkte zu notieren.

Im Anhang A ist eine solche Liste. Nun folgt eine kurze Diskussion, wie sie dabei verwendet werden könnte:

Fragen (Coach)	Typical replies (Gecoachter)
Wohin könntest du fahren, wenn du dabei solche Strassen benützen würdest?	Na ja ich werde auf die Uni in (Ort) gehen und da könnte es solche Straßen geben.
OK, also wenn es für dich Ok ist, werde ich jetzt eine kurze Abschätzung machen über die Risiken, die auf diesen Fahrten auf dich zukommen könnten.	Ja, Ok!
Was wir machen können ist, die Probleme die wir vorhin identifiziert haben	OK

niederzuschreiben, okay?	
Wie lang würdest du schätzen wird die Fahrt zur Uni dauern?	Als ich mit meinen Eltern dort hingefahren bin waren es etwa 2 Stunden
2 Stunden also. Als neuer Fahrer, bist du da jemals 2 Stunden konstant gefahren?	Nun wir haben 2 Stunden Übungen.
Wie fühlst du dich wirklich nach diesen 2 Stunden Übung?	Müde
Wie würde das dein Fahrerhalten beeinflussen?	Ich würde müde werden.
Was könntest du dagegen tun?	Ich könnte eine Pause machen.
Sollten wir das auf die Liste schreiben? Was denkst du?	Ja – Müdigkeit und Pause machen
Zu welcher Uhrzeit würdest du da die Fahrt beginnen?	Ich würde nur am Wochenende heim kommen, also denke ich ich würde zu Mittag wegfahren.
Ok, wärst du dann müde?	Nein
Wann würdest du dann wieder zur Uni fahren?	Eher am Sonntag
Was wirst du vermutlich am Abend davor getan haben?	Ich wäre wohl mit meinen Freunden ausgegangen
Wie ausgeruht wärst du dann am Sonntag?	Nicht sehr
Was könntest du da dagegen wohl machen?	Ich könnte nicht ausgehen oder früher heimkommen.
Ist es das wert niederzuschreiben?	Ja
Ok, wenn du fort bist, würdest du etwas trinken?	Ein wenig
Was denkst du ist da das Problem?	Ich wäre noch betrunken am nächsten Morgen. <i>(Der Coach könnte das früher diskutieren wollen, aber durch die Grenzen die in diesem Dokument gegeben sind wird davon ausgegangen, dass der Gecoachte sich dieses Problems bewusst ist)</i>
Denkst du das ist es wert aufgeschrieben zu werden?	Ja!
Noch etwas?	Nein ich denke das sind die Hauptprobleme.
Okay wir haben jetzt die Hauptprobleme umrissen. An welchem Tag wirst du vermutlich die Uni wieder verlassen?	Vermutlich am Freitag
Was denkst du sind da die Probleme?	Naja, am Freitag ist es sehr stressig.
Könnte das deine Fahrzeit beeinflussen?	Sie könnte länger werden.
Was wird dann das Problem hierbei sein?	Wied er die Müdigkeit.
Und zu welcher Zeit wirst du dort wegfahren können?	Nach meiner letzten Übung die vermutlich um 16:00 aus sein wird.
Was ist da das Problem?	Es ist Rush-Hour
Sonst noch etwas Wie lang sind die Übungen?	Etwa 2 Stunden.
Wie wirst du dich danach fühlen?	Ziemlich fertig würde ich sagen.
Wie könntest du dem entgegenwirken?	Mehr Pausen auf dem Weg heim.
Wird jemand mit dir fahren?	Am Heimweg hoffentlich, ich würde gerne

	Benzinkosten teilen.
Was könnten da Probleme werden?	Ich könnte durch Gespräche mit meinem Beifahrer abgelenkt werden.
Was noch?	Ich könnte auf sie warten müssen oder sie könnten es eilig haben heim zu kommen.
Wenn du allein heimfahren würdest – wie könnte das dein Fahrverhalten beeinflussen?	Ich denke ich wäre anfälliger einzuschlafen.
Das ist möglich. Wenn dir während der Fahrt langweilig würde, was würdest du vermutlich tun?	Ich würde vielleicht jemand anrufen.
Etc.	

Dieser Fragenkatalog wird solange weitergeführt bis der Gecoachte sämtliche Probleme identifiziert hat. Der Coach sollte dann die Übung damit beenden den Gecoachten zu fragen, ob er sich selbst einmal Gedanken über diese Probleme gemacht hat. Dieser wird in den meisten Fällen nein dazu sagen. Der Coach sollte den Fahrer dann dazu ermuntern diese Risiken nicht nur im Zusammenhang mit Straßenbedingungen zu sehen, sondern im weiteren Zusammenhang mit der Fahrt an sich.

Der Coach sollte dem Gecoachten erlauben die identifizierten Risiken und deren Abschätzungen als Anhaltspunkt für weitere Probleme und als Erinnerung an den eben durchgeführten Prozess zu nehmen.

Anwendung in der Fahrausbildung

Das ist ein einfaches Szenario und sollte nicht länger als 10 Min. dauern.

Anhang A

Trip: Fahrt von und zur Uni

Identifizierte Risiken	Risikoentschärfende Aktionen
Müdigkeit	Pausen
Alkohol	Eingeschränkter Alkoholkonsum am Abend davor
Müdigkeit durch Fortgehen am Abend vor der Fahrt	Nicht lang aus bleiben
Etc.	

2.1.4. Müdigkeit

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Ein Verständnis beim Gecoachten für den Einfluss von Müdigkeit auf das Fahrverhalten zu entwickeln und mögliche Bewältigungsstrategien erarbeiten.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Keine

Ort des Szenarios

Individuelle Übung im Auto

Hauptebene der GDE-Matrix

Level 3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Kollisionen in die junge Fahrer involviert sind, ereignen sich häufig in der Nacht und es spielt zumeist ein Mix aus Müdigkeit, Unerfahrenheit und Ziele der Autofahrt eine Rolle in diesem erhöhten Unfallrisiko. Dieses Szenario hat zum Ziel, dem Fahrer aufzuzeigen inwieweit Müdigkeit Entscheidungen beeinflusst. Weiters hat es das Ziel, ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, warum Müdigkeit nicht nur eine Angelegenheit bei älteren Fahrer ist, sondern auch besonders bei jungen, unerfahrenen Fahrern relevant ist.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Nach Beendigung eines erfolgreichen Manövers sollte der Coach den Gecoachten bitten an einem sicheren Platz anzuhalten. Der Coach sollte dann den Gecoachten bitten, das eben durchgeführte Manöver einzuschätzen und externe Faktoren, die einen Einfluss auf die Fähigkeit dieses Manöver auch in der Zukunft erfolgreich auszuführen, zu benennen. Der Coach sollte vielleicht Beispiele nennen, um die Gedanken des Gecoachten anzuregen, wie zum Beispiel das Einnehmen von verschreibungspflichtigen Medikamenten. Es ist möglich, dass der Gecoachte darauf eingeht und Alkohol, andere Suchtmittel und Krankheiten nennt. Wenn Müdigkeit nicht erwähnt wird, dann sollte der Coach diesen Faktor nennen. Sobald dieser Faktor genannt wurde, sollten untenstehende Fragemuster angewandt werden:

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Gecoachter)
Denke bitte an einen Zeitpunkt zurück, an dem du so richtig müde warst. Jetzt nicht während dem Fahren, sondern generell.	Ja, mach ich.
Was hast du gefühlt als du müde warst?	Hatte Kopfweg und wollte einfach nur schlafen
Wie war das mit deiner Stimmung – wie würden dich andere in dieser Situation beschreiben, was glaubst du?	Schlecht gelaunt, gereizt und unglücklich.
Wie glaubst du wird deine Urteilsfähigkeit beeinflusst?	Ich vermute man macht mehr Fehler! missversteht manches.
Wenn du müde und in dieser Stimmung bist, was glaubst du, wie würde sich das auf dein Fahrverhalten auswirken? Zum Beispiel bei	Ich geh vielleicht unnötige Risiken ein, ich unterschätze womöglich den Verkehr, meine Reaktion wird vermutlich langsamer.

diesem Manöver, welches du gerade beendet hast, was könnte hier passieren?	
Bist du oft sehr müde?	Manchmal, aber nicht oft.
Um wirklich ausgeschlafen zu sein, wie viel Schlaf glaubst du braucht man?	Oh – Ich weiß nicht genau, hab noch nie darüber nachgedacht – 8 Stunden?
OK- wie oft bekommst du diese Menge an Schlaf?	Nicht sehr oft, es lässt sich nicht immer einrichten.
Was hält dich davon ab?	Viele Dinge... ausgehen, mein Handy, ich spiel gern auf der X-Box...tja viele Dinge.
Was könntest du tun, um sicherzugehen, dass du genug Schlaf bekommst?	Na ja, diese Dinge die ich erwähnt hab, nicht zu tun. Früher ins Bett gehen.
Ist das realistisch?	Nein
So auf welche Dinge müsstest du achten während dem Fahren, die dir sagen, dass du müde wirst?	Oh – man ist schlaftrunken, schlechte Entscheidungen, man kann abgelenkt werden.
Und was würde dir in dieser Situation helfen?	Fenster aufmachen, Radio aufdrehen, Kaffee trinken.
Als wir diese Diskussion gestartet haben, hab ich dich gebeten an einen Zeitpunkt zu denken, an dem du so richtig müde warst...was hast du gemacht um wieder fit werden?	Bin schlafen gegangen.
OK – wenn du während des Fahrens müde wirst, was ist die einzig richtige Lösung?	Schlafen
Welche Aktion, deiner Meinung nach, solltest du setzen, wenn du während des Fahrens müde wirst?	Stoppen und ausrasten und idealerweise ein wenig schlafen.

Der oben stehende Leitfaden ist als Ideal zu verstehen und der Coach sollte, wie es überall während des Coachings ist, den Antworten des Gecoachten folgen. Der Coach sollte darauf achten, dass er nicht den Anschein erweckt, dass er den Lebensstil des Gecoachten kommentiert oder bewertet. Ziel ist es ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, wie Müdigkeit sich auf das Fahrverhalten auswirkt und dass die einzig wahre Strategie die funktioniert schlafen ist.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist einfach und kann leicht in eine Fahrstunde integriert werden, möglicherweise in einer Pause während der Stunde. Wie bereits erwähnt ist die größte Gefahr, dass der Gecoachte das Gefühl hat der Coach bewertet seinen Lebensstil. Der Coach muss damit sehr umsichtig vorgehen. Aus diesem Grund sollte dieses Szenario in einer relaxten Atmosphäre und in einer kurzen Zeitspanne von nicht mehr als 5 Minuten durchgeführt werden. Das Ideal wäre, dass dieses Szenario durchgenommen wird und dann immer wieder im Zuge der Fahrstunden neu aufgegriffen und weiterentwickelt wird, um Dinge wie Sekundenschlaf, Tageszeit etc. abzudecken.

2.1.5. Drängler von hinten

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Ein Bewusstsein beim Gecoachten dafür zu entwickeln, welche Gefahren beim zu dichten Auffahren entstehen können und die Entwicklung passender Bewältigungsstrategien.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Keine

Ort des Szenarios

Individuell in einer Fahrstunde. Ein ähnlicher Ansatz könnte genauso gut während der Theorieeinheit angewandt werden.

Hauptebene der GDE-Matrix

Alle Ebenen

Kurzzusammenfassung der Übung

Ziel dieses Szenarios ist es, dem Gecoachten zu helfen, einerseits zu verstehen welche Gründe der Fahrer hinter ihm hat, für das nahe Auffahren, die Gefahren dieser Situation einzuschätzen und andererseits Bewältigungsstrategien zu entwickeln, wie auch Strategien damit der Gecoachte selber erkennt, für den Fall, dass der Gecoachte selber einmal zu nahe auffährt.

Detaillierte Beschreibug der Übung und Anwendung der Coaching Techniken

Dieses Szenario sollte dann angewandt werden, wenn ein Fahrzeug hinter Ihnen zu nahe auffährt und der Coach eine sichere Stelle zum Anhalten entdeckt, um über die Gefühle und Ansichten des Gecoachten über das eben Erlebte zu diskutieren.

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Gecoachter)
Hast du bemerkt wie nahe das Auto hinter aufgefahren ist?	Ja, er war sehr nahe!
Was glaubst du, warum ist er so dicht aufgefahren?	Ich denke er hat geschaut, ob er überholen kann.
Denkst du es könnten für uns irgendwelche Gefahren entstehen, wenn jemand so dicht auffährt?	Ja – ich war beunruhigt, dass er uns hinten reinfahren könnte.
In welcher Situation denkst du, kann das vermutlich passieren?	Wenn ich abbremse.
Würde das eher passieren wenn du langsam, kontrolliert abbremst oder wenn du abrupt bremst?	Wenn ich abrupt abbremse.
Wann hast du das Gefühl abrupt Abbremsen zu müssen?	Na ja, ich vermute, wenn ich schnell auf etwas reagieren muss.
Wie kannst du zu übereiltes Reagieren vermeiden?	Wenn ich mir einfach meine Zeit nehme, die ich brauche.
Was glaubst du, hofft der Fahrer hinter dir, wenn er dich nicht überholen kann?	Na ja, dass ich schneller werde.

So basierend auf dem, was du vorher über das abrupte Abbremsen gesagt hast, denkst du, dass wäre die richtige Strategie?	Nein, nicht wirklich!
Was glaubst du, warum der Fahrer hinter dir überholen wollte?	Er war anscheinend unter Zeitdruck/Stress.
Bist du ab und zu im Stress?	Manchmal – wir sind doch alle manchmal im Stress.
Wann bist du unter Zeitdruck? Welche Fahrten sind davon betroffen?	Auf dem Weg zur Arbeit oder zu einem wichtigen Termin
Hast du in solchen Situationen das Gefühl, versucht zu sein dem Auto vor dir zu dicht aufzufahren?	Ich weiß nicht genau – möglicherweise wenn ich zu spät bin.
Hast du das Gefühl, dass du damit wirklich Zeit einsparen kannst?	Nein – weil man kann ja nur so schnell fahren wie das Auto vor einem!
Okay, also warum würdest du oder andere Fahrer das tun?	Gut – wenn man gestresst ist, könnte es einem das Gefühl geben, dass man schneller ist.
Aber du hast Gefühl, dass du nicht wirklich Zeit einsparst?	Nein nicht wirklich.

Zweck dieses Gesprächs sollte sein, den Gecoachten dazu zu ermuntern, die Risiken einzubeziehen und dass diese Risiken mehr wiegen als wahrgenommene Vorteile, wenn man zu dicht auffährt. Hier sind einige potentielle Fehlerquellen in diesem Ansatz zu erkennen, da nicht alle Gecoachten dieselbe Ansicht vertreten, was zu dichtes Auffahren betrifft. Daher muss der Coach womöglich von dem oben genannten Fragenkatalog abweichen und auf die Antworten vom Gecoachten individuell eingehen.

Anwendung in der Fahrausbildung

Das ist ein einfaches Szenario, welches direkt im Auto ausgeführt werden kann.

2.1.6. Emotionen

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Zweck dieses Szenarios ist es, das Bewusstsein des Gecoachten zu fördern, hinsichtlich der Erkenntnis, wie ihre Emotionen sich auf ihr Fahrverhalten auswirken können.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Keine

Ort des Szenarios

Im Auto am Straßenrand

Hauptebene der GDE-Matrix

Alle Ebenen, hauptsächlich Ebene 3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Es ist wissenschaftlich belegt, dass Emotionen einen Einfluss auf unsere Entscheidungen haben. Dieses Szenario soll das Bewusstsein der Gecoachten fördern, in wie weit ihre Gefühlslage einen Einfluss auf ihr Fahrverhalten nehmen kann. Erreicht wird dies, wenn man den Gecoachten bittet, sich an Zeitpunkte zu erinnern, zu denen er sehr emotional war und ihn dann fragt, wie sich diese Emotionen auf ihr Fahrverhalten ausgewirkt haben.

Detaillierte Beschreibug der Übung und Anwendung der Coaching Techniken

Dieses Szenario ist sollte auf am Straßenrand ausgeführt werden. Verwendet werden sollten selbst reflektierende Fragen, wie untenstehend angeführt.

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Gecoachten)
Glaubst du, dass deine Gefühlslage einen Einfluss auf dein Fahrverhalten hat?	Ja, wenn man zum Beispiel müde ist – irgendwas in diese Richtung
Okay, ich hätte gern, dass du dich an eine Situation zurück erinnerst, als etwas passiert ist, dass in dir ein fantastisches Gefühl hervorgerufen hat. Welche Worte könnten diese Gefühle beschreiben?	Gut, fantastisch, außer sich vor Freude, glücklich, ekstatisch.
Okay, wenn du fährst und du fühlst dich so – gehen wir davon aus, dass du eine Goldmedaille gewonnen hast – welchen Einfluss hat das auf dein Fahrverhalten?	Na ja, es könnte schwer sein, sich zu konzentrieren.
Noch etwas?	Nein nicht wirklich!
Wie glaubst du könnten diese Emotionen deine Entscheidungen beeinträchtigen?	Gut, ich vermute, man denkt, dass alles in Ordnung ist und man ist nicht konzentriert.
Was könnte mit deiner Geschwindigkeit passieren, was denkst du?	Könnte unberechenbar sein. Wenn man wirklich glücklich ist, meint man dass alles super ist und fährt vielleicht etwas zu schnell?
Was ist mit der anderen Seite dieser	Meinst du damit traurige Gefühle?

Gefühle?	
Ja?	Na ja, ich denke dasselbe.
Dies sind natürlich extreme Beispiele. Wenn wir das mal auf einem alltäglicheren Level betrachten, denkst du, dass Emotionen einen Effekt auf deine Entscheidungen haben?	Ja, möglicherweise!
Kannst du dich an irgendetwas im Auto erinnern, dass einen Einfluss auf deine Gefühle hatte?	Nein – na ja, Musik vielleicht und Unterhaltungen mit Beifahrern.
So und was denkst du, könntest du tun um diesen Einfluss, den deine Gefühle auf dein Fahrverhalten haben, zu reduzieren?	Nicht fahren, wenn man aufgebracht ist oder überglücklich und dann noch einfach sich den Gefühlen bewusst sein. Und versuchen die Emotionen während dem Fahren zu kontrollieren.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann leicht im Auto zwischen dem Coach und dem Gecoachten aber auch in einer Gruppe ausgeführt werden. Das Hauptlernziel sollte sein, dass die Gecoachten in der Lage sind, zu erkennen, dass wir alle durch unsere Gefühle beeinflusst werden können und nicht nur zu einem Zeitpunkt besonders starker Gefühle. Der Coach muss bei der Ausführung dieses Szenarios besonders taktvoll vorgehen, da das Befragen von Personen über ihre Emotionen immer ein schwieriger Fall sein kann. Je besser der Coach die Gecoachten kennt und versteht, desto eher ist er in der Lage die Gecoachten dazu zu ermuntern, den Einfluss ihrer persönlichen Gefühle zu bedenken.

Wenn der Gecoachte zum Beispiel Fußball spielt, könnte die Einstiegsfrage sein, wie er sich fühlen würde wenn sein Team die Meisterschaft gewinnt. Wie würdest du dich während des Heimfahrens fühlen...

Aus diesem Grund sollte der Fragekatalog nur als hilfreicher Hinweis, wie eine solche Diskussion ablaufen kann, verstanden werden.

2.1.7. Überholen

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards und Neil Beeson

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Die Entwicklung eines Verständnisses beim Gecoachten für die Gefahren während des Überholvorgangs.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Keine

Ort des Szenarios

Individuell in einer Fahrstunde

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Kollisionen in denen junge Fahrer involviert sind, ereignen sich häufig in der Nacht, auf Landstraßen, mit Beifahrern, wobei nur ein Fahrzeug involviert ist. Es spielt zumeist ein Mix aus Müdigkeit, Unerfahrenheit, Ziele der Autofahrt und Persönlichkeit eine Rolle in diesem erhöhten Unfallrisiko.

Überholen wird meist autodidaktisch erlernt, weil während der Fahrausbildung der Lernende meist nur der Überholte ist, aber selber kaum die Chance bekommt, selbst ein Überholmanöver auszuführen. Zweck dieses Szenarios sollte sein, das Bewusstsein beim Gecoachten für die Faktoren, welche den Entscheidungsprozess anregen, wenn man ein Überholmanöver in Betracht zieht, zu stärken und aufzubauen. Ziel sollte ebenfalls sein, ein Verständnis für die Umstände zu entwickeln, in denen nicht der korrekte Entscheidungsprozess ausgeführt wird.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching Techniken

Nach Beendigung eines erfolgreich durchgeführten Manövers (kann Überholen eines fahrenden Autos oder eines stehenden Autos sein), sollte der Coach den Gecoachten bitten an einer sicheren Stelle zu halten. Dann sollte der Coach den Gecoachten dazu bringen, das eben durchgeführte Manöver einzuschätzen und externe Faktoren, die einen Einfluss auf die Fähigkeit dieses Manöver auch in der Zukunft erfolgreich auszuführen haben können, zu benennen.

Der Coach sollte vielleicht Beispiele nennen, um die Gedanken des Gecoachten anzuregen, wie zum Beispiel das Mitnehmen von Freunden im Auto. Es ist möglich, dass der Gecoachte darauf eingeht und Geschwindigkeit, Stress wegen eines bevorstehenden Termins nennt. Sobald diese Faktoren genannt werden, sollten folgenden Fragemuster angewandt werden:

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Gecoachter)
Kannst du an einen Zeitpunkt denken, wenn du unter Zeitdruck irgendwo hin musstest. Nicht nur wenn du Auto gefahren bist, sondern generell.	Ja kann ich.

Welche Gefühle hat das in dir ausgelöst?	Ich hab mich unter Druck gefühlt.
Wie war das mit deiner Stimmung – wie würden dich andere in dieser Situation beschreiben, was glaubst du?	Wenn ich unter Stress stehe, bin ich gereizt und nicht geduldig.
Wie glaubst du wird deine Urteilsfähigkeit beeinflusst?	Ich vermute ich mache mehr Fehler und interpretiere Dinge falsch.
Kannst du dich an Situationen erinnern wo du in dieser Stimmung warst, welchen Effekt hätte das auf dein Fahrverhalten? Beispielsweise auf dein gerade durchgeführtes Manöver, was hätte da alles passieren können?	Ich könnte unnötige Risiken eingehen oder die Geschwindigkeit des entgegenkommenden Verkehrs unterschätzen. Ich könnte schneller fahren als erlaubt, um das Überholmanöver zu beenden.
Fühlst du oft so einen Druck?	Manchmal, aber nicht oft.
Welchen Effekt hätten Freunde die mit dir im Auto sitzen?	Nicht wirklich welchen.
Was ist mit dem Extragewicht.	Oh...ja, ich denke mal, es würde das Auto langsamer machen.
Wie beeinflusst dies deine Entscheidung beim Überholvorgang?	Ich brauch wahrscheinlich mehr Zeit und Geschwindigkeit.
Kannst du dir irgendwelche Umstände vorstellen, wo du nicht warten kannst und überholst ohne genügend Zeit und Platz?	Nicht wirklich....na ja vielleicht wenn ich irgendwo sein muss zu einer bestimmten Zeit.
Welchen Einfluss glaubst du haben Freunde auf deinen Entscheidungsprozess?	Na ja... sie werden versuchen mich dazu zu ermuntern zu überholen.
Würdest du dich unter Druck gesetzt fühlen, das zu tun, was sie von dir wollen?	Möglicherweise ja, um nicht als uncool zu gelten.
Glaubst du dass Überholen immer notwendig ist?	Wahrscheinlich nicht, abgesehen es wäre ein wirklich langsames Auto vor mir.
Hast du das Gefühl du würdest immer vom Überholen profitieren?	Nicht wirklich.
So, du denkst also, dass die meisten Überholmanöver nur zustande kommen, damit man sich nachher besser fühlt, nicht weil sie unbedingt notwendig waren?	Möglich.

Der oben stehende Leitfaden ist als Ideal zu verstehen und der Coach sollte, wie überall während dem Coaching, den Antworten des Gecoachten folgen. Der Coach sollte darauf achten, dass er nicht den Anschein erweckt, dass er den Lebensstil des Gecoachten kommentiert oder bewertet, das Ziel ist ein Bewusstsein für die Gefahren während des Überholvorgangs zu entwickeln.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist einfach und kann leicht in eine Fahrstunde integriert werden, möglicherweise während einer Pause innerhalb der Fahrstunde. Wie bereits erwähnt ist die größte Gefahr, dass der Gecoachte das Gefühl hat, dass der Coach seinen Lebensstil kommentiert und bewertet. Der Coach muss daher sehr umsichtig vorgehen. Aus diesem Grund sollte dieses Szenario mit einer relaxten Atmosphäre und in einer kurzen Zeitspanne von nicht mehr als 5 Minuten durchgeführt werden.

Das Ideal wäre, dass dieses Szenario durchgenommen wird und dann immer wieder im Zuge der Fahrstunden neu aufgegriffen und weiterentwickelt wird, um Dinge wie Gruppendruck, Abenteuerlust.

2.1.8. Handybenutzung während des Fahrens

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Zweck dieses Szenarios ist es, das Bewusstsein des Gecoachten zu fördern, hinsichtlich der Erkenntnis, wie sich Handytelefonieren während dem Fahren auf ihr Fahrverhalten auswirken kann.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Könnte auch allgemeiner mit Ablenkung verbunden werden.

Ort des Szenarios

Individuell in einer Fahrstunde

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Viele Fahrer sehen kaum Unterschiede zwischen Telefonieren mit dem Handy und dem Gespräch mit Beifahrern. Dieses Szenario hat das Ziel, den Gecoachten zu ermutigen, die Rolle der nonverbalen Kommunikation herauszufinden, die die direkte Kommunikation einfacher und schneller macht als die Kommunikation mit dem Handy.

Dieser Ansatz soll den Gecoachten animieren, zu erkennen, dass jüngere Kinder in einem Auto sehr ablenkend sein können, da sie nicht die Fähigkeit besitzen nonverbale Hinweise zu erfassen, welche einem erwachsenen Beifahrer anzeigen würden, dass der Fahrer seine Aufmerksamkeit vom Gespräch auf die Straße lenken muss.

Detaillierte Beschreibug der Übung und Anwendung der Coaching Techniken

Das Lernziel sollte sein, dem Gecoachten zu zeigen, wie gefährlich der Gebrauch von Handys während dem Fahren ist und welche einfachen Strategien es gibt, um den Gebrauch des Handys während der Fahrt zu umgehen.

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Gecoachter)
Wenn du dann deinen Führerschein hast, welche Personengruppen könnten dich während der Fahrt ablenken.	Oh, meine Freunde im Auto.
Irgendwelche anderen?	Nein, sonst fällt mir nichts ein!
Darf ich dir etwas vorschlagen?	Klar
Was ist mit jüngeren Kindern?	Ja , die auch, denke ich mal!
Warum glaubst du können sie zu einer Ablenkung werden?	Na ja, sie könnten die ganze Zeit plappern und nicht still sein.
Wann glaubst du könnte dich das so richtig ablenken?	Gut, ich denke wenn ich mich auf die Straße konzentrieren muss.
Passiert dir das auch mit erwachsenen Beifahrern?	Manchmal schon, aber sicher nicht im selben Ausmaß.
Warum glaubst du ist das so?	Na ja, sie sind oft selber schon Autofahrer und wissen wann man sich mehr und wann

	weniger konzentrieren muss.
Wenn du während dem Autofahren telefonierst, glaubst du, dass die Person am anderen Ende, weiß wann du dich konzentrieren musst?	Nicht wirklich – sie kann mich ja nicht sehen!
Falls du dich auf den Verkehr konzentrieren müsstest, würdest du das Gespräch unterbrechen?	Ja, würde ich!
Wie denkst du würde die Person am anderen Ende reagieren, wenn du einfach nichts mehr sagst?	Na ja, sie würde möglicherweise nachfragen, warum ich plötzlich still bin.
Warum sollten die das tun?	Um zu sehen, ob ich noch da bin
Denkst du es wäre gefährlich?	Ja, könnte sein.
Denkst du, dass die Ablenkung von Freisprecheinrichtungen und Handys dieselbe ist?	Ja, aber mit einem Handy hat man noch weniger Kontrolle.
Ja richtig, wie du sagst die Ablenkung wäre dieselbe.	Ja
Kannst du dir vorstellen in Versuchung zu geraten, während dem Fahren zu telefonieren?	Möglich
Wie kann man diese Versuchung umgehen, was meinst du?	Ich könnte es abschalten, bevor ich ins Auto steige, so kann ich nicht in Versuchung geraten abzuheben.
Das würde verhindern, dass du ankommende Anrufe annimmst. Gibt es Situationen wo du jemanden anrufen würdest?	Möglicherweise wenn ich mich verfahren habe oder es zu spät wäre!
Was wäre die beste Möglichkeit diese Art von Telefonaten zu erledigen?	Ich vermute mal, in dem ich auf der Seite stehen bleibe und dann anrufe.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist einfach und kann leicht in eine Fahrstunde integriert werden, möglicherweise während einer Pause innerhalb der Fahrstunde.

2.1.9. Entwicklung von Beobachtungsfähigkeiten

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

In diesem Szenario werden Beobachtungsfähigkeiten mittels einer Übung zur Entwicklung der Selbstwahrnehmung gefördert.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Keine

Ort des Szenarios

Im Auto

Hauptebene der GDE-Matrix

1 und 2

Kurzzusammenfassung der Übung

In diesem Szenario soll der Fahrer mittels einer Übung zum kommentierten Fahren erkennen, wie wenig er wahrnehmen kann und wie wichtig es daher ist, aktiv den Straßenraum abzuscannen.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendungen der Coaching-Methoden

Am Beginn dieses Szenarios wird der Gecoachte ermutigt festzustellen, welcher Sinn der wichtigste für das Fahren ist.

Coach	Coachee
Welcher unserer 5 Sinne ist Deiner Meinung nach der wichtigste beim Fahren?	Oh – das Sehen
Sehen wir immer alles?	Nein – Ich glaube, wir übersehen manche Dinge.
Glaubst Du, dass es einen Zusammenhang zwischen der Geschwindigkeit und dem, was wir sehen, gibt?	Ja, je schneller Du fährst, desto weniger kannst Du sehen.
Glaubst Du, dass unsere Sicht mit zunehmender Geschwindigkeit unscharf wird?	An den Rändern schon, aber vorne ist es okay.
So, wenn ich Dich richtig verstehe, dann sagst Du, dass wir mit zunehmender Geschwindigkeit, Dinge an der Seite nur schwer erkennen können.	Ja, das stimmt.
Wo glaubst Du, dass der Blick zur Seite am wichtigsten ist – auf welchen Straßen?	Ich glaube, in Ortsgebieten.
Warum glaubst Du das?	Na ja – da ist an den Straßenrändern einiges los.
Kannst Du mir Beispiele nennen?	Da könnten Fußgänger oder Kreuzungen an der Seite sein.
Was meinst Du, dass Du daher in Bezug auf die Geschwindigkeiten in solchen Situationen	Langsamer werden.

tun solltest?	
Können wir nun eine Beobachtungsübung zu diesem Thema durchführen?	Ja, klar.

Nun bittet der Coach den Fahrer, dass er für etwa 5 Minuten fährt. Während dieser Fahrt soll der Gecoachte alles zu Beobachtende benennen. Die Fahrtstrecke sollte nicht zu schwierig sein, jedoch sollte sie ausreichend Gefahrenmomente aufweisen, welche mittels Kommentaren beschrieben werden können. Am Ende dieser 5-minütigen Fahrt sollte man stehen bleiben und das Gespräch fortsetzen.

Wie ist es Dir damit ergangen?	Es war schwer, ich war sehr konzentriert..
Ist es Dir leicht gefallen, alle Dinge zu benennen, die Du gesehen hast?	Nein – es war schwer.
Warum meinst Du, dass es schwer war?	Na ja, ich musste die Dinge anschauen, sie benennen und schon waren sie fast vorbei.
Was könntest du tun, um mehr Zeit zu gewinnen?	Ich könnte langsamer fahren.
Was könntest Du noch tun, um Deine Beobachtungen zu verbessern?	Ich weiß nicht.
Okay – welches ist das am weitesten entfernte Objekt, das Du jetzt sehen kannst?	Oh – diese Ampeln am Ende der Straße?
Ok- bezeichnen wir das als das weite Gesichtsfeld.	OK
So, was ist auf halbem Weg zwischen diesem weiten Gesichtsfeld und dem Punkt, wo wir jetzt sind?	Einige Kreuzungen.
Ok, bezeichnen wir das als das mittlere Gesichtsfeld. Welche Objekte sind ganz in unserer Nähe?	Vielleicht die geparkten Autos dort.
Wenn Du jetzt an Dein kommentiertes Fahren zurückdenkst, was würdest Du sagen, wohin hast Du geschaut: In die Nähe, in das mittlere oder das weite Gesichtsfeld?	Wahrscheinlich in das nahe Gesichtsfeld.
Wo solltest Du am besten hinschauen?	Oh - wahrscheinlich in das weite Gesichtsfeld..
Ok, gibt es noch etwas, wo Du hinschauen solltest?	Nach hinten?
Könnten wir nun die Übung wiederholen? Dabei solltest Du aber versuchen, in das ferne Gesichtsfeld, das mittlere und das nahe zu schauen. Nimm es einfach gedanklich wahr.	OK

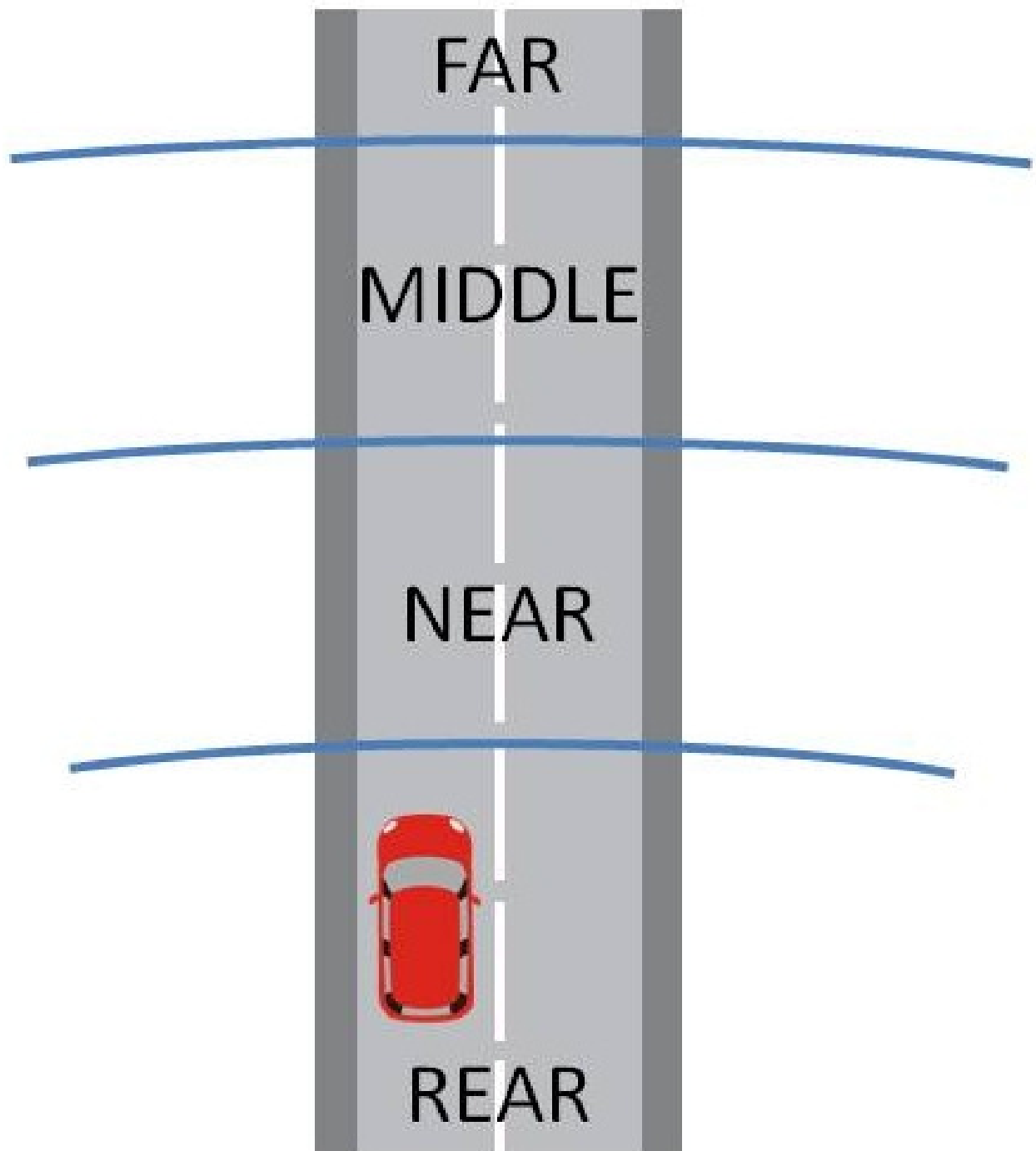
Diese Übung zum kommentierten Fahren sollte wiederholt werden und am Ende sollte der Coach mit dem Gecoachten die Beobachtungen besprechen. Das Ziel sollte dabei sein, dass der Gecoachte bewusster wahrnimmt wohin er schaut, wodurch er seine Beobachtungsfähigkeit verbessern kann. Der Coach sollte auch vorschlagen, dass man sich regelmäßig versichert, ob die einmal beobachteten Objekte ihre Standorte verändert haben. Daher muss man ständig den Straßenraum beobachten mittels Blickwechseln zwischen dem nahen, mittleren, fernen und rückwärtigen Gesichtsfeld.

Anhang A: Kann als Hilfestellung für dieses Szenario verwendet werden.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist einfach und leicht in vielen Bereichen der Fahrausbildung anzuwenden.

Anhang A



2.1.10. Selbsteinschätzung

Coaching Szenario entwickelt von Esko Keskinen und Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Dieses Szenario zielt darauf ab, die Selbsteinschätzung des Fahrers zu verbessern und gleichzeitig die Wichtigkeit der Selbsteinschätzung und ihre kritische Rolle in der Zeit nach der Fahrprüfung zu beleuchten.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Keine

Ort des Szenarios

Im Auto im Straßenverkehr

Hauptebene der GDE- Matrix

Rechte Spalte.

Kurzzusammenfassung der Übung

In der rechten Spalte der GDE-Matrix wird herausgestrichen wie wichtig es ist, dass sich ein Fahrer hinsichtlich seiner Stärken und Schwächen richtig selbst einschätzen kann; oder wie Engström et al es formulieren:

Die rechte Spalte ("Selbsteinschätzung") beschreibt einen Prozess, bei welchem ein Individuum versucht, Feedback über sein persönliches Verhalten von sich selbst zu erhalten. In Bezug auf das Fahrverhalten bedeutet das, dass man sich bezüglich persönlicher Voraussetzungen und Tendenzen sowie Fähigkeiten hinsichtlich der Fahrzeugbedienung, des Meisterns von Verkehrssituationen, der Routenplanung und dem Leben allgemein bewusst wird. Kurz gesagt, fähig sein, seine eigene Rolle für das erfolgreiche Bewältigen einer Fahrsituation richtig einzuschätzen.

Selbsteinschätzung ist nicht nur für die Fahrausbildung wichtig, sondern vor allem für die Weiterentwicklung des Fahrkönnens nach der Fahrausbildung (Engström et al, 2003, p.56).

Diese Aussage unterstreicht zumindest zwei wichtige Punkte: Erstens, die Bedeutung sich selbst Feedback zu geben. Hierfür ist eine richtige Selbstwahrnehmung wichtig. Die Förderung der Selbstwahrnehmung ist ein Schlüsselement im Coaching.

Der zweite Punkt bezieht sich auf die Fähigkeit zur Selbsteinschätzung, welche kontinuierlich weiterentwickelt werden muss. Ein Fahrer, der über die Fähigkeit zur richtigen Selbsteinschätzung verfügt, ist auch fähig, aus seinen eigenen Erfahrungen zu lernen. Häufig glauben wir, dass das Lernen aus eigenen Erfahrungen ein völlig natürlicher Prozess ist, aber häufig werden die falschen Dinge gelernt. Boud (2003), der über Pädagogik im Allgemeinen schreibt, meint hinsichtlich des Lernens durch Erfahrung folgendes: "Erfahrungen führen nicht notwendigerweise zu einem Lernprozess. Es bedarf eines zusätzlichen aktiven Geschehens. (S. 30)". Coaching zielt genau darauf ab, in dem es den Lernenden dazu motiviert, sich selbst und seine Leistungen durch erhöhte Selbstwahrnehmung zu evaluieren.

In vorliegendem Szenario wird dem Fahrer bewusst gemacht, wie wichtig die richtige Selbsteinschätzung ist und welche Rolle sie in der Zeit nach der Führerscheinprüfung spielt.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Idealerweise sollte dieses Szenario unmittelbar vor der Fahrprüfung oder kurz danach angewendet werden. Es beginnt damit, dass der Coach ein einfaches Beispiel vorgibt. Dieses Beispiel sollte den Gecoachten dazu veranlassen an die Zukunft zu denken, an die Bedeutung der Erfahrungen und welche Rolle diese beim weiteren Lernen als sicherer Fahrer spielen.

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Coachee)
Demnächst wirst Du die Fahrprüfung machen. Wie geht es Dir damit?	Oh, Ok, ein Bisschen nervös und aufgeregt.
Glaubst Du, dass Du beim Test alles wissen und verstanden haben wirst, was Du brauchst?	Ich glaube schon, ja, ziemlich alles.
Wirst Du bis dahin alle verschiedenen Arten von Kreuzungen gesehen und alle verschiedenen Fahrsituationen erlebt haben?	Nein – aber es wird genügen, um die Fahrprüfung zu bestehen.
Und wie wirst Du weiter dazulernen?	Ähm...naja, ich glaube ich werde schon meine eigenen Erfahrungen machen.
Können wir durch Erfahrungen immer das Richtige lernen?	Nein – aber wir werden mit der Übung besser.
Kannst Du mir irgendwelche Nachteile beim Lernen aus Erfahrungen nennen?	Naja, ich glaube, man kann auch schlechte Angewohnheiten entwickeln.
Wie kann man das Angewöhnen von schlechten Gewohnheiten verhindern?	Naja, ehrlich gesagt weiß ich das nicht.....das ist eine schwierige Frage..
Wodurch kannst Du erkennen, dass eine Verkehrssituation nicht optimal bewältigt wurde?	Ähm... Ich bin mir nicht sicher was Du meinst.
Was wäre, wenn vor Dir jemand von der Fahrbahn abkommen würde?	Das wäre sein Problem.
Aber was kannst Du daraus lernen?	Naja, ich denke, ich müsste meine Geschwindigkeit dieser Situation anpassen.
Was kannst Du also in diesem Fall lernen?	Langsamer werden und genauer schauen.
Gibt es andere Dinge, die passieren können und aus denen Du wirklich etwas lernen kannst? Ich werde sie für Dich aufschreiben....	Naja, da wäre einmal.....

In der folgenden Besprechung soll der Coach alle Beispiele des Gecoachten aufschreiben und gleichzeitig bestimmten Lern-Überbegriffen zuordnen. Mögliche Überbegriffe könnten sein:

- Wenn ein Fahrer aggressiv wird
- Wenn ein Fahrer durch einen anderen Verkehrsteilnehmer überrascht wird
- Wenn ein Fahrer von der Polizei angehalten oder bestraft wird
- Wenn ein Fahrer sich für dessen Höflichkeit bedankt
- Wenn es zu einem Beinahe-Unfall kommt
- Wenn Sie verabsäumen, eine Gefahren-Situation vorherzusehen
- Wenn Sie eine neue Erfahrung gemacht haben

Sobald diese Liste fertig gestellt ist, sollte man den Gecoachten dazu motivieren, dass er diese Liste beim weiteren Erfahrungslernen aktiv benützt (diese Liste sollte dem Gecoachten mitgegeben werden). Der Coach sollte dem Gecoachten nicht nur darauf fokussieren, was schief gegangen ist, sondern auch ein Auge darauf zu haben, was richtig bewältigt wurde.

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Coachee)
Danke für die Erarbeitung der Liste, diese ist für Dich. Können wir uns noch die Beinahe-Kollision etwas genauer anschauen?	Ja – Ok
So, wenn Du eine Beinahe-Kollision hast, was sollte man dabei besonders beachten?	Naja, ich würde darüber nachdenken, ob ich zu schnell dran war, oder ob ich etwas übersehen habe.
Meinst Du, dass Du auch andere Dinge bereits vor dem Vorfall bedenken könntest?	Naja, ob ich ausreichend aufmerksam war.
Was könnte Deine Aufmerksamkeit beeinträchtigen?	Oh Ich weiß nicht, Musik, Leute im Auto usw.
Glaubst Du, dass auch äußerliche Faktoren Deine Aufmerksamkeit beeinflussen könnten?	Vielleicht, wenn man schon spät dran ist und ähnliches...
So, kann ich nun zusammenfassen, ob ich Dich richtig verstanden habe? Ich habe Dich so verstanden: Wir lernen nicht immer automatisch das Richtige aus unseren Erfahrungen. Wir müssen die Erfahrungen im Lernprozess immer richtig zuordnen. Dabei müssen wir nicht nur die Dinge beachten, die nicht nur im Auto, sondern auch außerhalb passieren. Meinst Du, dass das eine richtige Zusammenfassung ist?	Ja – Ich denke schon.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann sehr einfach im Fahrzeug zu zweit oder als Teil einer Gruppenübung ausgeführt werden.

Referenzen

Boud, A., (1995). (Ed by Boud, D.) Enhancing learning through self-assessment., Routledge Falmer., West Sussex: UK., (p.30)

Engstrom, I., Gregersen, N. P., Hernetkoski, K., Keskinen, E., & Nyberg, A., (2003). Young and Novice Drivers, Driver Education and Training – Literature Review, Swedish National Road and Transport Research Institute: Sweden. (pp. 54-59)

Hatakka, M., Keskinen, E., Gregersen, N. P., Glad, A., Hernetkoski, K. (2002) From control of the vehicle to personal self-control; broadening the perspectives to driver education. Transportation Research Part F, 5 (3),

2.1.11. Konzentration

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards und Neil Beeson

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Das Verständnis für die Wichtigkeit der Konzentration zu fördern.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Keine

Ort des Szenarios

Einzelfahrstunden im Auto

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3 and 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Die meisten Unfälle von jungen Fahrern ereignen sich in der Nacht, auf Landstraßen, mit Beifahrern und sind Allein-Unfälle. Es ist nahe liegend, dass hierfür eine Mischung aus Müdigkeit, Unerfahrenheit, den Fahrmotiven und der Persönlichkeit verantwortlich sind. Konzentration ist grundsätzlich eine der wichtigsten Herausforderungen für einen Fahrer, insbesondere für junge Fahrer. Eine besondere Rolle kommt hier den Automatismen zu. Bei jungen Fahrern sind noch weniger Handlungen automatisiert als bei erfahrenen Lenkern, weshalb die Konzentration bei jungen Fahrern noch wichtiger ist. Gleichzeitig wirkt sich ein Konzentrationsmangel umso dramatischer aus. Dieses Szenario zielt darauf ab, dass den Fahrern bewusst wird, welche Faktoren die Konzentration beeinflussen können und welche Gefahren damit verbunden sind. Es zielt auch darauf ab, dass bereits die Umstände erkannt werden, welche die Konzentration beeinflussen könnten.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Gegen Ende einer Stunde, wenn die Teilnehmer ein bisschen müde werden, sollte der Coach anhalten und fragen, wie sie Fahrt empfunden haben. Der Coach sollte nun ähnliche Fragen wie in der folgenden Tabelle verwenden:

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Coachee)
Wie ging es Dir in dieser Fahrstunde?	Es ging mir gut.
Warum ging es Dir gut damit?	Na ja...Ich denke, ich habe alles gut gemacht
Ist Autofahren eine einfache oder komplizierte Angelegenheit? Wie würdest Du das auf einer Skala von 1-10 einschätzen, wobei 1 einfach ist und 10 sehr kompliziert...	Ich würde wahrscheinlich 7 sagen.
Also ziemlich kompliziert.	Ja.
Könnten wir dazu einen Test versuchen?	Ja klar.
Ich würde Dich bitten von 100 rückwärts zu zählen und dabei werde ich Dich etwas fragen.	OK 100, 99 98...
Wie heißt Du?	Ian Samuel Smith
Wo wohnst Du?	London 97, 96,

Wie viel ist 7 plus 12?	19, so jetzt bin ich aus dem Zählen raus gekommen.
OK kein Problem, warum konntest Du nicht weiter rückwärts zählen?	Weil Du mich abgelenkt hast.
Hat diese Ablenkung Deine Konzentration gestört?	Ja. Es war schwer konzentriert zu bleiben.
Wenn ich Dich ersucht hätte, vorwärts zu zählen, wäre es dann einfacher gewesen?	Ja – viel einfacher, weil ich damit besser vertraut bin.
Würdest Du also sagen, dass Rückwärtszählen nicht so einfach ist?	Ja.
Und wie ist es mit dem Autofahren im Vergleich zu dieser Übung? Ist Autofahren mehr oder weniger kompliziert als Rückwärtszählen?	Komplizierter.
Welches sind die möglichen Gefahren, wenn man die Konzentration beim Fahren verliert?	Na ja, man könnte einen Unfall haben.
Welche Dinge können Dich besonders in Deiner vollen Konzentration beim Fahren stören?	Mitfahrer im Auto, das Radio, das Handy und ähnliches.
Zu welchen Tageszeiten wirst Du am ehesten die Konzentration verlieren?	In der Nacht, wenn man müde ist..

Dieses Szenario kann auch weiter entwickelt werden, wobei individuelle Ablenkungen und entsprechende Lösungsstrategien erarbeitet werden. Das sollte aber in einer weiteren Lektion stattfinden. Das wesentlichste Lernelement dieser Einheit ist jedenfalls, dass der Gecoachte erkennt, welche komplizierte Aufgabe das Autofahren ist und wie gefährlich jegliche Beeinträchtigung der Konzentration ist.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann sehr einfach umgesetzt werden. Die Übung macht auch Spaß und es bedarf keiner Vorbereitung. Am besten wird dieses Szenario angewendet, sobald der Fahrschüler über ausreichende Fahrerfahrungen verfügt, sodass er den Sinngehalt besser verstehen kann.

2.1.12. Vorbereitung auf eigenständiges Fahren

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll erkennen, wie er später einmal als Fahrer alleine weiterlernen wird.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Selbsteinschätzung

Ort des Szenarios

Im Auto im Verkehr

Hauptebene der GDE-Matrix

All Ebenen gleich

Kurzzusammenfassung der Übung

Das Szenario zielt darauf ab, dass der Gecoachte erkennen kann, welchen Einfluss das eigenständige Fahren auf ihn haben kann. Im Speziellen wird folgendes heraus gearbeitet:

- Selbstsicherheit statt Selbstüberschätzung
- Kontinuierliche Weiterentwicklung des Fahrkönnens
- Das Erkennen des Fahranfängerrisikos
- Erkennen, wie man am besten durch die eigenen Erfahrungen weiterlernen kann mittels einer Variante des GROW models (Whitmore 2006)

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Coachee)
In einigen Tagen wirst du deine Fahrprüfung haben und du wirst beginnen, alleine zu fahren. Kannst du mir sagen, welche Verkehrsteilnehmer die Gefährdetsten sind?	Ja – die Alten, die Kinder, Sehbehinderte usw.
Danke, welche Gruppe noch?	Tja?
Wie sieht es mit den unerfahrenen Fahrern aus?	Ja – ich glaube die gehören auch dazu.
Warum gehören die zu den Gefährdeten?	Weil sie wenig Erfahrung haben.
Wirst du nach deiner Fahrprüfung auch zu dieser Gruppe gehören?	Ja
Auf welchen speziellen Gebieten bist du am ehesten unerfahren?	Na ja ... ich lerne ja auch nach der Fahrprüfung weiter.
Ok, du wirst also noch weiter lernen. Was wären deine Lernziele für die nächsten z.B. sechs Monate?	Wahrscheinlich beim Fahren keinen Unfall zu haben.
Du hast gesagt, du willst unfallfrei bleiben. Welche spezielle Risiken muss du da einkalkulieren?	Naja, da ist eine ganze Menge: Meine Freunde im Auto könnten mich beeinflussen, wenn ich mich wo nicht auskenne – das macht Stress.
Welches ist das größte Risiko für dich?	Am meiste fürchte ich mich davor, an Orte zu

	fahren, wo ich mich nicht auskenne.
Wodurch kannst du in diesen Fällen das Risiko am besten entschärfen?	Tja, üben, wenn weniger Verkehr ist, so kann ich am besten alleine weiterüben.
Wenn ich dich also richtig verstehe, möchtest du schrittweise weiterlernen?	Ja, das stimmt.
Als wir uns mit diesem Thema auseinander gesetzt haben, habe ich dir einige Fragen gestellt. Erinnerst du dich noch an die?	Ja, du hast mich nach meinen Zielen für die nächsten sechs Monate gefragt, was die speziellen Risiken für mich wären und wie ich diese am besten entschärfen könnte.
Hältst du es für nützlich auf diese Weise zu denken?	Ja, das bringt mich dazu die wirklichen Probleme zu erkennen und Lösungen zu erarbeiten.
Dieser Prozess nennt sich GROW und du kannst ihn immer verwenden, wenn du ihn brauchst (siehe Anhang A).	OK
Können wir ein weiteres Beispiel dazu ausprobieren?	Ja
Ich suche eines für dich aus - OK?	Na klar.
Wie sieht es mit Selbstüberschätzung aus? Könnte das für dich gefährlich sein?	Vielleicht
Was könnte dein persönliches Ziel in Bezug auf Selbstüberschätzung sein?	Natürlich nicht selbst überschätzend zu fahren!
Welches sind die Gefahren von Selbstüberschätzung?	Oh- du fährst schneller und du übersiehst mögliche Gefahren.
Glaubst du, dass du zu Selbstüberschätzung neigst?	Vielleicht – ich bin mir nicht sicher.
Als du begonnen hast Auto zu fahren, habe sich da 50 km/h schnell angefühlt?	Ja, anfangs schon sehr schnell.
Und heute?	Langsam
Warum ist das so?	Ich bin sicherer geworden
Wie nahe liegen nun Selbstsicherheit und Selbstüberschätzung beieinander? Wie kannst du sie auseinander kennen?	Tja, so gesehen nicht leicht.
Welche Möglichkeiten hast du, dieses Risiko zu entschärfen?	Ich sollte mich selbst beobachten und erste Anzeichen von Selbstüberschätzung erkennen.
Welches wären diese Anzeichen?	Schnell fahren, Dinge tun, die man besser nicht tun sollte – z.B. das Handy verwenden.
Und was solltest du dann tun, wenn du erkennst, dass du beginnst dich selbst zu überschätzen?	Ich bin mir nicht sicher ... Ich sollte mich selbst beherrschen und mich daran erinnern, dass ich noch unerfahren und gefährdet bin.
Noch etwas?	Ich sollte mich daran erinnern, dass ich zu den gefährdeten Verkehrsteilnehmern gehöre?

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario zielt darauf ab, dem Fahranfänger in der Zeit nach der Fahrprüfung ein Modul zum Selbst-Coaching basierend auf dem GROW Modell zu bieten. Das GROW Modell

kann jederzeit in der Entwicklung des Gecoachten vorgestellt werden, aber in diesem Beispiel wird davon ausgegangen, dass dies bislang noch nicht der Fall war und das Modell neu für den Gecoachten ist. Eines der wichtigsten Lernziele ist, dass der Fahranfänger selbstkritisch erkennt, dass er zu den Gefährdeten zählt. Dieses Szenario kann auch in der Gruppe angewendet werden, aber den besten Effekt erzielt es im maßgeschneiderten Einzelcoaching.

Anhang A

GROW – Model (Based on Whitmore 2006)

Goals – Ziele: Was möchtest du in den nächsten sechs Monaten erreichen?

Risk – Risiken: Welches sind die besonderen Risiken?

Options – Möglichkeiten: Welche Möglichkeiten hast du zur Entschärfung des Risikos?

Will – Motivation – Was willst du tun?

2.1.13. Feedback-Fahrten

Coaching Szenario entwickelt von Sakari Hopia

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Erhöhung der Selbstwahrnehmung und des Risikobewusstseins sowie die Erarbeitung von Werkzeugen, womit sich der Fahranfänger in der Zukunft hinsichtlich seines Fahrkönnens besser selbst einschätzen kann.

Ort des Szenarios

Im Straßenverkehr

Hauptebene der GDE-Matrix

Alle Levels gleich, da die Ziele vom Gecoachten gesetzt werden.

Kurzzusammenfassung der Übung

Dieses Szenario kann jederzeit in der Fahrausbildung in den Fahrstunden eingesetzt werden. Zuerst sollte der Coach den Gecoachten nach dessen Zielen für die heutige Fahrstunde fragen. Das kann irgendetwas zwischen „Himmel und Erde“ sein. So könnte zum Beispiel das Ziel des Gecoachten in der letzten Fahrstunde sein, so zu fahren, dass er die Fahrprüfung bestehen würde. Das ist ein sehr häufiges Ziel. Nach einer Aufwärmphase von einer ca. fünfminütigen Fahrt, kann der Coach nun beginnen Fragen über sein Tun zu stellen. Nach dem der Gecoachte dem Coach seine Antworten gegeben hat, sollte der Coach nochmals nachfragen, ob der Gecoachte noch immer dasselbe Ziel hat. Das Ziel dieser Feedback-Fahrt wird durch den Gecoachten vorgegeben und die Überprüfung wird mit Hilfe des Coaches, welcher offene Fragen stellt, um das Wissen und manchmal auch mögliche Einstellungen des Gecoachten herauszufinden, herausgearbeitet. Schlussendlich können sie gemeinsam überprüfen, ob sie das Ziel erreicht haben. Vom Standpunkt des Umweltschutzes aus, können sie beispielsweise auch den Treibstoffverbrauch messen und über dieses Thema diskutieren.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Zuerst sollte sich der Fahrschüler über das Ziel dieser Fahr-Einheit Gedanken machen. Nachdem der Fahrschüler sein Ziel formuliert hat, soll er vor der Fahrstunde seinen Fahrstil mittels Ausfüllen eines Evaluationsbogen auf einer Skala von 1 - 5 selbst bewerten. 1 bedeutet, dass es verbessert werden muss und 5 ist die beste Einschätzung. Nachdem diese Selbst-Evaluation erledigt ist, kann die Fahrt starten, wobei der Coach den Fahrschüler darüber informiert, dass er nun gemäß seinem eigenen Fahrstil loslegen möge. Zu Beginn kann der Coach den Startknopf für die Messung des Sprit-Verbrauchs drücken. Die zu fahrende Route sollte unterschiedliche Verkehrssituationen aufweisen.

Nachdem die ca. 20 – 25 Minuten dauernde Fahrt abgeschlossen ist, soll der Fahrschüler seinen eigenen Fahrstil bezüglich dieser Fahrt bewerten. Das verwendete Formular ist dasselbe von vorhin. Danach kann der Coach die Ergebnisse des Fahrschülers mit seiner Einschätzung vergleichen. Jene Punkte, bei denen es keine Übereinstimmung gegeben hat, können bei einer Wiederholung dieser Fahrt besonders beachtet werden. Der Sprit-Verbrauch sollte auf dem Formular notiert werden.

Nach dieser kurzen Diskussion sollte der Coach einige Fragen stellen, um herauszufinden, wieviel der Fahrschüler bereits über einen ökonomischen Fahrstil Bescheid weiß. Folgende Fragen sind möglich:

- Was glaubst du, wie kann man Sprit sparend fahren?
- Welches sind deiner Meinung nach deine Stärken beim Sprit sparenden Fahren?

Danach kann die Fahrtstrecke ein zweites Mal befahren werden. Somit können beide Fahrten miteinander verglichen werden. Der Sprit-Verbrauch wird abermals gemessen und mögliche Fehler können thematisiert und verbessert werden. Zuletzt können der Coach und der Gecoachte die erreichten Resultate besprechen. Zum Beispiel, ob sie Treibstoff gespart haben und am wichtigsten, ob der Fahrschüler sein Ziel, welches er anfangs selbst festgelegt hat, erreicht hat.

Diese Methode ist Bestandteil des Handbuchs für die Zwei-Phasen-Fahrausbildung, wie sie im Folgenden beschrieben wird. Auch das verwendete Formular wird weiter unten dargestellt.

Schritt 1:

Um Zeit zu sparen und um zu motivieren, ist es manchmal besser, dass der Fahrschüler seine erste Selbstbewertung und die Zielsetzung bereits zuhause vornimmt.

Um die Fahrsituation zu entspannen:

- Nehmen Sie am Beginn der Fahrt den Evaluationsbogen.
- Fragen Sie den Fahrschüler nach seinem Ziel oder seinen Zielen und bitten Sie ihn, dies aufzuschreiben.
- Bitten Sie ihn nun seinen Fahrstil einzuschätzen und auf den Evaluationsbogen an der richtigen Stelle zu notieren.

Sollte dieser Bogen bereits zuhause ausgefüllt worden sein, muss der Coach zumindest darüber diskutieren.

Schritt 2:

- Fahren Sie die erste Runde und füllen Sie danach den Evaluationsbogen aus.
- Auch der Fahrschüler füllt den Fragebogen nochmals aus.
- Besprechen Sie Stärken und Schwächen.
- Notieren Sie im Feld „Test 1“ den Sprit-Verbrauch und die Fahrtdauer usw.

Schritt 3:

Falls notwendig, führen Sie eine Demonstrationsfahrt durch, bei welcher:

- Sie wichtige Dinge kommunizieren sollten.
- Sie richtiges Verhalten vorzeigen sollten.

Schritt 4:

Runde 2 fahren und danach:

- Der Fahrschüler soll sich selbst verbal bewerten.
- Der Coach kommentiert diese Selbstbewertung, falls notwendig mittels Fragen.
- Notieren Sie im Feld "Test 2" den Sprit-Verbrauch, die Fahrtdauer und zählen Sie die Veränderungen.
- Überprüfen Sie, ob die vorher schriftlich festgehaltenen Ziele erreicht worden sind.

Während der gesamten Übung liegt es am Fahrschüler selbst, Bewertungen über sein Fahrverhalten vorzunehmen. Der Coach überprüft dies nur mittels Fragen, sofern der Coach mehr Details herausarbeiten möchte (offene Fragen: Wer, wann, wie...)

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann sehr leicht angewendet werden. Die Praxis hat aber gezeigt, dass es aber gerade für ältere Fahrlehrer schwierig ist, diese neue Methode anzuwenden. Jene, die dieses Szenario und die Coaching-Rolle anwenden, scheinen damit sehr zufrieden zu sein, da es sehr interaktiv ist. Dieses Szenario ist sehr einfach und kann überall angewendet werden, wo der Fahrlehrer dazu bereit ist.

BEWERTUNG DER FAHRT

EIGENES ZIEL?

.....

Bewertung des Fahrkönnens

verbesserungswürdig -----sehr gut

FAHRZEUGBEDIENUNG

1 _____ 5

FAHRSPUR

1 _____ 5

ANPASSUNGSFÄHIGKEIT

1 _____ 5

GEFAHRENERKENNUNG

1 _____ 5

ERKENNUNG RECHTSKOMMENDER

1 _____ 5

STRESS-TOLERANZ

1 _____ 5

EINHALTUNG VON REGELN

1 _____ 5

SICHERHEITSABSTÄNDE

1 _____ 5

ECO-DRIVING

1 _____ 5

	VERBRAUCH <i>l/100km</i>	ZEIT <i>min</i>	CO2 <i>g/100km</i>	SONSTIGES
Test 1	_____	I _____	I _____	I _____
Test 2	_____	I _____	I _____	I _____
VERÄNDERUNGEN	_____	I _____	I _____	I _____
ERSPARNIS	_____ x	_____ km/y	x _____	€/L =ca.. _____ €/Jahr

2.1.14. Eigenständiges Einparken

Coaching Szenario entwickelt von Sakari Hopia

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Die Selbstwahrnehmung und das Wissen über die Risiken beim Einparken erhöhen. Die Wichtigkeit des Blinkens, des Beobachtens und der Fahrzeugbedienung herauszustreichen, inklusive der Vermeidung des Absterbens des Motors.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Gemeinsam mit dem Coach soll der Fahrschüler die vielfältigen Verkehrsregeln bezüglich des Haltens und Parkens und des Auffindens eines passenden Parkplatzes herausarbeiten.

Ort des Szenarios

Im Auto und im Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3, abhängig von den Fahrschülern und der Besprechung mit dem Coach.

Kurzzusammenfassung der Übung

Beim Fahren ist es wichtig zu verstehen, dass man bei der Auswahl eines passenden Parkplatzes bestimmte Regeln befolgen muss. Man muss das Fahrzeug immer sicher abstellen. Daher soll der Fahrschüler eigenständige Erfahrung diesbezüglich sammeln.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario kann sehr einfach jederzeit im Rahmen der Fahrstunden angewendet werden, sobald der Fahrschüler damit beginnt im Verkehr zu fahren. Es hängt von der Fähigkeit des Fahrschülers, inwieweit er eigenständige Entscheidungen treffen kann.

Zuerst sollten der Coach und der Gecoachte die Verkehrsregeln in Bezug auf das Halten und Parken besprechen, sodass diese eindeutig verstanden werden. Es ist weiters wichtig, einige grundsätzliche Dinge diesbezüglich herauszustreichen, um typische Risiken zu vermeiden, z.B. das plötzliche Abbremsen usw. Diese Diskussion sollte im stehenden Fahrzeug vor Fahrtbeginn stattfinden. Natürlich kann sie auch in einer Theoriestunde stattfinden.

Die Parkplatzsuche kann damit begonnen werden, dass der Coach fragt, wo der Fahrschüler sein Auto abstellen könnte, wenn er einen kleinen Einkauf machen möchte. Eine mögliche Einleitung wäre: Könntest Du irgendwo hier in der Nähe einen Parkplatz suchen, bei dem alle Verkehrsregeln beachtet werden?

Das Übungsgebiet muss so gewählt werden, dass einige Halte- und Parkverbots-Zeichen vorhanden sind. Natürlich müssen auch Parkmöglichkeiten vorhanden sein. Hierfür bieten sich Kurzparkzonen mit Bezahlung an.

Sobald der Fahrschüler einen Parkplatz gefunden hat, muss er seine Wahl begründen und er soll auch andere Parkmöglichkeiten in der Nähe benennen.

Beispiele für Fragen:

- Warum hast du gerade diesen Parkplatz ausgewählt?

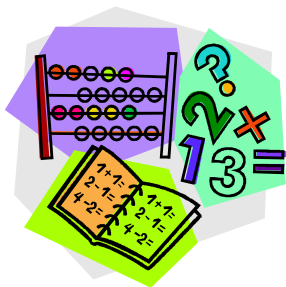
- Kannst du mir andere Parkplätze in der Nähe zeigen?

Danach soll besprochen werden, wie diese Situation bewältigt wurde und was man anders hätte machen können.

Beispiel:

- Welches ist die richtige Geschwindigkeit bei der Parkplatzsuche?
- Wie kannst du überprüfen, ob du den Blinker rechtzeitig betätigt hast?
- Hast du dich genug umgesehen, um dich zu vergewissern, dass andere Verkehrsteilnehmer nicht zu sehr behindert werden?
- Was muss man beim Öffnen der Türe besonders beachten?
- Wie kann man sicherstellen, dass sich der Wagen nicht bewegt?
- Welche Fahrtrichtung ist beim Einparken besser und warum?
- Was ist deine Meinung darüber, den Motor im Leerlauf laufen zu lassen und siehst du diesbezügliche Beschränkungen?
- Wie würde es dir mit dem selbständigen Einparken gehen?

Kurzbeschreibung:



Zielsetzung und Besprechung
der Verkehrsregeln



Erfragen, warum ein bestimmter
Parkplatz ausgewählt wurde



Zielerreichung?

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist leicht anzuwenden und funktioniert gut. Bedenken Sie, dass Fahrschüler manchmal einen besonders schwierigen Parkplatz aussuchen, weil sie glauben, dass das von ihnen erwartet wird. Dieses Szenario verursacht auch keine zusätzlichen Kosten, da es in die normalen Fahrstunden integriert werden kann und der Fahrlehrer über keine speziellen Zusatzqualifikationen verfügen muss (sehr häufig instruieren Fahrlehrer das Einparken, wodurch der Fahrschüler nicht lernen kann, eigenständige Entscheidungen zu treffen).

2.1.15. Fahrzeugpositionierung und Wahl der Fahrspur

Coaching Szenario entwickelt von Sakari Hopia

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Die Selbstwahrnehmung und die Risikoeinschätzung für das Fahren in Kreuzungsbereichen, die Fahrstreifen- bzw. Fahrspurwahl und der Fahrzeugpositionierung im Straßenraum zu verbessern.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Gemeinsam mit dem Coach soll der Fahrschüler herausarbeiten, dass bestimmte Verkehrsregeln beim Befahren von Kreuzungen notwendig sind, um die Sicherheit in dem Verkehrsfluss zu gewährleisten.

Ort des Szenarios

Im Auto

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3, abhängig vom Fahrschüler und den von ihm gewählten Themen.

Kurzzusammenfassung der Übung

Es ist wichtig, dass der Fahranfänger versteht, dass er für seine eigene Verkehrssicherheit den Straßenverkehr richtig einschätzen muss. Auch das Erkennen, was andere Verkehrsteilnehmer beabsichtigen, ist wichtig. Es gibt sowohl in kleinen Ortschaften als auch in größeren Städten bekannte Plätze, auf denen die Verkehrssituation ein wenig komplizierter ist. Dort kann man das Interesse des Fahrschülers wecken, diese Herausforderungen mit Enthusiasmus zu bewältigen. Darüber hinaus sind hier auch Hausaufgaben möglich.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario kann während der Fahrausbildung jederzeit angewendet werden, auch eine Anwendung nach der Fahrprüfung ist möglich.

Zu irgendeinem Zeitpunkt, wenn man z.B. von einer Fahrstunde zurückkehrt oder sich in einer Theoriestunde befindet, kann der Coach den Fahrschüler fragen, ob er bereit ist, eine Übung zum Thema Kreuzungen oder Kreisverkehre durchzuführen. Der Fahrschüler sollte beobachten, wie man den richtigen Fahrstreifen unter Anwendung der Verkehrsregeln findet und wie andere Fahrer sich diesbezüglich verhalten. Es sollten dabei auch Bus-Fahrspuren, Fahrrad-Streifen oder Straßenbahnschienen einbezogen werden, um die Herausforderung zu erhöhen.

Wenn der Fahrschüler zustimmt, kann der Coach gemeinsam mit dem Fahrschüler eine Gegend in der Nähe für die nächste Fahrstunde aussuchen. Der Fahrschüler erhält eine Aufgabenstellung bis zum nächsten Mal. Er soll sich auf die Vorrang-Regeln vorbereiten.

Während der nächsten Fahrstunde fahren sie in die vereinbarte Gegend und besprechen, was zu beobachten ist:

Welche Regeln sind wichtig, um den richtigen Fahrstreifen und die richtige Fahrzeugpositionierung herauszufinden.

Dies kann anhand folgender Fragen durchgeführt werden:

- Hast du in Bezug auf deine Beobachtungen dieser Kreuzung irgendwelche Fragen?
- Was ist deine Meinung bezüglich dieser Situation hier und meinst du, dass du sie bewältigen kannst?
- Haben sich die Fahrer hier an die Verkehrsregeln gehalten?
- Wie wählst du deine Fahrspur beim Linksabbiegen? Was sind die Gründe hierfür? Was wäre, wenn hier eine Radfahrerüberfahrt wäre?

Dann fragt der Coach den Fahrschüler, ob er nun bereit ist, diese Kreuzung zu durchfahren. Danach fragt der Coach, wie sich der Fahrschüler selbst bewertet.

Dazu können folgende Fragen verwendet werden:

- Wie nervös warst du auf einer Skala von 1 – 10, 1 ist sehr nervös – 10 ist überhaupt nicht nervös?
- Was ist bei der Fahrt gut gelaufen?
- Kannst du dich an deine eigenen Vorsätze erinnern?
- Wärest du bereit, dies von einer anderen Richtung aus zu probieren?
- Haben sich die anderen Fahrer für dich unerwartet verhalten?

Diese Übung kann von verschiedenen Richtungen aus wiederholt werden. Nach dieser Übung kann der Coach den Fahrschüler fragen, ob er sich nun in dieser Situation ausreichend sicher fühlt, sodass man als nächsten Schritt eine noch schwierigere Verkehrssituation auswählen kann.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist leicht umzusetzen, aber es muss gut „verkauft“ werden, denn der Fahrschüler muss zu einer Hausaufgabe in seiner Freizeit motiviert werden. Fahrlehrer benötigen keine besonderen Qualifikationen, wenn sie dieses Szenario anwenden möchten.

2.1.16. Beobachtung des Verkehrsumfeldes

Coaching Szenario entwickelt von Sakari Hopia

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Dieses Szenario zielt darauf ab, Risikobewusstsein und Wissen über die Risiken der Geschwindigkeit zu entwickeln. Es soll dem Fahrschüler Werkzeuge in die Hand geben, damit er die Wichtigkeit der Beobachtung und der Fahrzeugbedienung verstehen kann.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Der Fahrschüler soll gemeinsam mit dem Coach herausfinden, dass eine angepasste Geschwindigkeit von folgenden Faktoren abhängt: Sicht, Fahrbahnbeschaffenheit, Verkehrssituation, sonstige Umstände und dem Zustand des eigenen Fahrzeuges.

Ort des Szenarios

Im Auto.

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3 abhängig vom Fahrschüler und der Besprechung mit dem Coach.

Kurzzusammenfassung der Übung

Der Fahrschüler soll verstehen, dass er nur sicher fahren kann, wenn er sich der Verkehrssituation und anderer Einflüsse auf sein Fahrverhalten voll bewusst ist. Dieses Szenario kann den Fahrschüler unterstützen, seine Beobachtung zur Seite, nach hinten und weiter nach vorne zu verbessern.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario kann während einer Fahrstunde, auch unmittelbar nach Beginn der Fahrausbildung oder jederzeit später angewendet werden.

Zu Beginn besprechen der Fahrschüler und der Coach, was beim Fahren zu beobachten ist. Diese Besprechung sollte zu der Schlussfolgerung führen, dass sehr viel beim Fahren zu beobachten ist: z.B. Schutzwege, Radwege, Bushaltestellen, Sichtbehinderungen durch Büsche oder Gebäude, „versteckte Polizisten“, verschiedene Warnzeichen usw. Es ist auch wichtig zu beobachten, was sich hinter seinem Fahrzeug abspielt.

Nach dieser einführenden Besprechung ersucht der Coach den Fahrschüler um den Block zu fahren (ca. 5-10 Minuten). Diese Strecke sollte einige der besprochenen Risiken aufweisen.

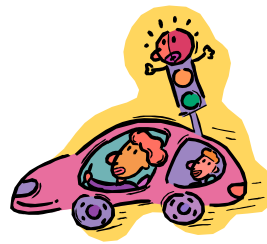
Dann wird der Fahrschüler ersucht, dieselbe Strecke noch einmal zu fahren. Nun soll er aber seine Beobachtungen während der ersten Runde erklären. Während der ersten Runde hat der Fahrschüler schon einiges beobachtet und sich gedankliche Notizen gemacht, wodurch seine Selbstwahrnehmung und seine Motivation gestiegen sind. Schlussendlich kann diese Fahrt auch ein drittes Mal durchgeführt werden, wenn der Coach meint, dass wichtige Gefahrenhinweise nicht ausreichend beachtet wurden.

In der Folge kann auch noch besprochen werden, ob bestimmte Beispiele, wie Bahnübergänge etc. noch vertieft betrachtet werden sollen.

Der Coach kann mit folgenden Fragen die Übung abschließen:

- Was hast du in erster Linie von dieser heutigen Übung gelernt?
- Was kannst du dir von dieser Übung mitnehmen?
- Wie sind deine Gefühle jetzt?
- Wann wirst du dieses Wissen das nächste Mal brauchen können?

Kurzbeschreibung:



Zielfindung und
Besprechung

1. Runde fahren,
um die Aufmerksamkeit
zu erhöhen

2. Runde mit
kommentiertem
Fahren

Zielerreichung
überprüfen

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist leicht anzuwenden und funktioniert gut. Es verursacht keine weiteren Kosten, es kann leicht in die normalen Fahrstunden integriert werden und der Fahrlehrer benötigt keine besonderen Qualifikationen.

2.1.17. Sicherheitsabstände

Coaching Szenario entwickelt von Sakari Hopia

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Dieses Szenario zielt auf die Erhöhung des Risikobewusstseins ab und gibt dem Fahrschüler Werkzeuge in die Hand, damit er die Wichtigkeit der Sicherheitsabstände besser verstehen kann, Unfälle vermeiden kann und spritsparend fahren kann.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Der Fahrschüler soll gemeinsam mit dem Coach herausfinden, wie er entspannt und dabei gleichzeitig spritsparend fahren kann. Gleichzeitig werden die ausreichenden Sicherheitsabstände rund um das Fahrzeug beleuchtet.

Ort des Szenarios

Im Straßenverkehr

Hauptebene der GDE-Matrix

Es können alle Ebenen erreicht werden. Es hängt aber davon ab, welche Ziele der Fahrschüler gemeinsam mit dem Coach definiert.

Kurzzusammenfassung der Übung

Im Wesentlichen soll der Fahrschüler lernen, wie er spritsparend und zugleich sicher sowie entspannt fahren kann. Um dieses Ziel zu erreichen, konzentriert man sich auf die Einhaltung von großen Sicherheitsabständen rund um das Auto, so dass man mit gleich bleibender Geschwindigkeit fahren kann und sodass man ausreichenden Platz für plötzliche Manöver hat, falls diese notwendig sind. Ein Teil dieses Szenarios kann auch im Unterrichtsraum stattfinden, um Zeit zu sparen.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario kann während der gesamten Fahrausbildung angewendet und wenn nötig wiederholt werden. Um das Ziel dieses Szenarios herauszuarbeiten ist es wichtig, dem Fahranfänger über seine Meinung zu Sicherheitsabständen zu befragen. Es ist eine kurze Fahrt durchzuführen und danach der Wagen anzuhalten. Dann fragt der Coach einiges bezüglich der Gefühle des Fahrschülers und bezüglich des Einflusses auf die Umgebung dieser Fahrt.

Die folgenden Fragen können nützlich sein:

- Was denkst du bezüglich der Fahrzeugbenutzung, ist das gut oder schlecht?
- Welches sind die positiven Aspekte der Fahrzeugbenutzung?
- Glaubst du, dass die Fahrzeugbenutzung auch negative Aspekte hat (Coach lenkt die Diskussion in Richtung Umweltverschmutzung usw.)?
- Möchtest du eine Liste diesbezüglich aufstellen (Lärm, Luft, Wasser usw.)?
- Wie kannst du die positiven Aspekte nützen und gleichzeitig die negativen reduzieren?
- Wie kannst du das in deinem Fahrstil umsetzen?

- Welchen Einfluss haben deine Sicherheitsabstände auf die Emissionen?
- Möchtest du das ausprobieren?
- Bevor wir damit beginnen, wie ökonomisch war deine letzte Fahrt auf einer Skala von 1 -10?
- Worauf musst du besonders achten, um das zu verbessern?
- Wie ist das für dich, wenn du auf diese Aspekte beim Fahren besonders achtest?

Nach dieser motivierenden Einleitung soll der Fahrschüler auf seine Weise losfahren. Während der Fahrt kann der Coach einige Fragen zu gegenständlichen Aspekten stellen. Folgende Fragen sind möglich:

- Was glaubst du, sind die häufigsten Ursachen für Auffahrkollisionen?
- Wie kannst du solche Situationen vermeiden?
- Wie kannst du im Verkehrsstau Sprit sparen?
- Kennst du jemanden, der schon einmal einen Auffahrunfall hatte, und wie ist das passiert?

Sobald das Ziel klar ist, sollte der Fahranfänger die von ihm herausgearbeiteten Beispiele in die Praxis umsetzen und dabei zeigen, dass er die Wichtigkeit der Sicherheitsabstände verstanden hat.

Falls der Fahrschüler auf das vorausfahrende Fahrzeug zu knapp auffährt

In diesem Fall sind folgende Fragen möglich:

- Wie viel Zeit sparen wir durch diese Fahrweise?
- Wann werden wir an unserem Ziel ankommen?
- Wie schätzt du deine Chancen ein rechtzeitig ankommen zu können, falls das Fahrzeug vor dir eine Notbremsung machen muss?
- Fährt jemand hinter uns?
- Wie könntest du den Wagen abbremsen, wenn du in dieser Weise fährst und plötzlich passiert mit dem vor uns fahrenden Auto etwas?
- Was weißt du über den Zustand der Bremsen und Reifen des vor uns fahrenden Autos?
- Aus welchen Gründen verbrauchen wir nun mehr Benzin im Vergleich zu der Fahrt mit den größeren Sicherheitsabständen?
- Was würdest du gerne mit dem ersparten Geld machen, wenn du spritsparend fährst?

Wenn ein Auto von hinten zu knapp auf den Fahrschüler auffährt

In diesem Fall sind folgende Fragen möglich:

- Wie würdest du den Fahrer hinter uns beschreiben – z.B. hinsichtlich seiner Aufmerksamkeit?
- Was würde er tun, wenn du plötzlich bremsen musst?
- Wie kannst du eine gleichmäßige Fahrgeschwindigkeit aufrechterhalten und abrupte Geschwindigkeitsveränderungen vermeiden?
- Aus welchen Gründen fahren Leute so knapp hinter einem Auto her?

Wenn ein Auto knapp neben uns fährt

In diesem Fall sind folgende Fragen möglich:

- Wann können wir den Fahrstreifen wechseln?
- Wird uns der Fahrer hinein lassen?
- Welches sind die Farben der neben uns fahrenden Autos?

Während dieser Einheit ist der Coach nur in der Rolle des Beobachters und er stellt Fragen während der Fahrschüler seine Möglichkeiten überprüft. Der Coach stellt sicher, dass der Fahrschüler die Ziele verstanden und einen entspannten und energiesparenden Fahrstil herausgearbeitet hat. Auf die obige Besprechung folgt eine kurze, wiederholte Fahrt.

Anwendung der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann leicht angewendet werden, egal ob man im Ortsgebiet oder am Land unterwegs ist. Es ist wichtig, dieses Szenario während der Fahrausbildung zu wiederholen, um klarzumachen, dass es keine Notwendigkeit gibt zu rasen, dabei können auch negative Beispiele von anderen Fahrern herausgegriffen werden. Es sind keine besonderen Werkzeuge oder Fahrstrecken hierfür notwendig.

2.1.18. Angepasste Geschwindigkeit

Coaching Szenario entwickelt von Sakari Hopia

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

In diesem Szenario sollen das Risikobewusstsein und das Wissen über die Risiken des Schnellfahrens gefördert werden. Weiters soll dem Fahrschüler ein Werkzeug in die Hand gegeben werden, wodurch er die Bedeutung der angepassten Geschwindigkeit und der Geschwindigkeitsbeschränkungen in allen Situationen erkennen kann.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Der Fahrschüler soll mit dem Coach gemeinsam folgendes herausarbeiten: die angepasste Geschwindigkeit hängt ab von der Sicht, dem Straßenzustand, der Verkehrssituation, den sonstigen Umständen, dem Fahrzeugzustand und der Geschwindigkeitsbegrenzungen usw. Manchmal ist es sicherer, gleichmäßige Fahrgeschwindigkeiten zu wählen, sofern dies möglich ist.

Ort des Szenarios

Im Straßenverkehr

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 2, jedoch hängt es davon ab, welche Ziele der Fahrschüler definiert.

Kurzzusammenfassung der Übung

Es ist sehr wichtig für den Fahrschüler, dass er die Bedeutung der angepassten Geschwindigkeit versteht. Daher muss das demonstriert und besprochen werden. Die Geschwindigkeit variiert zwischen 0 bis 100 km/h, die Fähigkeiten zur Fahrzeugbedienung sind jedoch beim Fahrschüler erst gering ausgeprägt. Das hauptsächliche Risiko liegt darin, dass Fahranfänger für die Situation zu schnell fahren. Es ist wichtig, die Geschwindigkeitsbeschränkungen zu diskutieren und besonders herauszuarbeiten, dass eine Geschwindigkeitsreduktion die effizienteste Methode zur Problemlösung und zur Risikoentschärfung in komplizierten Situationen ist.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario kann während der gesamten Fahrausbildung eingesetzt werden und wenn nötig auch wiederholt werden. Die Rolle des Coaches besteht darin, dass er stets mittels Fragen sicherstellt, dass der Fahranfänger beim Thema Geschwindigkeit ist. Diese Vorgehensweise sollte von Beginn an abgestimmt werden. Bevor man losfährt sollte der Coach z.B. fragen:

- Was könnte es für Gründe geben, dass man in diesem Gebiet nicht 50 fahren kann.

Der Coach sollte ein Gebiet mit wechselnden Geschwindigkeitslimits von z.B. 30 bis 60 km/h aufsuchen. Nachdem der Fahrschüler in eine 30 km/h Zone eingefahren ist und dies gemerkt hat sollte der Coach folgendes fragen:

- Warum glaubst du ist hier eine 30 km/h Zone?
- Kannst du mir einige Gründe nennen, warum hier eine 30er Zone ist?
- Kannst du irgendwelche dieser Gründe jetzt hier sehen?

Wenn das Limit höher wird, kann der Coach auch hierzu gezielt fragen stellen.

Beispiele für Fragen:

- Welche Unfälle passieren deiner Meinung nach am häufigsten in solchen Gegenden?
- Welches sind die Gründe für diese Verkehrszeichen?
- Kannst du mir die am meisten gefährdeten Verkehrsteilnehmer nennen?
- Wie geht es dir mit dieser Geschwindigkeit in diesem Gebiet? etc.

Während dieser Übung ist der Coach nur mit Beobachten und Fragen stellen beschäftigt. Nur der Fahrschüler soll sich und sein Verhalten selbst bewerten.

Kurzbeschreibung:



Zieldefinition



passende Gegend finden



Ziel Überprüfung

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann einfach umgesetzt werden. Idealerweise wird dieses Szenario in Gegenden ausgeführt, wo die Bedeutung der Tempolimits klar verständlich ist, z.B. bei Schulen und Kindergärten etc. Allerdings muss man auch die Einflüsse der Witterung mit berücksichtigen. Auf Glatteis verhält sich die gesamte Thematik wiederum etwas anders.

2.1.19. Nachgeben gegenüber gefährdeten Verkehrsteilnehmern

Coaching Szenario entwickelt von Sakari Hopia

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

In diesem Szenario soll das Risikobewusstsein gegenüber gefährdeten Verkehrsteilnehmergruppen wie Fußgänger, Radfahrer etc. geschärft werden. Weiters soll der Fahranfänger darauf vorbereitet werden, mit diesen Risiken eigenständig umzugehen.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Der Fahrschüler lernt gemeinsam mit seinem Coach insbesondere die Verkehrsregeln für ungeschützte Verkehrsteilnehmer anzuwenden.

Ort des Szenarios

Im Auto und im Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

Level 2, 3 and 4, abhängig von den Themen des Fahrschülers

Kurzzusammenfassung der Übung

Es soll zunächst klar gemacht werden, dass die so genannten gefährdeten Verkehrsteilnehmer deshalb gefährdet sind, weil sie ungeschützt sind. Der Fahrschüler soll merken, dass man häufig auf die ungeschützten Verkehrsteilnehmer vergisst. Der Fahrschüler soll eigenständige Erfahrungen mit diesem Thema sammeln, z.B. beim links oder rechts Abbiegen, Überqueren von Fahrradwegen, Schutzwegen etc. Weiters soll herausgearbeitet werden, wie Kinder und Ältere sich oft unberechenbar verhalten.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario kann von Beginn an jederzeit eingesetzt werden. Es hängt von der Fähigkeit des Fahrschülers ab, in wie weit er selbständig Entscheidungen treffen kann.

Zunächst sollen die Themen der ungeschützten Verkehrsteilnehmer besprochen werden, wobei auch die eigenen Erfahrungen des Fahranfängers als Fußgänger und Radfahrer miteinbezogen werden sollen. Detaillierter können diese Diskussionen in einer Theoriestunde durchgeführt werden. Da die meisten Fahrschüler auch über eigene Erfahrungen als Fußgänger und Radfahrer verfügen, ist es sehr einfach für sie sich in diese Rolle zu versetzen.

Der Fahrschüler soll dem Coach jedes Mal mitteilen, wenn er einen Radfahrer oder Fußgänger während der Fahrstunde sieht. Der Fahrschüler soll sich dann hineinversetzen, wie dieser ungeschützte Verkehrsteilnehmer diese Situation wahrnimmt. Er soll sich also in ihn hineinversetzen. Er soll sich an seine Kindheit und sein früheres Verhalten zurückerinnern und dadurch verstehen, wie groß die Verantwortung des Autofahrers für die Ungeschützten ist.

Folgende Fragen können gestellt werden:

- Wenn du jetzt diesen Fußgänger oder Radfahrer etc. siehst, was glaubst du geht in ihm gerade in erster Linie vor?
- Was erwartest du, dass er als nächstes tun wird?

- Wenn wir jetzt diesen Mopedfahrer / Radfahrer etc. überholen werden, was meinst du, sollte er über uns wissen?
- Warum glaubst du, wartet diese ältere Person immer noch, bevor sie über die Straße geht?
- Wie kannst du dich davon überzeugen, ob er / sie dich gesehen hat?
- Wie können wir sicher gehen, dass uns der Mopedfahrer nicht schneiden wird?
- Woran kannst du erkennen, dass das Rad fahrende Kind die Verkehrsregeln beachtet?
- Woran kannst du eine sehbehinderte Person erkennen? Etc.

Nach dieser Fahrstunde kann der Coach den Fahrschüler fragen, wie gut er die Thematik verstanden hat und für wie schwierig er das Beachten der ungeschützten Verkehrsteilnehmer im Alltag einschätzt. Man kann den Fahrschüler auch auf einer Skala von z.B. 1 bis 10 einschätzen lassen, wie gut er die Aufgabenstellung gemeistert hat. Zusätzlich kann man noch einschätzen lassen, wie gut er in Zukunft damit umgehen wird können, wenn er alleine fährt.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann leicht angewendet werden und bedarf keines speziellen Wissens.

2.1.20. Sitzposition und Spiegeleinstellung

Coaching Szenario entwickelt von Sakari Hopia

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Es soll aufgezeigt werden, wie wichtig dies vor Fahrtbeginn ist.

Sekundäre Ziel des Szenarios

Der Fahrschüler soll gemeinsam mit dem Coach die richtige Sitzposition, Lenkradhaltung, Spiegeleinstellung, Kopfstütze und Sicherheitsgurt herausarbeiten.

Ort des Szenarios

Im Auto

Hauptebene der GDE-Matrix

Alle Ebenen, je nachdem, welche Ziele sich der Fahrschüler setzt.

Kurzzusammenfassung der Übung

Schon zu Beginn des Fahren Lernens ist es wichtig, die richtigen Einstellungen vorzunehmen und die genauen Begründungen hierfür zu erfahren. Das erlaubt entspanntes Fahren und minimiert die Gefahr der toten Winkel. Der Fahrer sollte in Notsituation die Bremse und Lenkung optimal benützen können. Diese Ziele können mittels der richtigen Fragen erreicht werden.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario kann während der gesamten Fahrausbildung angewendet werden und immer wiederholt werden, falls nötig. Zuerst soll der Fahrschüler nach seinen heutigen Lernzielen befragt werden. Ziele könnten sein: Die Spiegel- und Sitzeinstellung vornehmen zu können, damit man optimal fahren kann. Der Coach kann nun damit beginnen einige Fragen zu stellen. Falls der Fahrschüler schon erfahren ist, soll er es erst einmal selbst einstellen. Jedoch sollte der Coach trotzdem gezielt fragen, um sicher zu stellen, dass der Fahrschüler auch den genauen Sinn für seine Sicherheit dahinter versteht.

Einige Beispiele:

- Bist du schon mal mit einem Auto gefahren? Was ist vor dem Losfahren wichtig?

Sitz:

- Wie sollte sich eine gute Sitzposition anfühlen?
- Was könntest du tun, damit du alle Pedale und Bedienelemente gut erreichen kannst.
- Probier das mal aus und sag mir dann, wie gut alles passt?
- Kannst du mir nun zeigen, wie gut du lenken und bremsen kannst und vor allem wie gut das in einer Notsituation gehen würde?
- Wie solltest du die Bremse in einer Notsituation verwenden – kannst du mir das mal zeigen?

Spiegeln:

- Was kannst du hinter dir sehen? Wie viel von deinem eigenen Auto kannst du sehen?
- Kannst du mir genau sagen, was du nicht in deinen Spiegeln sehen kannst?
- Worin liegen die hauptsächlichen Gefahren, wenn du manches nicht in deinem Spiegeln sehen kannst. Was könntest du tun, um diese Risiken zu reduzieren?

Sicherheitsgurt und Kopfstütze:

- Hattest du schon einmal einen Autounfall?
- Aus welchem Grund sollte man den Sitzgurt anlegen?
- Wann brauchen wir ihn?
- In welchen Situationen ist er am nützlichsten?
- Was ist das wichtigste, wenn du den Gurt anlegst und die Kopfstütze einstellst?
- Falls wir einen Unfall haben würden, welcher wäre am wahrscheinlichsten?

Komfort:

- Gibt es irgendetwas das du an deiner Sitzposition verändern möchtest?

Während der Übung soll nur der Fahrschüler Bewertungen über seine Empfindungen vornehmen. Der Coach soll nur begleitend überprüfen, ob der Schüler zu den richtigen Schlüssen kommt.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann sehr einfach angewendet werden. Allerdings zeigt die Erfahrung, dass sich ältere Fahrlehrer mit der Umstellung auf den Coaching-Stil schwer tun. Es wäre auch wichtig, dass man einen guten Platz findet, wo der tote Winkel ausprobiert werden kann. Fahrlehrer, die dieses Szenario ausprobiert haben berichten von Erfolgen und es habe auch den Fahrschülern gefallen, da sie diesbezügliche keine genauen Vorstellungen hatten.

2.1.21. Nachrang- und STOPP-Tafeln – praktische Anwendung

Coaching Szenario entwickelt von Gérard Acourt - Catherine Trotin (ECF)

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll dazu ermutigt werden, Druck von einem Mitfahrer nicht nachzugeben, insbesondere wenn er von einer Person mit Autorität kommt.

Ort des Szenarios

Im Auto im Verkehr

Hauptebene der GDE-Matrix

3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Dieses Szenario basiert auf einer Provokation. Der Coach ersucht den Fahrschüler, dass er genau das, was er bezüglich Stopp- und Nachrang-Zeichen gelernt hat präzise umsetzt. Er soll dies beim Fahren auch kommentieren. Allerdings verleitet der Fahrlehrer später in der Übung den Fahrschüler dazu, dass er eine Stopptafel überfährt. Zuvor muss natürlich eine vertrauensvolle Beziehung geschaffen werden sein.

Je nach Persönlichkeit des Fahrers wird er tatsächlich der (falschen) Instruktion folgen und drüber fahren. In diesem Fall muss der Fahrlehrer mit der Doppelpedalerie die Notbremsung durchführen. Andere werden sich dem Gesetz entsprechend verhalten und stehen bleiben.

Der Wagen sollte dann für eine Besprechung zur Seite gefahren werden. In dieser Besprechung sollte geklärt werden, wie sich der Fahrschüler gefühlt hat und aus welchen Gründen er sich so verhalten hat. Insbesondere soll dann herausgearbeitet werden, welche ähnliche Situationen später beim Auto fahren auftreten können und wie er sich dann richtig verhalten soll.

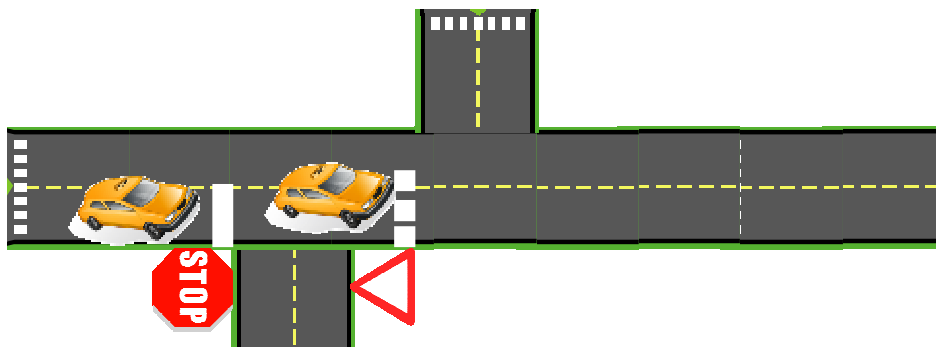
Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Der Coach wiederholt die Aufgabenstellung (Richtiges Verhalten bei Vorrang- und Stoppschildern) Er sei nun nur an diesem Verhalten interessiert.
2. Der coach gibt nur die Route an, sagt aber nichts über das richtige Verhalten bei den Verkehrszeichen – speziell bei den Nachrang- und Stopptafeln.
3. Nach zwei oder drei Nachrang- und Stopptafeln ersucht er den Fahrschüler rechts ran zu fahren und den Motor abzustellen.
4. Nun werden die Erfahrungen des Fahrschülers mit dieser Übung mittels folgender Fragen besprochen:
 - Wie ist es dir ergangen?
 - Was waren die Unterschiede zwischen den Verkehrszeichen?
 - Was waren die Besonderheiten bei jedem Zeichen (ist dir etwas Besonderes aufgefallen)?
 - Hättest du etwas besser machen können?
 - Was war für dich wichtig während der Übung?
5. Nun fährt der Schüler zurück Richtung Fahrschule, wobei er bei weiteren Nachrang- und Stopptafeln vorbeifährt.
6. Der "TRICK" dabei ist, dass der Coach auf der Rückfahrt die Ebenen 3 und 4 der GDE-Matrix in cleverer Weise einbaut.

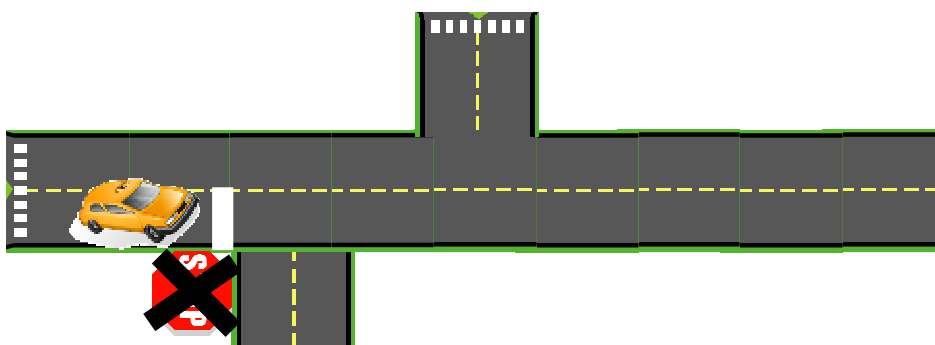
7. Bei der Annäherung an eine Stopp-Tafel sagt er dem Fahrschüler, dass er diese ignorieren könne und einfach darüber fahren möge.
8. Im Allgemeinen folgen die Fahrschüler dieser Instruktion.
9. Natürlich führt der Coach einige Meter vor der Stopp-Tafel, in sicherer Entfernung, eine Notbremsung durch.
10. Der Coach bittet den Fahrschüler rechts ran zufahren und den Motor abzustellen.
11. Der Coach fragt:
 - Was war jetzt los?
 - Was solltest du bei Stopp-Tafeln tun?
 - Warum bist du meiner Instruktion gefolgt?
12. Nun erweitert der Coach das Thema und fragt, in welchen ähnlichen Situationen man dem Druck von anderen nachgibt (Mitfahrer, Fahrer, die zu knapp auffahren von hinten usw.).
13. Nun könnte eine Diskussion darüber starten, wie man sich in kritischen Situationen in Bezug von Außen verhalten soll.

Schema:

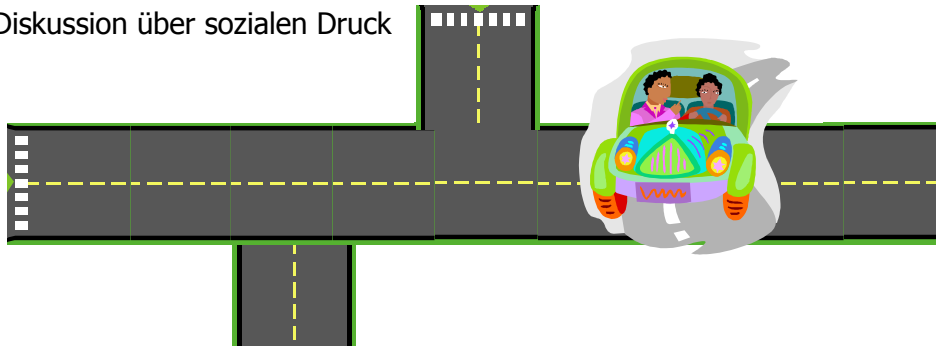
Schritt 1: Der Fahrschüler praktiziert das richtige Verhalten bei Nachrang- und Stopp-Tafeln, sowie er es gelernt hat.



Schritt 2: Der Coach beeinflusst den Fahrschüler, dass er bei einer Stopp-Tafel nicht stehen bleiben soll.



Schritt 3: Diskussion über sozialen Druck



Anwendung in der Fahrausbildung

Diese provozierende Übung ist eine sehr effektive Art, wie man das Thema des sozialen Drucks in Bezug auf das Treffen von Entscheidungen bearbeiten kann. Besonders wichtig ist die Besprechung danach. Hier muss der Coach folgendermaßen vorgehen:

- Wenn der Fahrschüler sich durch den Fahrlehrer verleiten hat lassen, dann muss der Coach mit ihm ein Verständnis dafür herausarbeiten, warum er dem Druck nachgegeben hat, was Ähnliches in anderen Lebenssituationen stattfinden kann und wie man sich anders verhalten kann.
- Falls sich der Fahrschüler nicht durch den Coach verleiten lässt, sollte der Coach diese richtige Einstellung des Fahrschülers hinterfragen und festigen.

Der heikle Aspekt bei dieser grenzwertigen Übung ist folgender: Der Fahrlehrer-Coach muss jedenfalls die Notbremsung rechtzeitig durchführen. Weiters muss er fähig sein, die anschließende Diskussion hoch qualifiziert durchführen zu können.

2.1.22. Die richtige Sitzposition

Coaching Szenario entwickelt von Gérard Acourt - Catherine Trotin (ECF)

Inhalt dieses Gegenstandes:

Wissen:

- Den Sitz richtig einstellen können.
- Die Kopfstütze richtig einstellen können.
- Die Spiegel richtig einstellen können.
- Die Sicht durch die Fenster überprüfen.
- Mitfahrer berücksichtigen und wissen, wie sie einem beeinflussen können.
- Den eigenen Sicherheitsgurt und den der Mitfahrer.
- Ladungssicherheit.

Verständnis für die Wichtigkeit des Sicherheitsgurts.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll ein Verständnis dafür entwickeln, wie wichtig es ist, einige Sicherheits-Checks durchzuführen. Dabei soll er nicht nur die einzelnen Punkte auf der Check-Liste durchgehen, sondern soll sie solange bearbeiten, bis sie positiv erledigt sind.

Ort des Szenarios

Im Auto.

Hauptebene der GDE-Matrix

3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Bevor der Fahrschüler einsteigt, soll der Coach den Fahrersitz soweit wie möglich zurückschieben. Wenn der Fahrschüler nun einsteigt, soll er alles gemäß der Check-Liste, welche zuvor erarbeitet wurde, einstellen. Gleichzeitig sagt er dem Fahrschüler, dass der Fahrersitz kaputt sei und nicht richtig eingestellt werden könne. Dann soll der Coach die Reaktion des Fahrschülers abwarten.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Der Coach ersucht den Fahrschüler am Fahrersitz Platz zu nehmen.
2. Wenn der Fahrschüler ins Auto einsteigt, bemerkt er, dass der Sitz ganz zurück gefahren ist. Der Coach informiert den Fahrschüler, dass der Sitz kaputt sei und nicht verschoben werden könne.
3. Nun schwenkt der Coach rasch zu einem anderen Thema über, sodass der Fahrschüler keine Zeit für diesbezügliche Fragen hat. Nun ersucht er den Fahrschüler trotzdem die Check-Liste durchzugehen.
4. Falls der Fahrschüler nochmals auf den Sitz zu sprechen kommen sollte, muss dass vom Coach ignoriert werden und er soll darauf drängen, dass man der Check-Liste weitermacht.

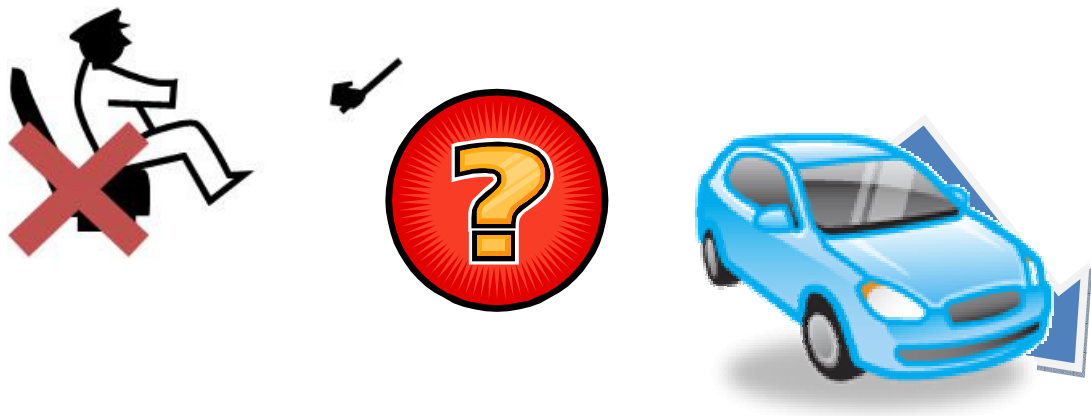
5. Sobald die Check-Liste durchgegangen ist, bittet der Fahrlehrer den Fahrschüler loszufahren.
6. Dann sollte der Coach wertneutral die Reaktionen seitens des Fahrschülers abwarten: Er kann einfach losfahren, er kann sich unwohl fühlen, er kann nicht losfahren, weil er die Pedale nicht erreicht, er verweigert loszufahren etc.
7. Nun sollte der Coach zu einer Diskussion anregen: Welche Risiken ergeben sich aus dieser Sitzposition, welche Lösungsmöglichkeiten gibt es, welche Lösungen sind praktikabel? Welche Probleme ergeben sich bei den anderen Lösungsmöglichkeiten usw.?
8. Nachdem diese unterschiedlichen Sichtweisen beleuchtet wurden, erklärt der Coach den Sinn dieses Übungsspiels und gestattet ihm den Sitz nun richtig einzustellen..

Schema:

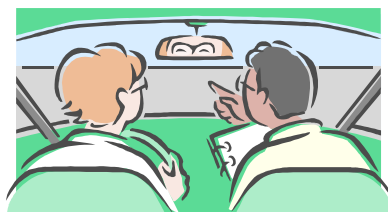
Schritt 1: Der Fahrschüler steigt in das Auto, wobei der Fahrersitz ganz bis nach hinten geschoben ist. Der Coach erklärt, dass der Sitz kaputt sei und ermutigt den Schüler mit der Check-Liste fort zu fahren.



Schritt 2: Nun wartet der Coach auf die Reaktionen des Fahrschülers.



Schritt 3: Jetzt bespricht der Coach mit dem Schüler dessen Reaktionen und bringt ihn dazu, über die Konsequenzen nachzudenken und mögliche Lösungen zu erarbeiten.



Schritt 4: Schlussendlich klärt der Coach den Fahrschüler auf, dass diese Übung nur so angelegt war, damit sie all diese Themen herausarbeiten können. Natürlich kann der Fahrschüler nun seinen Sitz richtig einstellen, bevor er losfährt.



Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist einfach anzuwenden, da man nur den Sitz ganz weit nach hinten stellen muss. Das Ziel ist es, dem Schüler die Risiken vor Augen zu führen, wenn man die Sitzeinstellungen nicht richtig vornimmt.

2.1.23. Andere Verkehrsteilnehmer warnen

Coaching Szenario entwickelt von Gérard Acourt - Catherine Trotin (ECF)

Lernziel des französischen Ausbildungs-Curriculums

- Lernen wie man rasch folgendes benützt:
 - Blinker
 - Hupe
 - Alarmblinkanlage
 - Blinkende Bremsleuchten
 - Lichthupe
- Wissen:
 - Wann man andere warnt
 - Wie man andere warnt
 - Wann es verboten ist zu Hupen und warum

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll ein vertieftes Verständnis für das Warnen von anderen Verkehrsteilnehmern entwickeln, in dem beobachtet, diskutiert und reflektiert wird.

Ort des Szenarios

Im Auto.

Hauptebene der GDE-Matrix

3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Während man in einer ausgewählten Gegend mit vielen Richtungswechseln fährt, soll der Fahrschüler die Kommunikation anderer beobachten. Dann soll der Fahrschüler stehen bleiben und die einzelnen Situationen in Gedanken durchgehen. Dabei soll bedacht werden, was passieren hätte können, wenn man sich nicht an die Regeln gehalten hätte.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Der Coach soll den Inhalt der heutigen Übung erklären.
2. Erklärung des genauen Zieles der heutigen Übung, ebenfalls durch den Coach.
3. Der Coach soll eine Gegend aussuchen, wo viele Richtungswechsel stattfinden.
4. Vor dem Losfahren soll der Fahrschüler alle Warnsignale und wann man sie verwendet, aufzählen.
5. Man soll sicherstellen, dass der Fahrschüler die Wichtigkeit einer einheitlichen Sprache im Straßenverkehr akzeptiert.
6. Der Fahrschüler soll nun losfahren und mit anderen über seine Absichten kommunizieren. Bei besonderen Situationen soll angehalten und diskutiert werden. Es sollen auch andere Verkehrsteilnehmer beobachtet werden, wie sie kommunizieren.
7. Der Coach versichert dem Fahrschüler, dass er ihm dabei helfen wird, richtig zu beobachten und die Signale richtig einzusetzen.
8. Nach einer signifikanten Situation hält man den Wagen an und zeichnet die Situation auf. Nun soll besprochen werden, was passiert wäre, wenn man nicht richtig kommuniziert hätte.

9. Besprechen sie mit dem Fahrschüler wie und in welchem Timing man die Signale am besten einsetzt. Fragen sie den Fahrschüler auch, in welchen bisherigen Situationen Regeln für die Kommunikation wichtig waren (Sport, Schule etc.).
10. Der Fahrschüler soll sich zurückerinnern wie er damals die Regeln gelernt hat und er soll dies nun auch für das Erlernen von Fahrregeln anwenden.
11. Fassen sie das Gelernte zusammen: Fragen sie den Schüler bezüglich seiner zukünftigen Pläne in Bezug auf das, was jetzt gelernt wurde.

Schema 1:

Schritt 1: Fahren sie eine bestimmte Strecke und beobachten sie die Kommunikation anderer Verkehrsteilnehmer.



Schritt 2: Besprechen sie jede signifikante Situation und überlegen sie, was passiert wäre, wenn man nicht richtig kommuniziert hätte.



Schritt 3: Wenn sie eine Situation beobachtet hätten, in der nicht richtig kommuniziert wurde, besprechen sie die möglichen Konsequenzen dieses Verhaltens.

Schritt 4: Fragen sie ihren Schüler nach früheren Erfahrungen, wo er Regeln für Kommunikation lernen musste (Sport, Freizeit, Gemeinschaft.....). Laden sie ihren Schüler ein, diese Erfahrungen nun beim Lernen von Verkehrsregeln umzusetzen.



Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario sieht wie eine normale Fahrstunde aus, wobei aber mehr Zwischenstopps eingelegt werden und gezeichnet wird. Ein wichtiges Element dabei ist, dass man auch auf frühere Erfahrungen des Schülers beim Erlernen von Regeln zurückgreift.

2.1.24. Beobachten und Scannen

Coaching Szenario entwickelt von Gérard Acourt - Catherine Trotin (ECF)

Inhalt des französischen Fahr- Ausbildungs- Curriculums

- *Hinweise erkennen und Vorausdenken:*
 - Nach Vorne
 - Zur Seite
 - Nach Hinten
- *Fähig sein, folgende Hinweise zu entdecken:*
 - Den Straßenraum
 - Von Seiten des Fahrzeugs
 - Von anderen Verkehrsteilnehmern

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Das Ziel dieses Szenarios ist, dass der Fahrschüler Hinweise aus seiner Umgebung erkennen kann. Er soll aufmerksam und offen gegenüber allen Situationen sein.

Ort des Szenarios

Im Auto

Hauptebene der GDE-Matrix

2

Kurzzusammenfassung der Übung

Zuerst soll der Fahrschüler kommentiert fahren. Danach kategorisieren der Coach und der Fahrschüler die unterschiedlichen Arten von Hinweisen und Gefahren im stehenden Auto. Dann spielt der Coach einen bereits aufgezeichneten Ton und beobachtet die Reaktion des Fahrschülers. Sie fassen zusammen, was soeben passiert ist: Es gab einen Vorfall, Ton, die Quelle wurde identifiziert, kategorisiert, gerangreicht, eine Entscheidung wurde getroffen und es folgte eine Handlung .

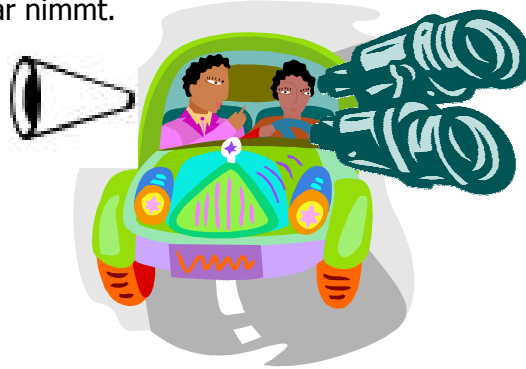
Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Der Coach erklärt die heutige Übung
2. Erklärung des genauen Inhalts der heutigen Übung
3. Der Fahrschüler soll alle ihm aus dem Theorieunterricht bekannten Hinweise beschreiben. Der Coach schlägt vor, alles zu notieren.
4. Im stehendem Fahrzeug kategorisieren sie gemeinsam alle identifizierten Hinweise, deren Reihenfolge hinsichtlich deren Wichtigkeit.
5. Der Coach ersucht den Fahrschüler loszufahren und dieselbe Übung zu wiederholen.
6. Dann spielt der Coach ein vorbereitetes Geräusch ein (vielleicht ein Geräusch, das vom Motor kommen könnte).
7. Falls es der Fahrschüler nicht hört oder ihm keine Bedeutung beimisst, sollte es der Coach ansprechen.
8. Je nach Reaktion des Fahrschülers, soll nun das Geräusch besprochen werden.
9. Nun soll gemeinsam die Situation zusammengefasst werden: Es ist etwas passiert, es wurde identifiziert, kategorisiert, nach Wichtigkeit gereiht, eine Entscheidung wurde getroffen und es wurde ein Verhalten gesetzt.

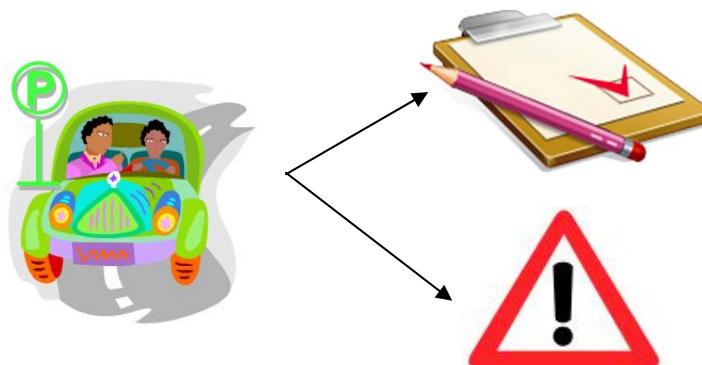
10. Der Coach ersucht den Fahrschüler diese Übung zu wiederholen, wobei er abermals alle Hinweise aus der Straßenumgebung kommentieren soll unter Bedachtnahme, was soeben passiert ist.
11. Schlussfolgerungen des Erlernten.
12. Fragen sie den Fahrschüler, was er beabsichtigt, mit dem Gelernten zu tun.

Schema:

Schritt 1: Der Fahrschüler führt eine kommentierte Fahrt durch, wobei er alles benennt, was er in seiner Umgebung wahrnimmt.



Schritt 2: Wenn das Fahrzeug steht, sollen die identifizierten Hinweise schriftlich kategorisiert werden.



Schritt 3: Der Coach spielt einen bereits aufgezeichneten Ton vor und beobachtet die Reaktion des Fahrschülers.



Schritt 4: Gemeinsam fasst man die Schritte dieses Prozesses zusammen

Hinweise suchen

Kategorisieren

Nach Wichtigkeit reihen

Aktion



Anwendung in der Fahrausbildung

Bei diesem Szenario muss man bereits im Voraus einen eigenartigen Ton aufzeichnen (z.B.: ein Motorengeräusch). Dies dient dazu, dass ein Gefahrenhinweis im Auto auftauchen kann. Es kann auch etwas Anderes als ein Geräusch sein, die Entscheidung darüber liegt beim Fahrlehrer.

2.1.25. Anpassung der Geschwindigkeit an die Situation

Coaching Szenario entwickelt von Gérard Acourt - Catherine Trotin (ECF)

Aus dem französischen Fahrausbildungscurriculum

- *Erkennen, wie man seine Geschwindigkeit den unterschiedlichen Situationen anpasst, abhängig von:*
 - Eigene Fähigkeiten
 - Verkehrszeichen und Regeln
 - Andere Verkehrsteilnehmer
 - Straßenart
 - Landschaft
 - Sicht
 - Wetter
 - Fahrzeug

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Das Ziel dieses Szenarios besteht darin, dass der Fahrschüler versteht, wie wichtig es ist, die Routenplanung und die Zeitplanung im Zusammenhang mit persönlichen und externen Faktoren zu sehen, auch wenn seine Motivationslage und seine Wünsche anders sind.

Ort des Szenarios

Im Auto

Hauptebene der GDE-Matrix

3

Kurzzusammenfassung der Übung

Der Fahrlehrer ersucht den Fahrschüler zu einem bestimmten Ziel zu fahren, welches einige Kilometer entfernt ist und welches er innerhalb einer zu kurzen Zeit erreichen sollte (obwohl das der Fahrschüler noch nicht realisiert hat). Der Fahrschüler erhält eine Straßenkarte, um seine Route zu planen. Schön langsam wird er erkennen, dass sich diese Route in der vorgegebenen Zeit nicht ausgeben wird. Nun soll im stehenden Fahrzeug eine Diskussion über die Diskrepanz zwischen den Möglichen und den Gewollten stattfinden.

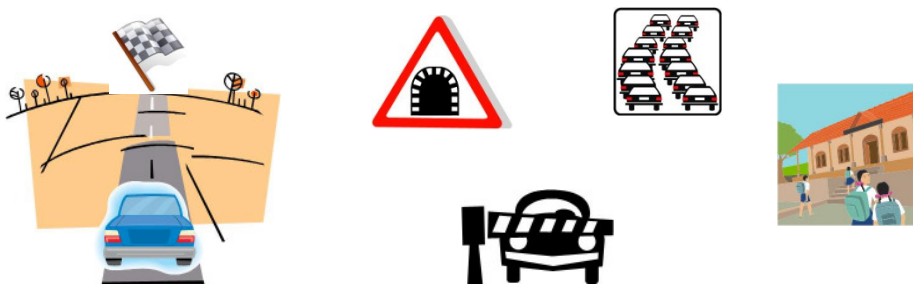
Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Der Coach erklärt den Inhalt der heutigen Stunde
2. Klärung der genauen Ziele der heutigen Stunde
3. Der Fahrschüler soll eine Route zu einem ca. 15 – 20 km entfernten Ziel planen. Hierfür erhält er eine Straßenkarte. Nun sagt der Coach, dieses Ziel muss in einer bestimmten Zeit erreicht sein (diese Zeit wäre aber zu kurz.) Die Route sollte auch komplizierte Verkehrssituationen aufweisen, wie z.B.: Stadtverkehr, enge Landstraßen, Bahnübergänge, Tunnels, Schulen etc. All das soll den Fahrschüler daran hindern, dass er so schnell wie er möchte, fahren kann.

4. Der Coach beobachtet und begleitet den Schüler während der Planung seiner Route. Wird der Fahrschüler erkennen, dass die Zeit zu kurz ist?
5. Der Coach stimmt der Entscheidung des Fahrschülers zu und erlaubt ihm auf der Route loszufahren, die er ausgesucht hat.
6. Während der Fahrt erinnert der Coach mehrmals, dass die Zeit knapp wird. Nun informiert der Coach, dass sie es nicht rechtzeitig schaffen werden. Er beobachtet die Reaktionen des Fahrschülers und ersucht ihm stehen zu bleiben, falls er irritiert oder panisch wird. Natürlich muss er intervenieren, falls der Fahrschüler zu schnell fährt.
7. Sobald die Zeit vorüber ist (15 – 20 min), soll der Fahrschüler anhalten und feststellen, wie weit sie noch vom Ziel entfernt sind. Nun soll besprochen werden, warum sie das Ziel nicht rechtzeitig erreicht haben. Der Coach fragt den Schüler, was er aus jetziger Sicht anders tun hätte sollen oder anders tun wollte, um rechtzeitig anzukommen. Im Gespräch soll der Coach herausarbeiten, dass die zur Verfügung stehende Zeit einfach zu kurz war. Außerdem bestand das Risiko, dass Verkehrsregeln missachtet würden, nur um rechtzeitig anzukommen.
8. Der Fahrschüler soll beschreiben, wie er sich gefühlt hat, als er bemerkt hat, dass sie nicht rechtzeitig ankommen werden. Es soll auch seine Bereitschaft schneller zu fahren, nur um rechtzeitig ankommen zu können, erfragt werden. Im Gespräch sollen wichtige Einflussfaktoren beleuchtet werden: das Fahrkönnen, die Stimmung des Fahrers, Verkehrsregeln, Verkehrsaufkommen usw. Es sollen auch persönliche Einflussfaktoren, die eine Auswirkung auf die Fahrt haben, besprochen werden, z.B.: Müdigkeit, Nervosität, Verwirrung, Ärger, Freude, intensive Emotionen usw.
9. Fassen sie das Gelernte zusammen und fragen sie den Fahrschüler, in welcher Weise er beabsichtigt das Erlernte anzuwenden.

Schema:

Schritt 1: Der Coach ersucht den Fahrschüler ein Fahrziel in einer zu kurzen Zeit zu erreichen. Er gibt dem Fahrschüler eine Straßenkarte, um eine Route zu wählen. Die Route muss schwierige Verkehrssituationen aufweisen.



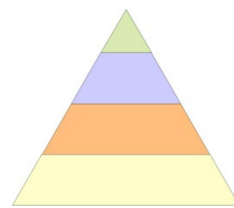
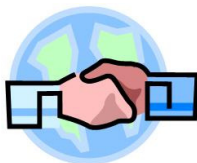
Schritt 2: Nach dem Losfahren, soll der Instruktor mehrmals auf die knappe Zeit hinweisen und die Reaktionen des Fahrschülers beobachten.



Schritt 3: Die Zeit ist abgelaufen, bevor das Fahrziel erreicht wurde. Im nun stehenden Fahrzeug wird besprochen, wie es dem Fahrschüler ergangen ist, als er bemerkt hat, dass es sich nicht ausgeben wird.



Schritt 4: Sie kommen zu dem Schluss, dass das ursprüngliche Problem darin liegt, dass die vorgegebene Zeit einfach zu kurz war. Sie besprechen was im Fahrschüler vorgegangen ist.



Anwendung in der Fahrausbildung

Die einzige Schwierigkeit dieses Szenarios besteht darin, geeignete Routen mit schwierigen Verkehrssituationen zu finden. Die Straßenkarte kann auch durch ein Navi ersetzt werden. Achtung: Sie müssen sicherstellen, dass das Fahrziel nicht in der vorgegebenen Zeit erreicht werden kann!

2.1.26. Bevor es richtig losgeht – der erste Kontakt zur Fahrausbildung

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Autofahren ist nicht ein rationales Bewegen von A nach B, sondern eine sehr komplexe Tätigkeit in einem sozialen Begegnungsraum. Dabei werden Fahrten und die damit verbundenen Risiken sehr stark durch Fahr motive und Fahrtzwecke sowie durch die Lebenseinstellung und Einstellung zum Straßenverkehr bestimmt. Darüber sind sich die wenigsten Fahrer bewusst. Je frühzeitiger und intensiver Fahrer lernen, sich mit diesen Faktoren auseinandersetzen und diese zu hinterfragen, desto größer wird das Vermögen selbstkritisch Fahrsituationen einzuschätzen und dämpfend zu handeln bzw. bestimmte Situationen zu vermeiden.

In manchen Ländern findet ausschließlich praktischer Fahrunterricht statt, d.h., es gibt keine theoretischen Sequenzen oder Seminarsituationen. Für diese Fälle hat der Fahrlehrer nur die Chance, derartige Themen in der 1:1 Situation im Auto anzusprechen.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll sich bewusst machen, aus welchen Gründen und mit welchen Einstellungen er den Führerschein erwerben möchte. Dabei soll er erkennen, welche Risiken damit verbunden sein können und was er tun kann, einerseits selbst risikoreiche Situationen zu erkennen und andererseits diese zu dämpfen oder gänzlich zu vermeiden.

Zwischenziele des Szenarios

- Der Fahrschüler soll schildern, aus welchen für ihn wichtigen Gründen den Führerschein erwerben möchte.
- Der Fahrschüler soll überlegen und beschreiben, ob wegen seiner Gründe risikoreichere Situationen entstehen können bzw. durch risikoerhöhende Faktoren Fahrten unsicher werden.
- Der Fahrschüler soll benennen, welche Ideen er hat, wie er frühzeitig erkennen kann, dass nun eine Risikosituation vorliegt bzw. eine Risikosituation entstehen kann.
- Der Fahrschüler soll benennen, welche Ideen er hat, dämpfende Handlungsweisen anzuwenden bzw. welche er hat, derartige Situationen zu verhindern.

Ort des Szenarios

Im Fahrzeug

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebenen 3 und 4

Methode

Partnergespräch / Dialog

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Coachee und Coach versuchen im Rahmen eines Dialoges sich dem Thema zu nähern. Dabei leitet der Coach das Gespräch mit entsprechenden Fragen ein und versucht in der Folge durch Nachfragen die wichtigen Aspekte zu thematisieren. Am Ende des Gesprächs soll ein Beobachtungsauftrag entstehen, der dem Fahrschüler hilft, in der Zeit zwischen den

Fahrstunden eigenständig Beobachtungen durchzuführen (z.B. bei Freunden, den Eltern o.ä.).

Folgende Leitfragen wären für einen Gesprächseinstieg denkbar:

- Können Sie mir kurz schildern, aus welchen Gründen Sie den Führerschein machen wollen?
- Warum möchten Sie denn eigentlich den Führerschein machen?
- Welche Erwartungen verbinden Sie mit einem Führerschein?
- Welche Hoffnungen und Wünsche verbinden Sie mit dem Führerschein?
- Welche Gedanken gehen Ihnen denn durch den Kopf, wenn Sie an den Führerschein denken?
- Was stellen Sie sich denn vor, wenn Sie den Führerschein dann haben?

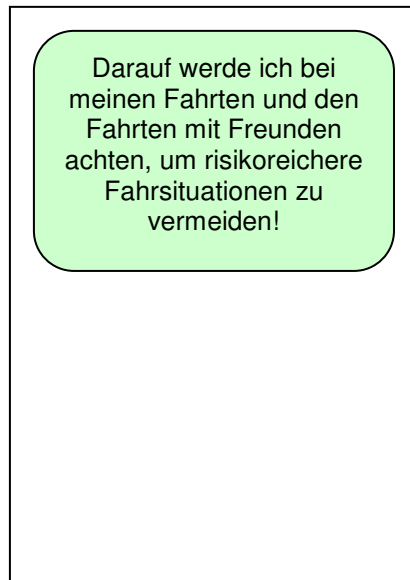
Zur Weiterführung des Gesprächs können folgende Leitfragen eine Hilfe sein, um über risikoerhöhende Faktoren ins Gespräch zu kommen:

- Welche Erwartungen haben Sie denn dabei an mich dabei?
- Was könnte Ihrer Meinung nach dazu führen, dass bei diesen Fahrten ein erhöhtes Risiko vorhanden sein könnte?
- Gäbe es Situationen bei diesen Fahrten, wo Sie annehmen, dass diese Fahrten ein höheres Risiko aufweisen als sonst?
- Gäbe es etwas, das Sie bei diesen Fahrten verleiten könnte, risikoerhöhender zu fahren, als sonst?
- Kennen Sie eventuell aus dem Freundeskreis ähnliche Fahrten, in denen Sie sich unwohl fühlten und warum?
- Haben Sie schon mal ähnliche Fahrten als Mitfahrer erlebt, bei denen Sie sich unwohl fühlten. Woran lag das?

Um den Aspekt der Selbstreflexion zu thematisieren könnten folgende Leitfragen eine Hilfe sein:

- Können Sie sich vorstellen, woran Sie es merken könnten, dass diese Fahrt risikoreicher sein könnte, als andere Fahrten?
- Haben Sie schon Fahrten erlebt, wo sie im Vorfeld das Gefühl hatten, dass Ihnen dabei nicht wohl sein wird. Woran lag das?
- Welche Möglichkeiten hätten Sie, sich im Vorfeld sicher zu sein, dass diese Fahrt ohne ein besonderes Risiko verlaufen wird?
- Worauf könnten Sie nach Ihrer Meinung achten, um nicht in eine risikoreichere Situation zu geraten?

Im Anschluss an das Gespräch könnte noch ein Selbstbeobachtungs- und Reflexionsbogen erstellt werden.



Darauf werde ich bei meinen Fahrten und den Fahrten mit Freunden achten, um risikoreichere Fahrsituationen zu vermeiden!

2.1.27. Abstandsverhalten im Auto

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Junge Fahranfänger geraten sehr häufig in die Situation, dass sie notwendige Sicherheitsabstände unterschreiten und dadurch zu sehr starken Bremsungen gezwungen werden.

Zwar haben Fahranfänger in der Fahrschule den richtigen Abstand kennen gelernt, jedoch fällt die Anwendung in der Praxis häufig sehr schwer. Die Gründe hierfür liegen im persönlichen Erleben von Abständen (man geht eher vom Gefühl aus und nicht von rationell vorhandenen Faktoren) und in der Beobachtung des Abstandsverhaltens anderer Fahrzeugführer. Insbesondere beim Abstandsverhalten wird eher mit dem „Bauch“ entschieden, als mit rationellen Hilfen.

Hinzu kommt noch der Umstand, dass es vielfältige Faktoren gibt, die dichtes Auffahren unterstützen. Dabei handelt es sich um Faktoren, wie Stress, Zeitdruck, Ärger, Lust, Spaß, Unbekümmertheit und vieles mehr. Dabei handelt es sich um Faktoren, die eher auf den oberen Ebenen der GDE-Matrix zu suchen sind. Dennoch geht es in diesem Szenarium erst einmal darum, Hilfestellungen für einen Abstandswahl und Abstandskontrolle zu erarbeiten und anzuwenden.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

- Der Fahrschüler soll sich über den notwendigen Abstand Gedanken machen;
- Der Fahrschüler soll sich überlegen und benennen, was ihn darin unterstützen könnte, den richtigen Abstand zu halten;
- Der Fahrschüler soll erfahren und erleben, ob sich die erarbeitete Unterstützung in praktischen Verkehrssituationen anwenden lässt;
- Der Fahrschüler soll in unterschiedlichen Situationen ein sicheres Abstandsverhalten erproben.

Ort des Szenarios

Im Fahrzeug

Hauptebene der GDE Matrix

Ebenen 2 (3 und 4)

Methode

Gespräch / Dialog / Training / Auswertung

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Zu Beginn versuchen Sie bitte mit ihrem Fahrschüler ein lockeres Gespräch über die Wahl des richtigen Abstandes zu führen. Dabei können folgende Leitfragen eine Hilfe sein:

- Der Gesetzgeber schreibt vor, dass man einen gewissen Abstand zum Vorfahrenden einhalten muss. Warum muss man denn einen gewissen Abstand nach vorne einhalten?
- Was fällt Dir ein, wenn Du über den Begriff Abstand nach vorne nachdenkst?
- Was würdest du sagen, wenn Du erklären solltest, wie Du den richtigen Sicherheitsabstand wählst?

- Was fallen Dir für Beobachtungen ein, wenn Du über den Abstand nach vorne nachdenkst?

Fragen Sie im Anschluss weiter und versuchen Sie Hilfestellungen dafür zu erarbeiten. Dabei könnten folgende Leitfragen eine Unterstützung sein:

- Wie könntest Du herausbekommen, welcher Abstand ausreichend ist?
- Was könnte Dich unterstützen, einen sicheren Abstand einzuschätzen?
- Was könnte Dich helfen, einen sicheren Abstand zu finden?
- Wie könntest Du überprüfen, dass Du einen sicheren Abstand gewählt hast?

Bitten Sie im Anschluss ihren Fahrschüler nun zu fahren und dabei den Abstand zu wählen, bei dem er sich richtig wohl fühlt. Lassen Sie Ihren Fahrschüler anhand folgender Frage begründen, warum er den Abstand so gewählt hat.

- Warum fühlst Du Dich wohl?

Nach dieser Frage müssen Sie jedoch entscheiden, in welche Richtung Sie weiter fragen werden, denn es kann auch sein, dass sich ein Fahrschüler wohl fühlt, obwohl der Mindestabstand nicht eingehalten wurde. Folgende Leitfragen könnten ein Gespräch weiter in Gang halten:

- Wann würdest Du Dich unwohl fühlen?
- Wie kannst Du überprüfen, dass Dein Abstand auch sicher ist?
- Wie kannst regelmäßig den Mindestabstand kontrollieren?
- Wie kannst Du es sicherstellen, dass Du immer den Abstand hast, bei dem Du Dich wohl fühlst?

Lassen Sie Ihren Fahrschüler in ganz vielen unterschiedlichen Situationen den Abstand auswählen. Fragen Sie häufiger danach, wie sich Ihr Fahrschüler auf einer Skala von 1 bis 10 dabei fühlt und lassen Sie ihn entsprechend weiter trainieren, solange er es noch möchte.

2.2. Szenarios im Unterrichtsraum

2.2.1. Auswirkungen eines Unfalls

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Das Ziel dieses Szenarios besteht darin, dass der Fahrschüler herausfinden soll, welche Auswirkungen ein Unfall auf ihn haben kann.

Ort des Szenarios

In der Gruppe im Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

Alle Ebenen

Kurzzusammenfassung der Übung

Die hauptsächlichen Gründe, warum die meisten Menschen fahren lernen wollen, können folgendermaßen kategorisiert werden: Wunsch, Notwendigkeit, Mobilität und Freiheit. Allerdings kann unangepasstes Verhalten zum genauen Gegenteil führen. Wenn man den Führerschein verliert oder einen schweren Unfall hat, werden die Freiheit und Mobilität eingeschränkt. Das Szenario zielt darauf ab, dass Bewusstsein über Auswirkungen von unangepasstem Fahren geschaffen wird.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Zu Beginn des Szenarios werden dem Fahrschüler einige einfache Fragen gestellt:

- Wie viele Brüder und Schwestern hast du?
- Was ist deine liebste Freizeitbeschäftigung?
- Warum möchtest du Fahren lernen?
- Wo möchtest du in 5 Jahren stehen?
- Was ist der Vorname deines besten Freundes?
- Mit wem lebst du zusammen?

Dann soll der Coach fragen, was mit einem Auto passiert, wenn es mit einem unbeweglichen Objekt, wie einen Baum kollidiert. Die Fragen sollen sehr einfach und praktisch sein, es geht dabei eher um Fakten und weniger um Emotionen. Der Coach soll auch klarstellen, dass er den Fahrschüler nicht verunsichern möchte, sondern sein Verständnis für die Konsequenzen eines möglichen Unfalls entwickeln. Der Fragenkatalog könnte folgendermaßen aussehen:

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Coachee)
Wenn ein Auto mit etwas wie einem Baum kollidiert, was würde dem Auto passieren?	Naja, es würde je nach Geschwindigkeit einigen Schaden anrichten.
OK, dann nehmen wir 50 kmh an.	Der Wagen würde beschädigt werden und die Airbags explodieren.
Welcher Teil des Autos würde beschädigt	Na, die Front.

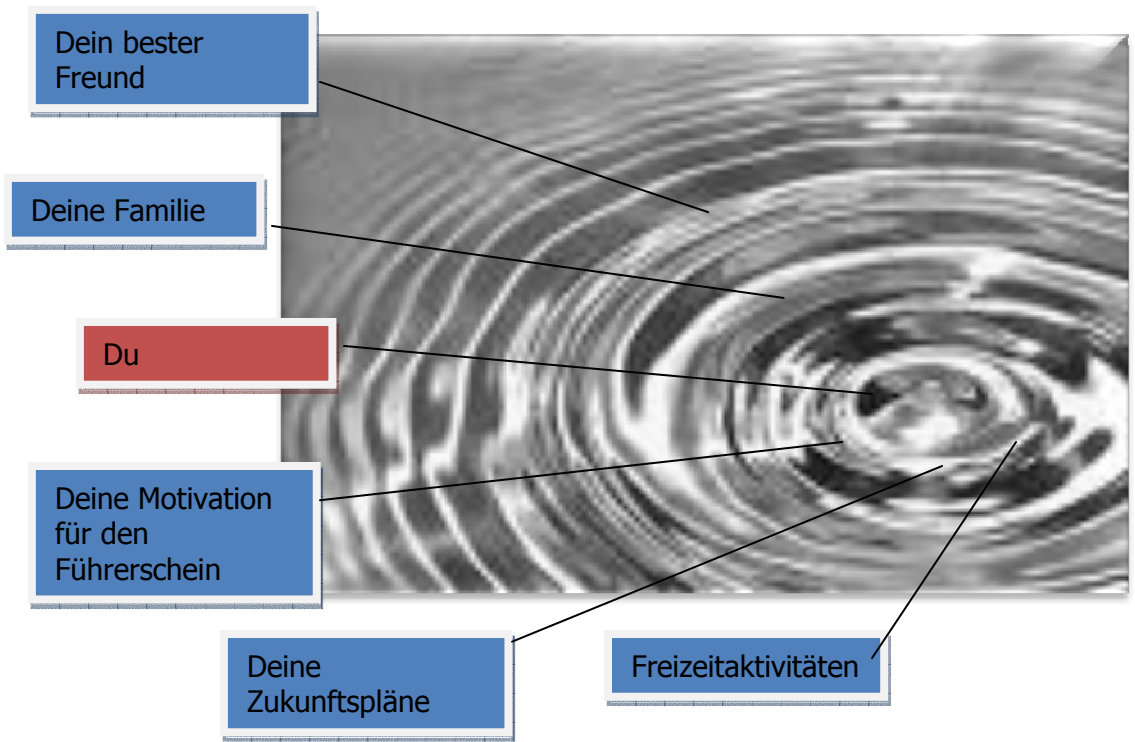
werden?	
Was ist in der Front des Autos?	Der Motor.
Wohin würde sich der bewegen?	Nach hinten.
Was ist hinter dem Motor?	Ich denke ich.
In welche Richtung würdest du dich bei dieser Kollision bewegen?	Vorwärts.
Welche Verletzungen würdest du in dieser Situation erleiden?	Gebrochene Beine?
Was noch?	Vielleicht der Rücken und der Kopf.
Und wie lange würden dich diese Verletzungen beeinträchtigen?	Naja,.....möglicherweise das ganze Leben.
OK, schauen wir nun, in welcher Weise eine schwere Verletzung nicht nur dich, sondern auch die Personen in deinem Umfeld beeinträchtigen kann.	

Nun kann der Coach eine Grafik verwenden, wie sie am Ende dieses Szenarios dargestellt ist. Es ist auch möglich, die Antworten der ersten Fragerunde in die Grafik einzufügen. Dadurch würde es besser visualisiert und personalisiert werden.

Der Coach soll nun anhand der Grafik mit dem Fahrschüler herausarbeiten, welchen Einfluss ein schwerer Unfall auf die Lebensbereiche der Grafik haben kann. Im speziellen soll herausgearbeitet werden, wie sich die involvierten Personen fühlen würden. Das Ziel dabei ist, dass der Fahrschüler erkennt, dass ein Unfall langfristige Auswirkungen nicht nur auf ihn, sondern auch auf andere Personen aus seinem Umfeld haben kann.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario sollte nur von hoch qualifizierten Coaches durchgeführt werden, da es einige schwierige Herausforderungen birgt. So könnte ein ängstlicher Fahrer noch weiter verängstigt und verunsichert werden. Jedoch erscheint dieses Szenario sehr gut für jemanden geeignet, der rücksichtslos ist. Der Coach muss immer bedenken, dass das Ziel nicht darin besteht, das Individuum zu verängstigen. Es geht nur darum, Denkanstöße über die Konsequenzen eines Unfalls zu geben.



2.2.2. Fahrziele

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll die Ziele des sicheren Fahrens und die Notwendigkeit diese zu entwickeln erkennen.

Sekundäre Ziele des Szenarios

In diesem Szenario wird der Fahrschüler angeregt, eine Reihe von Aspekten, die sich auf das primäre Fahrziel auswirken, zu identifizieren. Der Coach kann einige jener Themen entwickeln, die sich aus der Gruppendiskussion ergeben.

Ort des Szenarios

Dieses Szenario kann zwar in Einzelsettings bearbeitet werden, besser ist jedoch ein Gruppensetting in einem Unterrichtsraum.

Hauptebene der GDE-Matrix

Alle Ebenen

Kurzzusammenfassung der Übung

Der Fahrschüler soll die Komplexität des Fahrens und die Vielfalt der Einflussfaktoren auf den Fahrstil verstehen. Fahrschüler glauben, dass es beim Fahren lernen in erster Linie auf psychomotorische Fähigkeiten ankommt. Sie erkennen den erweiterten Zusammenhang nicht. Dies stellt für den Coach eine besondere Herausforderung dar, da die Fahrschüler noch kein Bewusstsein über die erweiterten Zusammenhänge entwickelt haben. Kurz gesagt, die Fahrschüler können noch nicht alle Ziele für das sichere Fahren erkennen.

In diesem Szenario soll herausgefunden werden, dass das sichere Ankommen am Fahrziel das primäre Ziel sein muss.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Anfangs wird der Gruppe die folgende Frage gestellt:

Was ist das wichtigste Ziel beim Fahren?

Die Gruppe soll in ca. 3 min diese Frage diskutieren und einige Antworten oder Statements herausfinden. Die Antworten sollen auf einem Flipchart notiert werden. Die Gruppe soll die einzelnen Antworten kommentieren. Sobald diese Übung abgeschlossen ist und die Gruppe damit einverstanden ist, dass hier ihre Sichtweise gut wiedergegeben wurde, soll der Coach ein vorbereitendes Statement vorlegen: „Das Hauptziel eines Fahrers besteht darin, dass er das Fahrziel ohne unnötigen Gefahren für sich und seine Passagiere und andere Verkehrsteilnehmer sicher erreicht.“

Nun soll dieses Statement in Relation zum Statement der Gruppe diskutiert werden. Idealerweise sollte der Coach dieses Statement auch abändern können (Am Besten, wenn er es mittels Computer und Beamer an die Wand projiziert). Der Prozess des Bearbeitens dieses Statements ist sehr wichtig. Dadurch entsteht eine bessere Identifikation der Gruppe mit dem finalen Statement. Daher sollte das vom Coach vorbereitete Statement auch nicht ganz perfekt sein.

Sobald das gemeinschaftlich bearbeitete Statement von der Gruppe abgesegnet ist, soll der Coach daran erinnern, dass jeder seine eigenen Ziele genannt hatte.

Jetzt soll die Gruppe herausarbeiten, wie sie ihre eigenen Ziele am Besten erreichen können. Der Coach soll hierbei mit Beispielen helfen. Er kann beispielsweise erklären, was eine Einstellung ist. Nun kann die Gruppe eine Liste ihrer eigenen Einstellungen erstellen.

Die Teilnehmer sollen nun feststellen, welche Gebiete sie erwarten, dass in der Fahrausbildung vollständig behandelt werden. Diese sollen der Reihe nach abgehakt werden. Der Coach sollte nun fragen, welche Strategien hilfreich wären, um mehr über jene Bereiche herauszufinden, die nicht abgedeckt wurden. Diese Strategien wären z.B.: den Fahrlehrer fragen, im Internet oder Büchern recherchieren etc.

Es ist wichtig, dass der Coach die Teilnehmer ermutigt, Selbstverantwortung für Ihre Lernziele zu übernehmen. Es wäre nützlich, wenn der Coach jedem Fahrschüler eine Kopie der Statements über Fahrziele und eine Kopie bezüglich dessen, was sie zu lernen haben, übergibt.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario sollte höchstens 15 min dauern. Es geht dabei primär um Bewusstseinsbildung und weniger um konkrete Lösungen. Das ist ein wesentlicher Bestandteil vom Coaching. Den Teilnehmern soll zuerst die Möglichkeit zum Identifizieren und dann zum Reflektieren gegeben werden. Wenn diese Möglichkeit nicht gegeben wird, ist es sehr unwahrscheinlich, dass die Teilnehmer sich für ihr eigenes Lernen voll verantwortlich fühlen.

Falls ausreichend Zeit zur Verfügung steht, kann dieses Szenario auch mit anderen Themen ausgeweitet werden.

2.2.3. Einfluss des Auto Fahrens auf die Umwelt

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Es soll ein vertieftes Verständnis für die Einflüsse des Auto Fahrens auf die Umwelt geschaffen werden.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Mehr umweltbewusster Umgang bei der Wahl des Verkehrsmittels, wodurch auch das Fahrenfängerrisiko reduziert werden kann.

Ort des Szenarios

Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

Levels 1, 2 and 3.

Kurzzusammenfassung der Übung

In diesem Szenario soll das Bewusstsein für die Auswirkungen des Auto Fahrens auf die Umwelt entwickelt werden. Diese Einflüsse sind viel weiter gehend als junge Menschen oft glauben.

- Luftverschmutzung
- Wasser Verschmutzung
- Sekundärschäden
- Angst
- Lärm
- Erschütterungen
- Abfall
- Landschaftsverbrauch

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Die Gruppe wird in drei Subgruppen unterteilt und jeder Subgruppe wird eine Diskussionsaufgabe anhand der folgenden Fragen erteilt.

- Was sind die Einflüsse der Autos auf die Luft, das Land und das Wasser?
- Haben bestimmte Aktivitäten durch die Erfindung des Autos abgenommen – wenn ja welche und warum?
- Wie werden Fahrzeugteile entsorgt?

Dieser Teil sollte nicht länger als fünf Minuten dauern, da die Gruppe meist nur Überbegriffe findet. Der Coach soll jede Subgruppe um deren Ergebnisse fragen und diese am Flipchart notieren. Nun soll der coach eine Diskussion der Einzelergebnisse mit der gesamten Gruppe initiieren.

Thema Eins

Die Ergebnisse der Subgruppe 1 werden wahrscheinlich mit der globalen Erwärmung und mit Luftverschmutzung zu tun haben. Der Coach soll nun mittels Fragen diese Aspekte folgendermaßen erweitern:

Coach Fragen	Coachee Antworten
Was passiert mit deinen Reifen beim Fahren?	Sie werden abgenützt
Wohin verschwindet der Abrieb des Gummis und der Chemikalien?	Auf die Straße.
Wodurch werden die Straßen gereinigt?	Durch den Regen
Also gibt es einen Zusammenhang zwischen der Straße und dem Wassersystem	Ja, ich glaube schon.
Wie wird das Land in Mitleidenschaft gezogen?	Na ja, der Straßenabrieb gelang in die umliegende Erde.

Als Schlussfolgerung soll herausgearbeitet werden, dass der Straßenverkehr auch das gesamte Ökosystem negative beeinflusst.

Thema Zwei

In dieser Gruppe ist es wichtig, dass alle Vor- und Nachteile des Autos und dessen Auswirkungen auf die Gesellschaft beleuchtet werden. Der Coach soll eine Gruppendiskussion zu folgenden Themen anregen:

- Radfahren?
- Gehen?
- Umfahrungsstraßen?
- Öffentliche Verkehrsmittel?
- Meinungen der Bevölkerung zum öffentlichen Verkehr?
- Fährt man aus Angst vor dem Verkehr weniger mit dem Rad und geht weniger zu Fuß?
- Was führt zu dieser Angst (Lärm/Erschütterungen)?
- Platzbedarf für den Verkehr?

Thema Drei

In diesem Bereich geht es um die Schwierigkeiten bei der Entsorgung von Autos und Autoteilen. Die Gruppe wird wahrscheinlich wissen, dass die Fahrzeuge abgewrackt werden. Jedoch werden ihnen die Schwierigkeiten im Detail nicht bewusst sein. Der Coach soll mittels gezielter Fragen das diesbezügliche Bewusstsein vertiefen:

- Was ist in einer Batterie?
- Wie wird das entsorgt?
- Wie werden die Reifen entsorgt?
- Was passiert mit dem Motoröl?
- Was verstehen wir unter dem CO₂ – Fußabdruck eines Fahrzeugs (d.h., sämtliche Schadstoffausstöße von der Produktion bis zur Entsorgung).

Environmental Impacts of Vehicle Use



22

Schlussendlich soll herausgearbeitet werden, wie man die identifizierten Probleme reduzieren kann. Jetzt soll die Gruppe abermals in drei Untergruppen unterteilt werden und es sollen entsprechende Problemlösungsstrategien diskutiert werden. Diese Diskussionen sollen jeweils ca. 5 Minuten dauern.

Dann sollen die Sub-Gruppen nach ihren Arbeitsergebnissen befragt und diese am Flip-Chart notiert werden. Nun soll jeder Teilnehmer eine dieser Problemlösungsstrategien, die er persönlich umsetzen kann, auf einem Kärtchen notieren. Diese vorbereitete Karte soll folgendermaßen aussehen:

Ich verspreche meine Kraftfahrzeugverwendung folgendermaßen zu reduzieren:
_____ (ausgewählte Methode einfügen).

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann in jedem Gruppensetting verwendet werden. Der Coach muss nicht nur über hoch qualifizierte Coaching-Fähigkeiten verfügen, sondern er muss auch ausreichendes Fachwissen in diesem Bereich aufweisen. Ein ähnliches Seminar von Kirklees Metropolitan Councils Environmental Driver Training Course wurde evaluiert. Die Ergebnisse (Edwards 2006 unpublished) zeigten eine signifikante ($p < .05$) Verbesserung bei den Teilnehmern in Bezug auf deren umweltbewusste Einstellungen zum Thema Fahrzeugverwendung und Umweltschutz.

2.2.4. Routenplanung

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

In diesem Szenario soll ein Bewusstsein und ein Verständnis für folgende Bereiche gefördert werden:

- Einflussfaktoren, die die Unfallwahrscheinlichkeit erhöhen;
- Wie die Fahrteinflüsse das Unfallrisiko erhöhen oder reduzieren können;
- In welcher Weise Persönlichkeitsfaktoren des Fahrers das Unfallrisiko erhöhen oder reduzieren können;
- In welcher Weise die höheren Ebenen der GDE-Matrix die niedrigeren beeinflussen können.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Der Coach kann die Besprechung von der allgemeinen auf die individuelle Ebene der Risikofaktoren erweitern. In der Diskussion soll die Gruppe angeregt werden, eine möglichst große Anzahl von möglichen Bewältigungsstrategien für jeden Einflussfaktor zu finden.

Ort des Szenarios

Unterrichtsraum oder im Auto

Hauptebene der GDE-Matrix

Alle Ebenen

Kurzzusammenfassung der Übung

Im Konzept der Fahrausbildung in England werden zur Routenplanung nur die beiden unteren Ebenen der GDE-Matrix einbezogen. Dadurch werden aber wichtige Aspekte bei diesem Thema übersehen. Diese wichtigen Aspekte beziehen sich auf die beiden höheren Ebenen der GDE-Matrix: Lebensziele und Lebensfähigkeiten sowie Einflüsse von der jeweiligen Fahrt. Dieses Szenario wurde ursprünglich für das Kirklees Metropolitan Council's Enhanced Pass Plus Scheme entwickelt. Beachten Sie auch folgenden link:

<http://www.dft.gov.uk/pgr/roadsafety/research/behavioural/fifteenthseninar/fifteenthseninar.pdf>. Unter dieser Webadresse findet man auch Evaluationsergebnisse des Enhanced Pass Plus Scheme (Edwards, I. (2005) Behavioural Research Seminar in Road Safety., pp.184-201) .

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario ist für die Anwendung in einem Gruppensetting mit ca. 20 Teilnehmern gedacht, wobei aber auch eine Anwendung im Auto möglich ist. Es ist für jene Fahrer gedacht, die kurz vor der Fahrprüfung stehen. In diesem Szenario wird der Gruppe eine einfache Aufgabe in Verbindung mit den Risiken bei der Routenplanung gestellt.

Die Gruppe wird in 3 oder 4 Sub-Gruppen unterteilt, abhängig von der Anzahl der Teilnehmer. Idealerweise sollte eine Sub-Gruppe nicht mehr als 5 Teilnehmer aufweisen. Die Sub-Gruppen sollen angeregt werden, die möglichen Risiken der folgenden Fahrt zu besprechen:

Es ist ein November-Abend, du und drei deiner Freunde wurden zu einer Party eingeladen. Der Ort der Party ist ca. 1 ½ Std. mit dem Auto entfernt. Du bist der Fahrer und ihr alle habt vor, nach der Party nach Hause zu fahren. Du musst auf unterschiedlichen Straßenarten fahren. Ihr habt vereinbart, dass ihr euch vorher in einer Bar trefft und dann zur Party fahrt.

Die Sub-Gruppen sollen die Risiken, welche in 4 Themen-Bereiche aufgeteilt werden, beschreiben:

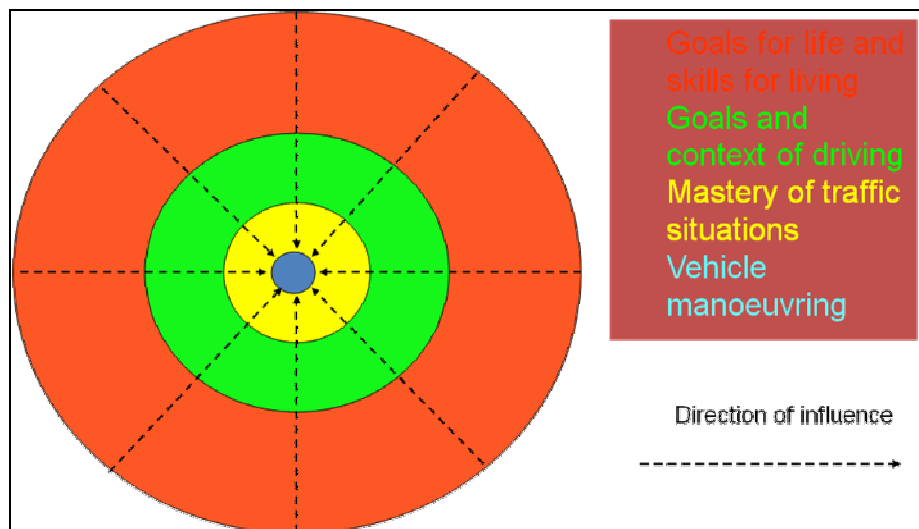
- Persönlichkeit
- Rahmenbedingungen der Fahrt
- Bedingungen des Straßenraums
- Fahrzeugbedienung.

Diese Überschriften wurden gewählt, weil sie vom Laien leichter verstanden werden als die offiziellen Begriffe der GDE-Matrix. Nachdem die Sub-Gruppen ihre Diskussion beendet haben, soll der Coach die wichtigsten Ergebnisse auf einem Flip-Chart notieren, wobei er die Zuordnung zu den Überschriften beachtet. Dann sollen die Sub-Gruppen darüber diskutieren (siehe Anhang A).

Nachdem alle Bereiche auf dem Flip-Chart bearbeitet wurden, soll der Coach folgende Fragen stellen:

- Was hat uns diese Übung gezeigt?
- Wo wurden die meisten Antworten platziert?
- In welcher Weise beeinflussen die Themen auf den höheren Ebenen die Themen auf den niedrigeren Ebenen?

Eine Kopie des folgenden Diagramms wäre nützlich, um die Diskussion anzuregen (allerdings müsste die Bewilligung von a2om eingeholt werden).



(Edwards I., Curle T., Dorn L., Mankazana N. and Green A. 2006: Based on the GDE (2002) Hatakka et al.)

Der Coach sollte die Gruppe anregen, dass wichtigste Lernergebnis folgendermaßen zusammenzufassen:

Jene Faktoren, die die Unfallwahrscheinlichkeit erhöhen beziehen sich nicht nur auf die Fahrzeugbedienung und dem Straßenraum. Vielmehr stehen sie im Zusammenhang mit den Fahrtumständen und den Persönlichkeitseigenschaften des Fahrers.

Dieses Szenario könnte auch vertieft werden, in dem persönliche Risikofaktoren der Gruppen-Teilnehmer analysiert werden. Die Teilnehmer sollen auch angeregt werden, mögliche Lösungsstrategien herauszufinden.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann leicht angewendet werden, da es nur weniger Voraussetzungen bedarf. Es ist flexibel, da es sowohl im Auto als auch im Unterrichtsraum mit einer Gruppe durchgeführt werden kann. Jedoch muss der Coach in Bezug auf das Verständnis der GDE-Matrix und auf Coaching-Methoden hoch qualifiziert sein.

Anhang A – Mögliche Themen, die von den Sub-Gruppen erarbeitet werden

Persönlichkeit:

- Risikofreudigkeit
- Neigung zu Drogenmissbrauch
- Schnelfahren
- Müdigkeit
- Alkohol
- Gruppendruck
- Orientierung
- Stress

Fahrtumstände:

- Müdigkeit
- Alkohol
- Gruppendruck
- Orientierung
- Schnelfahren
- Handy
- Wettrennen
- Angeben

Straßenraum:

- Straßenzustand
- Ampelschaltungen
- Straßenarten

Fahrzeugbedienung:

- Schleudern/Abkommen von der Fahrbahn
- Fahrzeugwartung

2.2.5. Lernen aus Erfahrung

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards (basierend auf einem Modell, wie es in England im National Driver Improvement Scheme verwendet wird)

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Die Lernziele dieses Szenarios bestehen darin, dass ein besseres Bewusstsein und Verständnis für folgende Bereiche gefördert wird:

- Wie kann Erfahrungslernen gefördert werden
- Hinweisreize zur Selbsteinschätzung;
- Einfaches Selbsteinschätzungs-Schema.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Eine Erweiterung dieses Zuganges ist dadurch möglich, indem der Coach auch auf persönliche Prädispositionen des Fahrschülers und deren Verhaltensrelevanz zurückgreift. Es ist auch möglich das Verständnis für Unfallursachen zu fördern. Fahranfängerunfälle sind in erster Linie Alleinunfälle, die das Resultat von vernetzten Faktoren sind.

Ort des Szenarios

Im Unterrichtsraum oder im Autor

Hauptebene der GDE-Matrix

Rechte Spalte auf allen Ebenen, jedoch primär 1 und 2

Kurzzusammenfassung der Übung

Der hier dargestellte Zugang kann auf verschiedene Weise angewendet werden, um das Verständnis für die Bedeutung der Selbsteinschätzung zu fördern. Es wird dadurch erreicht, dass der Gecoachte einen Unfall analysiert. In diesem Szenario werden einige Teilnehmer einbezogen. Der Gecoachte soll sich selbst auf einer Skala von 1 bis 5 hinsichtlich Verantwortungsbereitschaft und defensives Fahren einschätzen. Ersteres bezieht sich darauf, wie Verantwortungsbewusst ein Teilnehmer ist und Zweiteres darauf, was ein Teilnehmer alles unternimmt, um einen Unfall zu vermeiden.

Dieses Szenario wird im Englischen National Driver Improvement Scheme (NDIS) häufig verwendet. Die Teilnahme erfolgt anstelle einer Bestrafung von Verkehrsdelikten. Eine Evaluation des NDIS durch Edwards (Dorn (Ed) 2005) im Auftrag des Kirklees Metropolitan Council eines ähnlichen Ansatzes ergab, dass sich die Teilnehmer danach mehr verantwortlich für ihren Fehlen fühlten ($p < .005$, direkt nach dem Kurs).

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Der Film-Clip auf <http://www.youtube.com/watch?v=A743g1AAjEk> zeigt eine einfache Fahrszene mit einem links abbiege Manöver. Der Wagen, in dem die Szenenkamera montiert ist, biegt links ein und ist von einem anderen Auto auf seinem Fahrstreifen überrascht, der gerade einem parkenden Fahrzeug ausweicht.

Der Teilnehmer soll nun das Verhalten von alle drei involvierten Fahrzeuge bewerten:

Item	Kamera Auto	Entgegenkommender	Im Kreuzungsbereich parkendes Auto
Zu wie viel Prozent			

ist dieser Wagen für einen Unfall verantwortlich?			
Zu wie viel Prozent könnte dieser Wagen den Unfall verhindern?			

Der Coach soll den Fahrschüler die Rolle jedes Fahrzeuges der Reihe nach fragen, wie viel Verantwortung hat welcher Fahrer zu tragen gehabt? Was hätte welcher Fahrer zusätzlich machen können, um diese Situation zu verhindern?

Wenn diese Übung in einer Gruppe durchgeführt werden soll, sollte man nach einer Diskussion zu einer einheitlichen Gruppenmeinung gelangen.

Die Schüler sollen nun Prozentränge für jedes Fahrzeug vergeben und ihre Entscheidung begründen. Der Coach sollte natürlich die Meinungsbildung nicht beeinflussen, außer es werden essentielle Aspekte falsch oder gar nicht behandelt.

Nachdem alle Prozentsätze vergeben wurden, soll der Coach zur Diskussion darüber anregen, was diese Übung gezeigt hat.

- Wenn sich nur einer der Fahrer anders verhalten hätte, wäre es nicht zu dieser Situation gekommen;
- Alle Fahrer hätten sich anders verhalten können,
- Alle Fahrer trugen Verantwortung für diese Situation;
- Durch die Analyse dieser Situation war es möglich, einige Lernschritte zu identifizieren.

Nun sollen die Teilnehmer vom Coach befragt werden, in welcher Weise sie diese Technik anwenden können, um ihren eigenen Fahrstil zu überprüfen. Der Coach soll die Teilnehmer anregen, dass sie einige Schlüssel-Hinweise herausfinden, z.B.:

- wenn es zu einem Beinaheunfall kommt;
- wenn sie von einem anderen Fahrzeug überrascht werden ;
- wenn sie plötzlich bremsen oder ausweichen müssen.

Anwendung in der Fahrausbildung

Diese Übung kann auf verschiedene Weise durchgeführt werden:

In Gruppen, im Einzelsetting, mit Szenarios und wenn sich eine Gelegenheit ergibt auch in der Fahrstunde.

Es ist auch möglich, die Frage nach der Unfallvermeidung und der Verantwortlichkeit weiter zu fördern. Wenn z.B. einer der beteiligten Fahrer meint, dass er zu schnell gefahren ist, kann das Gespräch vertieft werden:

- Unter welchen Umständen fährt man zu schnell?
- Wodurch wird man verleitet zu schnell zu fahren?
- Wodurch kannst du vermeiden, dass du verleitet wirst zu schnell zu fahren?

Dieser Ansatz zur Selbstbewertung harmoniert gut mit Coaching. Zwei wesentliche Konstrukte werden beim Coaching grundsätzlich verwendet, nämlich Selbstverantwortung und Selbstwahrnehmung. Durch diesen Zugang werden beide dieser Konstrukte gefördert.

Referenzen

Edwards, I. (2005), Analysis of the National Driver Improvement Scheme by Referral Type, in Dorn, L (ed), *Driver Behaviour and Training Volume 2*: Ashgate: UK pp.19-33

Hatakka M, Keskinen E, Gregersen NP, *et al.* Theories and Aims of Education and Training Measures. In: *Driver Training, Testing and Licensing—towards theory-based management of young drivers' injury risk in road traffic*. Results of EU-Project GADGET, Work Package 3. In: Siegrist S, ed. Bfu –Report 40 1999

2.2.6. Alkohol-Auswirkungen auf das Fahrkönnen

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Die Teilnehmer sollen den Einfluss von Alkohol auf das Fahrkönnen verstehen.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Dieses Szenario kann auch auf Drogen ausgeweitet werden.

Ort des Szenarios

In der Gruppe im Unterrichtsraum, aber auch im Auto.

Hauptebene der GDE-Matrix

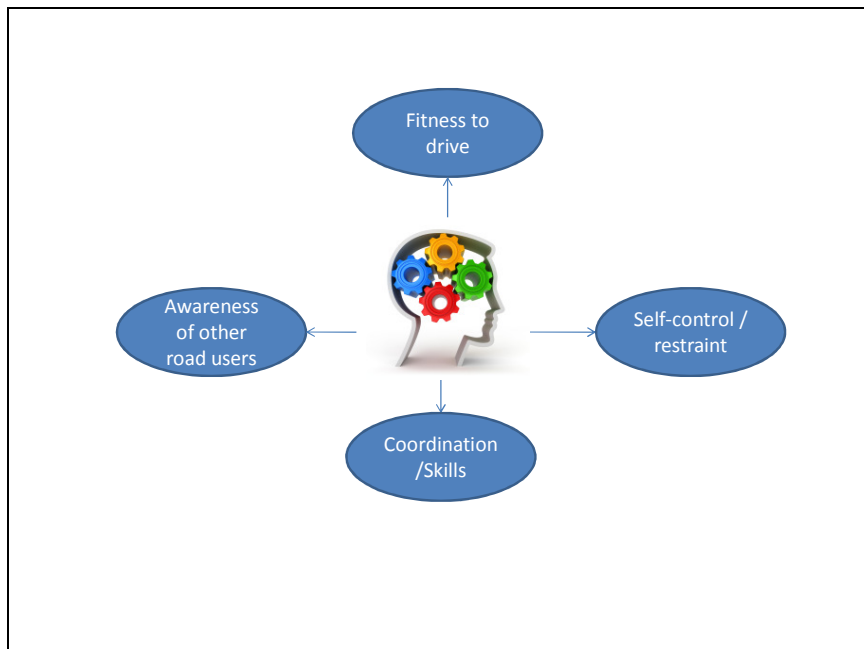
Alle Ebenen

Kurzzusammenfassung der Übung

Das Ziel dieses Szenarios ist, dass die Teilnehmer dazu angeregt werden, sich Gedanken über den Einfluss des Alkohols auf die Verkehrssicherheit machen.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Zuerst soll die Gruppe die wichtigsten Fähigkeiten zum sicheren Autofahren beschreiben. Die Antworten werden dann unter den folgenden 4 Überschriften zusammengefasst (Fahrtüchtigkeit, Selbstkontrolle, Koordination, Wahrnehmung anderer Verkehrsteilnehmer):



Jetzt soll die Gruppe alle Auswirkungen von Alkohol aufzählen und diese unter denselben Überschriften subsumieren. Auf diese Weise kann die Gruppe direkt sehen, wie sich Alkohol auf die wichtigsten Fähigkeiten beim Autofahren auswirkt.

Der Coach sollte einige ähnliche Themen einbringen.

- Welchen Effekt Alkohol auf das Selbstvertrauen hat? Folgendes Video könnte verwendet werden, um eine Diskussion zu starten:
<http://www.youtube.com/watch?v=cgwwmNZZ74>
- Welches ist eine sichere Trinkmenge? Die Antwort ist selbstverständlich „kein Alkohol“. Aber der Coach muss diese Konversation vorsichtig führen, um sicherzustellen, dass die Gruppe von sich aus zu diesen Schlussfolgerungen kommen kann.
- Ab wann kann man nach dem Beenden des Alkoholkonsums wieder sicher fahren? Dies ist möglicherweise eine noch problematischere Fragestellung und der Coach benötigt eine ganze Reihe von Fragen, damit die Gruppe zu dem richtigen Schluss kommen kann, dass eine korrekte Antwort hier nahezu unmöglich ist.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann leicht im Auto in Form eines Einzelsettings oder auch in einer Gruppendiskussion durchgeführt werden. Wahrscheinlich eignet sich dieses Szenario am besten, wenn der Fahrer in seiner Fahrausbildung schon sehr weit fortgeschritten ist.

2.2.7. Die Bedeutung der Fahrzeugwartung

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards und Dave Parkin

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Folgende Ziele werden angestrebt:

- Förderung des Verständnisses für die Wichtigkeit der Fahrzeugwartung;
- Mögliche Gründe identifizieren, warum man sein Fahrzeug nicht ausreichend wartet;
- Entwicklung von Lösungsstrategien, sodass man angeregt wird, sein Auto entsprechend zu warten.

Ort des Szenarios

Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

Alle Ebenen

Kurzzusammenfassung der Übung

Dieses Szenario zielt darauf ab, dass sich der Fahrer über die Bedeutung der richtigen Fahrzeugwartung bewusst wird. Viele junge Fahrer beziehen die Fahrzeugwartung möglicherweise nur auf die Leistungsfähigkeit des Autos. Aber es gibt auch andere Aspekte, die bedacht werden müssen:

- Sicherheit
- Abgase
- Zunahme der laufenden Kosten
- Verlässlichkeit

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Die Gruppe wird in 3 Sub-Gruppen unterteilt und begibt sich zu jeweils 1 Flipchart, welches sich in den Ecken des Raumes befindet. Auf jedem Flipchart steht eine Frage:

1. *Was ist für die Motorleistung des Autos wichtig?*
2. *Nennen Sie zwei der wichtigsten Sicherheitssysteme im Auto und erklären Sie, warum diese wichtig sind.*
3. *Was hindert uns daran, unser Auto entsprechend zu warten?*

Jede Gruppe arbeitet ein Flip-Chart nach dem anderen durch und führt Ergänzungen durch. Danach folgt eine Diskussion darüber.

Die folgenden Fragen sollten vom Coach gestellt werden, um die Diskussion in Gang zu bringen:

- Wer ist ihrer Meinung nach für die Fahrzeugwartung verantwortlich?
- Welche Gefahren entstehen durch eine schlechte Zuverlässigkeit des Fahrzeuges?
- In welcher Weise wird der Abgasausstoß aufgrund von schlechter Fahrzeugwartung erhöht?
- Welche Auswirkung hat eine schlechte Fahrzeugwartung auf die Kosten?
- In welcher Weise kann sich eine schlechte Fahrzeugwartung auf Sie selbst und auf andere Verkehrsteilnehmer auswirken?

Der Coach sollte das Flip-Chart Nr. 3 als letztes bearbeiten. Die am meisten genannten Ausreden für eine gute Fahrzeugwartung beziehen sich auf die damit verbundenen Kosten. Daher muss nun der Coach mit gezielten Fragen diese Ausreden bearbeiten. Diesbezügliche Lösungsstrategien sollen nun am Flip-Chart aufgelistet werden. Gegen Ende der Stunde soll jeder einzeln zum Flip-Chart gehen und die für ihn wichtigsten Ausreden und Lösungsstrategien anzeichnen.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist einfach und kann gut im Unterrichtsraum angewendet werden. Es sollte nicht länger als 20 Minuten dauern. Man benötigt hierzu nicht sehr viel fahrzeugtechnisches Wissen und daher kann es in der Fahrausbildung verwendet werden.

2.2.8. Nachtfahrten

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards und Dave Parkin

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Die Ziele dieses Szenarios sind:

- Verständnis für die Schwierigkeiten beim Fahren in der Nacht zu fördern.
- Entwicklung von Lösungsstrategien, um sicheres Fahren in der Nacht zu erreichen.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Verständnis für die Zusammenhänge, in welchen Nachtfahrten stattfinden.

Ort des Szenarios

Unterrichtsraum jedoch auch im Auto möglich

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 1 bis 3

Kurzzusammenfassung der Übung

Es wird ein Verständnis für die Gefahren des Nachfahrens entwickelt. Dies inkludiert folgende Aspekte.

- Art der Fahrten, die meistens in der Nacht stattfinden
- Typische Ablenkung bei diesen Fahrten
- Müdigkeit
- Sichteinschränkungen je nach Geschwindigkeit

Dieses Szenario dauert ca. 30 Minuten.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Zu Beginn soll sich die Gruppe eine etwa einstündige Fahrt in einen benachbarten Ort vorstellen. Diese Fahrt soll während der Morgenstunden, wenn es noch dunkel ist, stattfinden. Die Teilnehmer sollen alle Bedingungen, die für die Fahrt wichtig sind, auflisten. Diese Punkte werden am Flip-Chart notiert. Erwartungsgemäß werden folgende Punkte genannt:

Risiken	Bewältigungsstrategien
Müdigkeit	Kaffee trinken
Dunkelheit	Windschutzscheibe putzen
Dunkelheit	Scheinwerfer überprüfen und reinigen
Straßenzustand (Tau, Eis)	Reifen überprüfen
Schlechte Sicht	Langsamer Fahren
Müdigkeit	Radio einschalten
Müdigkeit	Fenster öffnen
Gruppendruck	Andere Mitfahrer aussuchen
Alkohol	Nicht trinken
Andere Fahrer	Aufmerksamkeit

Jedes Risiko sollte durch die Gruppe diskutiert werden, wobei der Coach zu einer detaillierten Betrachtung sowohl der Risiken als auch der Vorteile der Bewältigungsstrategien anregen soll. Weiters soll der Coach die Gruppe dazu anleiten, dass sie typische Fehlkonzepte identifizieren soll, z.B.:

- Mit dem Radio kann man die Müdigkeit vertreiben.
- Das Öffnen des Fensters vertreibt die Müdigkeit.

Dort wo es notwendig ist, soll der Coach die Gruppe dazu anregen, alternative Strategien zu entwickeln. In Bezug auf Müdigkeit soll das Einlegen von Pausen als wichtigste Strategie herausgearbeitet werden, falls möglich, sollte man sogar kurz schlafen.

Sobald die Gruppe ihre Diskussion beendet hat, sollte der Coach die Teilnehmer zu einer Zusammenfassung anregen. Die nunmehrige Liste könnte folgendermaßen aussehen:

- Deine Geschwindigkeit hängt von der Sichtweite ab.
- Andere Fahrer könnten auch durch Müdigkeit, Alkohol oder Drogen, beeinträchtigt sein.
- Die Fahrbahnverhältnisse können sich in der Nacht rasch verändern und es ist schwieriger sie zu sehen.
- Die gute Fahrzeugwartung ist sehr wichtig (Beleuchtung, Spiegeln, Windschutzscheibe....)
- Müdigkeit ist eine große Gefahr, welche nur mittels Ausruhen reduziert werden kann.
- Man darf bei der Fahrt nicht beeinträchtigt sein.
- Man sollte sich den Gruppendruck bewusst machen und daher weniger Mitfahrer mitnehmen bzw. nur solche Leute, die einen positiv beeinflussen können.

Sobald diese Liste fertig gestellt ist, sollte jeder Teilnehmer zwei für ihn typische Risiken samt Bewältigungsstrategien herausgreifen und erläutern, wie er diese in der Zukunft umsetzen kann. Dieser Teil kann aus einer bloßen Wiederholung bestehen oder es werden persönliche Variationen entwickelt.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario könnte angewendet werden, um die Vielzahl der Probleme beim Fahren in der Nacht zu beleuchten. Es könnte auch im Rahmen einer zweiten Ausbildungsphase nach der bestandenen Fahrprüfung eingesetzt werden.

2.2.9. Ich und die anderen – wie wir unser eigenes Verhalten und das der anderen interpretieren

Coaching Szenario entwickelt von Antero Lammi

Ausgangssituation

Wir neigen dazu, menschliches Verhalten eher durch internale als durch externale Faktoren zu erklären. Externale Ursachen beziehen sich auf bestimmte Situationen; internale auf Motive, Emotionen usw. Dies ist als der fundamentale „Attributions-Fehler“ bekannt. Die Häufigkeit dieses Fehlers ist durch situative Faktoren beeinflusst, z.B. wie viel Information ist zu einem bestimmten Zeitpunkt verfügbar. Wenn nur wenig Information verfügbar ist, wird eher internal attribuiert.

Im Straßenverkehr sind die Attributionen sichtbar, sobald die Personen z.B. ihre eigenen Fehler durch externale Ursachen rechtfertigen (die Situation war zu schwierig, die Sicht war zu schlecht, die Straße war eisig.....). Hingegen werden für die Fehler anderer eher internale Ursachen gesucht (der andere war sorglos, er hat sich falsch verhalten....). Im Straßenverkehr sind wir uns immer den Ursachen für unser eigenes Verhalten und der situativen Faktoren, welche unser Verhalten beeinflussen, bewusst. Jedoch beziehen wir Informationen über das Verhalten anderer und deren situativer Einflussfaktoren nur durch Beobachtung. Aus diesem Grund sind Attributions-Fehler häufig.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Bewusstsein schaffen:

- Die Teilnehmer werden sich über ihre eigenen Interpretations-Prozesse in Bezug auf ihr eigenes Verhalten als auch auf das Verhalten anderer bewusst.
- Die Teilnehmer erkennen, dass ihr eigenes Verhalten und das Verhalten anderer auf unterschiedliche Weise im Straßenverkehr interpretiert wird. Wenn jemand anderer eine Fehler macht, können die Ursachen leicht abgeleitet werden und häufig mit der Person selbst in Verbindung gebracht werden. Wenn man selbst einen Fehler macht, wird dieser jedoch häufiger durch äußere Faktoren erklärt.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Bewusstsein schaffen:

- Die Teilnehmer lernen, dass ihre Wahrnehmungsprozesse nicht objektiv, sondern möglicherweise verzerrt sind.
- Die Teilnehmer lernen, dass jeder im Straßenverkehr Fehler machen kann und dass die Ursachen für diese Fehler einfach menschlich sind.
- Die Teilnehmer lernen, dass Boshaftigkeit nur selten eine Ursache für das Fehlverhalten von anderen Menschen ist, andere Ursachen sind viel häufiger.

Ort des Szenarios

Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 2 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

In dieser Übung lernt man mit den Interpretationen des eigenen Verhaltens und des Verhaltens anderer umzugehen. Zuerst sollen die Teilnehmer über diese Themen einzeln und

dann in einer Gruppen-Diskussion reflektieren. Das Ziel ist dabei, dass die Teilnehmer erkennen, dass ihr eigenes Verhalten und das Verhalten anderer auf unterschiedliche Arten interpretiert werden und dass diese Interpretationen einen Einfluss auf das Verkehrsverhalten haben. In der Zukunft können die Teilnehmer einen objektiveren Zugang zu ihren eigenen Interpretationen in Bezug auf das Verhalten anderer anwenden.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Zunächst sollen die Teilnehmer gefragt werden, was alles eine Auswirkung auf das Verkehrsverhalten haben kann. Hier soll nur eine kurze Diskussion stattfinden. Es können zahlreiche Einflussfaktoren in dieser Diskussion angeschnitten werden: Alter, Geschlecht, Zweck der Fahrt, geistiger Zustand, Motive, Einstellungen, eigene Erwartungen und Interpretationen der Erfahrungen sowie der emotionale Zustand und vieles andere.

Nun wird ein beispielhaftes Szenario genauer betrachtet. Es handelt sich um eine Alltagssituation im Straßenverkehr, wo jemand versucht einen Unfall zu vermeiden. Wenn es dennoch zu diesem Unfall kommen würde, wären mehrere Personen schwer verletzt. Die Teilnehmer sollen zuerst einzeln und dann in der Gruppe diese Aufgabe reflektieren.

Den Teilnehmern wird ein Text ausgehändigt. Die Teilnehmer sollen die Einleitung über diese Situation lesen und ihre eigenen Gedanken dazu festhalten:

1. Text:

„Du fährst Samstagabend mit zwei Freunden durch die Stadt. Ihr fahrt zum Kino und sucht einen Parkplatz. In der Mitte auf einer Lichtzeichen geregelten Kreuzung schneidet euch ein anderes Auto, in welchem junge Leute sitzen, und es kommt beinahe zu einem seitlichen Unfall. Danach fühlst Du Dich betroffen, denn diese Situation hätte zu einem schweren Unfall führen können. Es sieht so aus, als wärest du bei Rot gefahren.“

>> Notiere, welche Ursachen zu dieser gefährlichen Situation geführt haben könnten.

2. Text:

„Du fährst Samstagabend in der Stadt mit zwei Freunden. Ihr fahrt zum Kino und sucht einen Parkplatz. In der Mitte auf einer durch Lichtzeichen geregelten Kreuzung schneidet euch ein anderes Auto, in welchem junge Leute sitzen, und es wäre beinahe zu einem Unfall gekommen. Danach fühlst du dich sehr bedrückt, weil die Situation schlimm ausgehen hätte können. Es hat den Anschein, dass der andere bei Rot drüber gefahren ist.“

>> Notiere, welche Ursachen zu dieser gefährlichen Situation geführt haben könnten.

Die eine Hälfte der Gruppe soll nun ihre Interpretationen zu dieser Geschichte aus der Sicht des Autofahrers schreiben, der meint, er sei selbst bei Rot über die Kreuzung gefahren und die andere Gruppe aus der Sicht des Autofahrers der meint, dass das andere Auto bei Rot gefahren sei. In beiden involvierten Fahrzeugen sitzen viele junge Leute.

Von nun an soll der Sachverhalt gemeinsam analysiert werden:

Beiden Gruppen wird nun der kleine Unterschied im Sachverhalt erklärt. Die wichtigsten Ergebnisse können auf einem Flip-Chart oder ähnlichem festgehalten werden. Wenn es sich um eine kleine Gruppe handelt, soll jeder einzelne seine Ergebnisse auf das Flip-Chart schreiben. Bei größeren Gruppen übernimmt der Fahrlehrer das Schreiben. Die Statements in Bezug auf den Fall, in welchem der Fahrer selbst bei Rot gefahren ist, werden auf der linken

Seite aufgelistet, jene Statements, in Bezug auf die Situation, in welcher der andere bei Rot gefahren ist, werden auf der rechten Seite aufgelistet. Wichtig dabei ist, dass alle sämtliche Resultate sehen können. Dies dient dazu, dass die Unterschiede besser erkannt werden können, wodurch die Diskussion angeregt wird.

Annahme 1) Du bist bei Rot gefahren Eilig, wenn man ins Kino wollte. Ablenkung durch Mitfahrer. Viel Verkehr...	Annahme 2) Der andere ist bei Rot gefahren Jugendliche Fahrer im Saturday night fever. Der Fahrer wollte noch bei Dunkelgrün drüber. Fahrer hat nicht ausreichend geschaut...
---	--

Danach stellt der Coach folgende Fragen:

- Wonach sieht das aus?
- Aus welchen Gründen fährt man über eine rote Ampel?
- Aus welchen möglichen Gründen fährt der andere über die rote Ampel?
- Worin unterscheiden sich die beiden?
- Warum unterscheiden sich die beiden auf diese Weise?
- Welche Gründe sind hinter diesen Unterschieden?

Worauf sollte man achten, wenn man das Verhalten anderer interpretiert?

In welchen Verkehrssituationen könnt ihr in der Zukunft diese Erkenntnisse anwenden?

Es sollte in dieser Aufgabe klar herausgearbeitet worden sein, dass das eigene Verhalten anders als das Verhalten anderer interpretiert wird.

Diese Resultate sollen zum Bewusstsein führen, dass man das Verhalten anderer nicht objektiv, sondern subjektiv interpretiert. Dies führt dazu, dass man andere Fahrer aufgrund ihres Verhaltens abwertet, obwohl sie vielleicht genauso sind wie man selbst ist.

Anwendung in der Fahrausbildung

Diese Übung kann einfach im Unterrichtsraum angewendet werden. Die Gruppengröße und das Alter spielen dabei keine Rolle. Die Geschichten können diesbezüglich modifiziert werden.

Mögliche weitere Elemente in dieser Übung

Die Wahrscheinlichkeit, dass man selbst in einen Kreuzungsunfall verwickelt ist. Man kann noch eine weitere Übung hinzufügen, in der die Teilnehmer ihre eigene Wahrscheinlichkeit, einen Kreuzungsunfall zu verschulden, auf einer Skala von 1 bis 10 bewerten. Diese Bewertungen können von allen durchgeführt und gegenseitig ausgetauscht werden.

Auf diese Weise können wir auch das Problem des eigenen unrealistischen Optimismus bearbeiten.

2.2.10. Was erwarten (weibliche) Mitfahrer vom Lenker?

Coaching Szenario entwickelt von Antero Lammi

Ausgangssituation

Junge Fahrer neigen zur Angeberei unter sozialem Druck. Häufig entsteht der Druck erst dadurch, dass er als solcher vom Fahrer empfunden wird. Es kann also sein, dass er sich unter Druck gesetzt fühlt, nun angeben zu müssen, obwohl dies vielleicht gar nicht von den anderen beabsichtigt ist. Derartige Missverständnisse bestehen insbesondere zwischen jungen Männern und Frauen. In dieser Übung werden die Erwartungen der Passagiere aus der Sicht des Fahrers mit der tatsächlichen Sichtweise von den Passagieren gegenüber gestellt.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Bewusstsein schaffen:

- Junge Männer sollen mehr Klarheit über die Erwartungen von weiblichen Mitfahrern bekommen.
- Junge Frauen bekommen mehr Klarheit darüber, dass junge Männer unrealistische Ansichten über die Wünsche der Frauen haben können.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Bewusstsein schaffen:

- Männer sollen merken, dass Frauen meistens einen sicheren und verantwortungsbewussten Fahrstil wünschen und dass dies ihren zukünftigen Fahrstil positiv beeinflusst.
- Frauen sollen sich besser hinsichtlich ihres Wunsches nach einem sicheren Fahrstil der Männer ausdrücken können.

Ort des Szenarios

Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3

Kurzzusammenfassung der Übung

In dieser Übung werden die Erwartungen, die an den Fahrer gestellt werden, beleuchtet. Das Ziel ist dabei, dass herausgestrichen wird, dass die meisten Mitfahrer einen sicheren Fahrstil erwarten. Die Teilnehmer werden in junge Männer und Frauen unterteilt. Beide Gruppen reflektieren darüber, was junge Mitfahrerinnen von den Fahrern erwarten.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Anfangs wird erklärt, dass das Verkehrsverhalten vom jeweiligen Fahrer abhängt. Man fährt anders, wenn die Beifahrer ein Lehrer, die Mutter oder die besten Freunde sind. Zunächst werden diese Themen unterteilt nach Geschlechtern und dann zusammen diskutiert.

2. Man zieht ein Beispiel heran, in welchem ein junger Mann seine Freundin und deren Freundinnen zu einer Party fährt. Es ist Freitag-Abend und 3 Mädchen befinden sich im Auto.
 - a. Die männliche Diskussionsgruppe wird mit folgender Frage konfrontiert: "Welchen Fahrstil erwarten die 3 Mädchen?"
 - b. Die weibliche Diskussionsgruppe ist mit folgender Frage konfrontiert: "Wie möchtet ihr, dass der Fahrer fahren soll?"
3. Nach dieser Übung werden beide Gruppen über die Aufgabenstellung der jeweils anderen informiert. Die Ergebnisse beider Gruppen werden am Flip-Chart festgehalten. Auf der linken Seite werden die Ergebnisse der männlichen und auf der rechten Seite die der weiblichen Teilnehmer festgehalten. Dadurch werden die Unterschiede klarer, wodurch die Diskussion angeregt wird.

Was glauben die Männer, dass die Mädchen von ihnen als Fahrer erwarten	Was möchten die mitfahrenden Mädchen vom Fahrer?

4. Danach stellt der Coach folgende Fragen:
 - a. Wonach sieht das für euch aus?
 - b. Welche Unterschiede seht ihr in den Erwartungen der Männer und Frauen?
 - c. Warum gibt es diese Unterschiede?
 - d. Was können die Männer daraus lernen?
 - e. Was können die Mädchen daraus lernen?
 - f. In welchen Situationen könnt ihr in Zukunft diese Informationen anwenden?

In dieser Übung werden die Unterschiede, sofern vorhanden, zwischen den Erwartungen von Männern und Frauen herausgearbeitet.

Natürlich werden die Ergebnisse zu einem großen Teil von den jeweiligen Teilnehmern abhängig sein. Es kann auch sein, dass sowohl Mädchen als auch Burschen schnell fahren wollen. Darauf muss der Coach vorbereitet sein. In diesem Fall muss mittels zielgerichteter Fragen das richtige und verkehrssichere Verhalten herausgearbeitet werden.

Der Coach soll nicht annehmen, dass es einfach ist die Gruppe zu aktivieren. Eine effektive Möglichkeit besteht darin, dass man einen Teilnehmer zum Gruppenleiter macht. Der Coach achtet dabei auf die Zeit.

Anwendung in der Fahrausbildung

Die Übung kann einfach in einem Unterrichtsraum durchgeführt werden. Sie kann immer angewendet werden, wenn in etwa gleich viel Männer und Frauen vorhanden sind. Die Übung passt sowohl für die Grundausbildung als auch für die Weiterbildung.

2.2.11. Impuls-Kontrolle wenn man überholt wird

Coaching Szenario entwickelt von Robert Kotál

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Es soll die Fähigkeit fördern die eigenen Impulse, die zu gefährlichen Situationen führen können, zu kontrollieren.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Ein Verständnis für das richtige Überholen aus defensiver Sicht zu bekommen; insbesondere für die Situationen, in denen man überholt wird.

Ort des Szenarios

Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

4 und rechte Spalte

Kurzzusammenfassung der Übung

Zuerst wird ein Video angesehen, in dem ein Fahrer an einer Stelle überholt, an der es verboten ist. Dann werden die Fahrschüler vom Coach gefragt, wie sie auf diesen Fahrer reagieren würden, wenn sie in der Rolle des Überholten wären. .Dann analysiert die Gruppe die Auswirkungen der verschiedenen Reaktionen in Hinblick auf die Verkehrssicherheit.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Der Coach soll nur durch Fragen führen – was würden die Fahrschüler tun und welches wären die Folgen des jeweiligen Verhaltens.

Beschreibung der Fragestellung

Was sollte ein Fahranfänger machen, wenn er von einem Rücksichtslosen überholt wird, um zu gewährleisten, dass die Situation sicher bleibt, selbst wenn man einen Impuls verspürt, böseartig gegenüber dem rücksichtslosen Fahrer reagieren zu wollen? Oder wenn man den Überholenden herausfordern möchte...?

Wissens Voraussetzungen

Die Verkehrsregeln in Bezug auf Überholen. Bedeutung dieser Fragestellung – Überholen führt zu schweren Unfällen

Erfahrungen

Die Fahranfänger betrachten ein Video mit folgendem Inhalt: Es ist Sommer, Freitag Abend, es ist heiß und viel Verkehr. Jeder will die Stadt verlassen und aufs Land fahren. Die Autokolonnen kommen nur langsam voran. Die Fahrer werden nervöser. Es gibt aber Überholverbotstafeln und doppelte Sperrlinien. Plötzlich bemerkt ein Fahrer in seinem Rückspiegel einen anderen Fahrer, der mehrere Autos mit hoher Geschwindigkeit überholt. Dieser 'Roadster' wird von einem lässigen Mann mit einer hübschen jungen Frau gefahren. Eine Rechtskurve kommt näher. Plötzlich taucht ein LKW im Gegenverkehr auf. Der Überholer ist nun genau auf der gleichen Höhe wie „unser“ Fahrer. Die einzige Möglichkeit zur Unfall Verhinderung ist, langsamer zu werden und den Überholenden rein zu lassen. Aber, wie wird sich unser Fahrer verhalten? Wird er auf seine Vernunft hören und

verlangsamen oder wird er stur bleiben? Wird er seinen Impuls kontrollieren können? Wer wird gewinnen?

Moderation / Ausblick

Jeder soll sich vorstellen, wie er in dieser Situation reagieren würde. Mit dem coach wird gemeinsam herausgearbeitet, welches die jeweiligen Folgen des Verhaltens sein werden.

Zukunftsstrategien

Jeder Person soll nun für sich Ihre persönliche Zukunftsstrategie diese und ähnliche Situationen erarbeiten.

Etwaige Probleme aufzeigen

Dieses Szenario kann sehr einfach im Rahmen der Fahrausbildung eingesetzt werden. Der Fahrlehrer sollte nur über einen derartigen Film verfügen oder die Geschichte zumindest erzählen.

2.2.12. Spiegelschrank zur Verkehrssicherheit

Coaching Szenario entwickelt von Marc Pannacci

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll realisieren, dass er das wichtigste Sicherheitselement in seinem Fahrzeug ist. Dieses Szenario kann sowohl für die Grundausbildung als auch die Weiterbildung im Rahmen der Zweiphasenfahrausbildung verwendet werden.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Zusammenfassung von allem, was er im Zuge seiner Fahrausbildung gelernt hat.

Ort des Szenarios

Im Unterrichtsraum – der Spiegelschrank ist notwendig.

Hauptebene der GDE-Matrix

3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Am Ende der Fahrausbildung fragt der Coach den Fahrschüler, dass er herausfinden soll, welches der wichtigste Sicherheitsbestandteil seines Autos, den er immer mit sich führt, ist. Nach einer Diskussion über verschiedene mögliche Antworten soll der Fahrschüler den Spiegelschrank öffnen und sein Gesicht darin erblicken.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Siehe Bilder unten:



Beispiel für eine Konversation in diesem Szenario:

Fragen:	Mögliche Antworten:
Coach Wenn du die Möglichkeit hättest, einen einzigen Sicherheitsbestandteil in eine Schachtel zu geben, die du immer in deinem Auto oder Motorrad mitführen könntest, welcher würde das sein?	Coachee Airbag, Sicherheitsgurt, Feuerlöscher, Erste Hilfe Kasten, Helm, Sicherheitskleidung, gute Reifen, ABS, ESP, Handy, Ich selbst....

Fein, aber welcher von diesen ist nun der Wichtigste?	
Wir haben so eine Schachtel. Wenn du willst, kannst du reinschauen.	

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist sehr leicht umzusetzen und schließt die Fahrausbildung mit einer unterhaltsamen, aber tief gehenden Botschaft ab.

2.2.13. Reaktionszeit

Coaching Szenario entwickelt von Sakari Hopia

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Entwicklung des Risikobewusstseins bezüglich Fahrgeschwindigkeit. Der Fahrschüler soll die Wichtigkeit der angepassten Geschwindigkeit und der richtigen Sicherheitsabstände in allen Situationen verstehen. Darüber hinaus wird die Bedeutung der Reaktionszeit herausgearbeitet, wenn man in einem schlechten Zustand fährt.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Gemeinsam mit dem Coach soll der Fahrschüler die richtige angepasste Geschwindigkeit abhängig von der Sicht, der Umwelt, den Umständen und natürlich der Verfassung des Fahrers und seiner Reaktionszeit herausarbeiten.

Ort des Szenarios

Im Unterrichtsraum (eventuell auch im Auto)

Hauptebene der GDE-Matrix

Level 3 und 4 abhängig von den Themen, welche die Fahrschüler wählen.

Kurzzusammenfassung der Übung

Beim Fahren ist es das Wichtigste, die Bedeutung der angepassten Geschwindigkeit und der Sicherheitsabstände zu verstehen, weshalb dies demonstriert und diskutiert wird. Dabei soll die Botschaft verstanden werden, dass die Reduktion der Geschwindigkeit die effizienteste Methode zur Risikoentschärfung in schwierigen Situationen ist. Diese Strategie hilft auch, wenn der Fahrer aufgrund von Müdigkeit oder Krankheit in keiner guten Verfassung ist. Aufgrund dieses Szenarios kann auch Alkohol thematisiert werden. Der Fahrschüler soll realisieren, dass es sehr riskant ist, wenn man sein Fahrzeug in einer schlechten Verfassung oder abgelenkt lenkt, weil dadurch die Reaktionszeit verlängert ist.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario kann während einer Theoriestunde im Rahmen einer typischen Fahrschulbildung, zum Beispiel unter dem Thema "persönliche Fähigkeiten des Fahrers", durchgenommen werden. Während der Fahrstunden könnte der Coach beispielsweise die Wichtigkeit der angepassten Sicherheitsabstände und der richtigen Geschwindigkeit in schwierigen Verkehrssituationen, wie zum Beispiel Fahren in der Nacht, herausstreichen. Während man einige Beispiele sammelt, wirft der Coach langsam einen Radiergummi oder einen Stift etc. dem Fahrschüler zu. Da dies eine ungewöhnliche Situation mitten in einer Fahrstunde ist, kann der Schüler den Gegenstand nicht fangen. Normalerweise sind sie nicht vorbereitet und erwarten so etwas auch nicht. Dies verhält sich ähnlich, wie wenn man in einer ländlichen Gegend mit sehr wenig Verkehr so dahin fährt und müde ist, plaudert, telefoniert, etc. Nach diesem Beispiel ist es sinnvoll, die Diskussion darüber zu beginnen, warum der junge Fahrschüler den Gegenstand nicht gefangen hat. Mögliche Antworten: Er wurde diesbezüglich nicht instruiert. Er war nicht aufmerksam, er war betrunken usw.

Folgende Fragen wären möglich:

- Aus welchen Gründen hat er den Radiergummi nicht gefangen?
- Wie kann man sich in Verkehrssituationen besser auf Überraschendes einstellen?
- Was musst du vermeiden, wenn du müde oder krank bist?

- Welche verschiedenen Faktoren können deine Reaktionszeit verlängern?

Nach der Diskussion soll das Beispiel wiederholt werden, wobei aufgezeigt werden soll, dass der Fahrschüler nun den Gegenstand fangen kann, da er bereits vorbereitet ist.

Im wirklichen Straßenverkehr können sich die Situationen oft schnell ändern, und es ist daher wichtig reaktionsbereit zu sein. Dann kann der Coach folgendermaßen nach diesbezüglichen Zukunftsstrategien fragen:

- Was wirst du persönlich tun, um langsame Reaktionszeiten zu vermeiden?
- Kannst du eine Liste erstellen?
- Welches sind die häufigsten Verkehrssituationen in denen du auf die Reaktionszeiten vergisst?
- Wenn ein Freund dem vor euch fahrenden Fahrzeug zu knapp auffährt, glaubst du, dass du ihn dann fragen könntest, ob er rechtzeitig reagieren könnte, wenn der Wagen vor ihm plötzlich bremst?

Diese Fragen können später in der Fahrausbildung wiederholt werden, wenn der Coach bemerkt, dass sein Fahrschüler müde oder krank zur Fahrstunde kommt.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist in der Verwendung leicht und billig. Coaches benötigen keine besonderen Qualifikationen hierfür und es funktioniert gut, wie die Erfahrung zeigt.

2.2.14. Routenplanung und Ablenkung

Coaching Szenario entwickelt von Sakari Hopia

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Es soll das Gefahrenbewusstsein im Bezug auf das Fahren mit Beifahrern gefördert werden und es sollen Lösungsstrategien für diese typischen Situationen erarbeitet werden.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Lernen, wie man eine Fahrtroute plant und was dabei zu beachten ist. Es ist auf den Zustand des Autos zu achten, auf die Verfassung des Fahrers, die Fahrtumstände, der Zeitplan, die Straßenart, die Verkehrsdichte etc.

Ort des Szenarios

Im Unterrichtsraum und im Verkehr

Hauptebene der GDE-Matrix

Levels 3 und 4, abhängig von den Diskussionen der Fahrschüler

Kurzzusammenfassung der Übung

Während der Theoriestunde sollen die Schüler in Zweiergruppen aufgeteilt werden. Dabei sollen sie eine Straßenkarte benutzen und eine Route festlegen, welche sie gemeinsam möchten. Falls ein Navi verwendet wird, können die Koordinaten eingegeben werden. Die Route sollte eher einfach sein und der Coach sollte alle Routen der Gruppe noch einmal überprüfen.

Im Unterrichtsraum sollten noch einmal jene Themen, welche bei der Routenplanung wichtig sind, diskutiert werden: Fahrkönnen, Verkehrsdichte, Wetterbedingungen, Fahrzeugeigenschaften etc. Die Antworten sollen von den Fahrschülern aufgrund der Fragen des Coaches kommen. Der Coach kann dabei auch Fragen entwickelnd vorgehen.

Beim Losfahren ist der Fahrschüler der Fahrer, der Coach der Beifahrer und der 2. Fahrschüler sitzt hinten. Anstelle eines zweiten Fahrschülers kann auch ein Navi verwendet werden.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario muss in einer ruhigen Gegend durchgeführt werden, sodass das Resultat dieser Übung keinen Einfluss auf die Teilnehmer oder auf andere Verkehrsteilnehmer hat.

Falls irgendwelche Gefahren auftreten, sogar unbedeutende, muss der Coach die Übung abbrechen.

Der Fahrer folgt der geplanten Route. Der Coach soll eine passende Gelegenheit finden, um den Fahrschüler am Rücksitz einen Zettel zukommen zu lassen. Auf diesem Zettel steht: „Wenn wir uns der nächsten Kreuzung nähern, sag dem Fahrer klar und deutlich, dass er geradeaus weiterfahren soll“. Der Coach versichert sich, dass die Aufgabe vom hinten sitzenden Fahrschüler klar verstanden wurde. Allerdings müsste der Fahrer auf der geplanten Route nun bei dieser Kreuzung abbiegen.

Jetzt sagt der Fahrschüler, dass der Fahrer geradeaus fahren soll, statt abzubiegen. Der Coach sagt dem Fahrer, er soll umdrehen.

Falls kein zweiter Fahrschüler hinten sitzt, kann diese Funktion durch ein Navi ausgeführt werden. In diesem Fall fährt der Fahrer nach einer Straßenkarte. Erst nach einer Weile, schaltet der Coach das Navi für weitere Instruktionen ein. Die programmierte Route ist identisch mit der vorher geplanten Route. Während der Fahrt beschließen der Coach und der Fahrschüler, dass sie nicht der geplanten Route folgen und geradeaus fahren, sondern an einen bestimmten Punkt umkehren.

Das Navi wird versuchen, den Fahrer zurück auf seine geplante Route zu führen. Der Fahrer wird aber glauben, dass er den Anweisungen, die er mit dem Coach ausgemacht hat, folgen soll. Nun ändert der Coach plötzlich seine Meinung und sagt, er solle nun rechts abbiegen. Nun steht seine Anweisung im Gegensatz zum Navi.

Nach diesem Vorfall soll der Wagen angehalten werden und diese verwirrende Situation in einem ruhigen Gespräch mittels Fragen geklärt werden:

- Wie hast du dich in dieser Situation gefühlt?
- War das verwirrend für dich?
- Wie kannst du in Zukunft Ablenkungen vermeiden?
- Meinst du, dass diese Situation realistisch war?

Dabei ist es wichtig, dass der Coach mittels Fragen ähnliche Situationen herausarbeitet, wenn der Fahrschüler mit seinem Freund fährt. Weiters kann der Coach herausfinden, ob der Fahrschüler ähnliche Situationen schon erlebt hat. Wie waren diese Situationen und wie hat er sich dabei gefühlt?

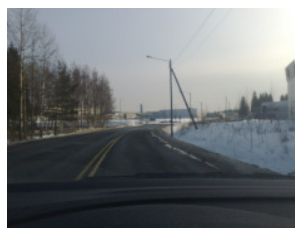
Während dieser Übung soll der Coach beobachten und Fragen stellen, sodass der Fahrschüler ein Verständnis für den Zusammenhang zwischen dieser Demonstration und der Wirklichkeit herstellen kann. Der Fahrschüler soll Lösungsmöglichkeiten zur Vermeidung derartiger Situationen finden.

Dieses Szenario muss nicht mit dem 2. Fahrschüler wiederholt werden, da das Wichtigste die Diskussion über diese Übung ist.

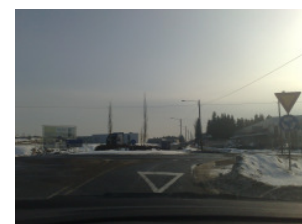
Kurze Beschreibung:



Instruktionen an den Fahrschüler bei der Annäherung



Selbst auf die Situation vorbereiten



Fahrschüler soll in andere Richtung fahren

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist leicht anzuwenden und passt in die meisten Ausbildungsprogramme. Die Lektion im Unterrichtsraum ist nicht unbedingt notwendig, da die Vorbereitung auch zuhause oder im Auto vor dem Losfahren erfolgen kann.

2.2.15. Gründe für unangepasste Geschwindigkeit

Coaching Szenario entwickelt von Sakari Hopia

Hauptziel des Szenario (Lernziel)

Förderung des Risikobewusstseins und des Wissens im Zusammenhang mit Geschwindigkeit. Weiters sollte der Fahrschüler Werkzeuge erhalten, um die Wichtigkeit der angepassten Geschwindigkeit in allen Situationen und die Bedeutung von Geschwindigkeitslimits zu verstehen.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Gemeinsam mit dem Coach soll der Fahrschüler herausfinden, dass die angepasste Geschwindigkeit von der Sicht, dem Straßenzustand, dem Zustand des Fahrzeuges, den Geschwindigkeitslimits etc. abhängig ist.

Ort des Szenarios

Im Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

Level 3, abhängig von der jeweiligen Diskussion

Kurzzusammenfassung der Übung

Für den Fahrschüler ist es wichtig, die Bedeutung der richtigen Geschwindigkeit zu verstehen. Daher muss das während der Theoriestunden demonstriert und besprochen werden. Es ist wichtig, dass über die Geschwindigkeit gesprochen wird, und dass die effizienteste Methode zur Entschärfung einer riskanten Situation die Verringerung der Geschwindigkeit ist.

Der Fahrschüler sollte für sich herausfinden, dass meistens er bei einem Unfall schuld ist.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Dieses Szenario kann in einer Theoriestunde, bei der es um Geschwindigkeit geht, angewendet werden. Zunächst soll der Fahrschüler einen Zeitungsartikel über einen Verkehrsunfall lesen. Das Ziel dabei ist die drei Hauptgründe für den Unfall zu beschreiben. Jeder Fahrschüler erhält seinen eigenen Artikel. Diese Artikel sollen eine leichte Identifikation der Unfallursachen ermöglichen (z.B. Geschwindigkeit).

Dann werden alle genannten Gründe der Fahrschüler aufgeschrieben. Dabei könnte es sich um unangepasste Geschwindigkeit, rutschige Straße, schlechte Sicht, schlechtes Fahrkönnen und ähnliches handeln. Nun soll jeder Fahrschüler sagen, welches die Hauptunfallursache in seinem Unfallbeispiel war. Dabei soll genau herausgefunden werden, was die tiefer liegende Unfallursache war. Diese Ursachen könnten folgende sein: Emotionalität nach einen Streit, Eile, Angeberei usw.

Auch diese Antworten sollen am Flipchart festgehalten werden. Die Fahrschüler sollen nun darüber reflektieren, ob diese Ursachen auch auf sie zutreffen könnten. Diese individuellen Schlussfolgerungen müssen nicht aufgeschrieben werden. Falls bei dieser Aufzählung das Thema Geschwindigkeit fehlt, sollte der Coach die Fahrschüler anregen, auch in diese Richtung zu denken.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario ist einfach anzuwenden und verursacht keine zusätzlichen Kosten. Zeitungsartikel sind leicht zu finden und manche lokalen Unfälle darin können dieses Szenario effektiver gestalten. Diese Zeitungsausschnitte sollten nach Orten (Kreuzung, Autobahn, Landstraßen,...) gezeigt werden. Coaches benötigen hierfür keine besonderen Qualifikationen.

2.2.16. Anpassung der Geschwindigkeit an die Situation

Coaching Szenario entwickelt von Gérard Acourt - Catherine Troitin (ECF)

Aus dem Französischen Fahrausbildungs-Curriculum

- Wissen, wie man seine Fahrgeschwindigkeit richtig wählt und ändert in Abhängigkeit von:
 - Eigene Fähigkeiten
 - Verkehrsregeln
 - Verkehrsaufkommen
 - Straßenart
 - Landschaftliche Gegebenheiten
 - Sicht
 - Wetter
 - Fahrzeugzustand

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Ziele des Szenarios:

- Es wird die Wichtigkeit der Anpassung der Geschwindigkeit in Abhängigkeit zu einer Anzahl von persönlichen und Umweltfaktoren, welche auch rasch veränderlich sind, herausgearbeitet;
- Der Fahrschüler wird dabei unterstützt, diese Faktoren zu beobachten, erkennen und bewerten;
- Er soll auch erkennen können, welche mögliche Konsequenzen es nach sich zieht, wenn man seine Geschwindigkeit nicht richtig anpasst;
- Dabei soll eine persönliche Vertiefung ermöglicht werden, sodass ein Transfer des Gelernten in das wirkliche Leben möglich ist;

Ort des Szenarios

Unterrichtsraum mit Gruppe. Auch im Einzelsetting möglich.

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Dieses Szenario besteht aus zwei Schritten:

1. Erarbeitung von jenen Faktoren, welche bei der Entscheidung über die angepasste Geschwindigkeit und deren Veränderung wichtig sind sowie der Konsequenzen bei Nichtbeachtung. Hierfür sollen persönliche Erfahrungen herangezogen werden.
2. Umsetzung im Straßenverkehr, um Erfahrungslernen zu ermöglichen.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Die Fahrschüler sehen sich einige Videos an (einige lustige können im Internet gefunden werden, maximale Dauer ca. 5 Minuten): www.faut-rire.com/delirant/une-montee-difficile.html, www.faut-rire.com/chutes/le-frimeur-et-le-plongeoir.html. Diese Videos dienen dazu, um die Folgen einer schlechten Entscheidung oder schlechten

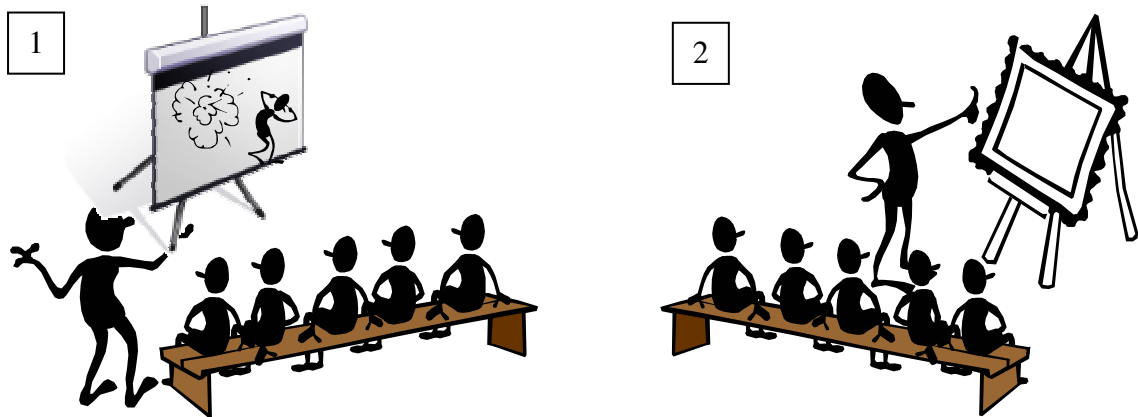
- Voraussicht zu verdeutlichen, sodass dann auch persönliche Erfahrungen der Fahrschüler in Erinnerung gerufen werden können.
2. Der Fahrlehrer fragt die Teilnehmer, was sie über dieses Video denken. Was passierte jedem einzelnen? Wie kam es zu dieser Situation? Wie hätten die Fahrer diese Situationen vermeiden können? Was hätte man erwarten sollen? Das Resultat der Diskussion soll ermöglichen, dass man eine Liste von relevanten Eigenschaften auf einem Flip-Chart festhalten kann, wie z.B.: Voraussehen, Beobachten, zuerst Denken – dann Handeln....
 3. Nun sollen die Gruppenteilnehmer eigene vergleichbare Erfahrungen schildern, die ihnen selbst oder anderen passiert sind. Die Teilnehmer werden gefragt, wie sich selbst in dieser Situation gefühlt haben und wie man sie hätte vermeiden können. Sie können ihre Statements untereinander in der Gruppe austauschen und dabei auch herumgehen, wozu sie angeregt werden sollen.
 4. Schlagen sie der Gruppe vor, dass sie sich eine Fahrsituation vorstellen, wo ein vorhersehbarer Fehler zu einer riskanten Gegebenheit geführt hat (vielleicht eine Situation, die sie selbst erlebt haben – ev. als Kind oder als Fahrschüler). Erklären sie nun den Sinn der Übung: Es sollen jene Faktoren identifiziert werden, die für die Wahl und Veränderung der angepassten Geschwindigkeit wichtig sind.
 5. Auch der Fahrlehrer muss ein Erlebnis schildern, in welchem er aufgrund von seinem riskanten Verhalten eine gefährliche Situation verursacht hat. Er soll dann sagen, was er tun hätte können, um diese Situation zu entschärfen.
 6. Dann soll jede Person eine von 10–12 Karten ziehen. Auf jeder dieser Karten sind persönliche oder situative Faktoren notiert, welche beim Fahren zu beachten sind. Jede Person soll über ihre Karte reden, wobei sie erklären soll, warum dieser Faktor wichtig ist und was man braucht, um diesen Faktor anzuwenden, damit Risiken reduziert werden können.
 7. Jetzt sollen die Fahrschüler im Straßenverkehr das in der Gruppe Gelernte umsetzen. Zumindest sollten 2 Personen und ein Fahrlehrer im Auto mitfahren. Dabei sollen die persönlichen und situativen Faktoren, welche zuvor diskutiert wurden, beleuchtet werden. Der Fahrlehrer kann mit folgenden Fragen diese Übung einleiten: Wie fühlst du dich, müde, fröhlich, entspannt etc. Jetzt soll der Fahrlehrer eine Route mit wechselnden Bedingungen auswählen. Jedoch sollte diese Route nicht zu komplex sein, sodass der Fahrschüler keine Kommentare mehr abgeben kann.
 8. Während der Fahrschüler diese Route befährt, soll er persönliche und situative Faktoren, die für seine Fahrgeschwindigkeit entscheidend sind, kommentieren. Der Beifahrer kann ihn dabei unterstützen. Der Fahrlehrer achtet auf eine gute Lern-Atmosphäre im Auto. Idealerweise sollte jeder Fahrschüler beide Rollen einnehmen.
 9. Wieder zurück in der Fahrschule, soll der Fahrlehrer die Fahrschüler dazu anregen, über diese Fahrt und ihre Gefühle sowie die Geschwindigkeitswahl und deren Einflussfaktoren zu reflektieren. Dabei soll auch beleuchtet werden, welchen Einfluss Freunde auf die Fahrgeschwindigkeit haben können.
 10. Der Fahrlehrer bittet den Fahrschüler, dass man diese Technik auch in den kommenden Fahrstunden auch anwendet (beobachten, identifizieren und Geschwindigkeit anpassen).

Anmerkung: die Punkte 7–10 können auch für sich alleine im Straßenverkehr durchgenommen werden.

Schema:

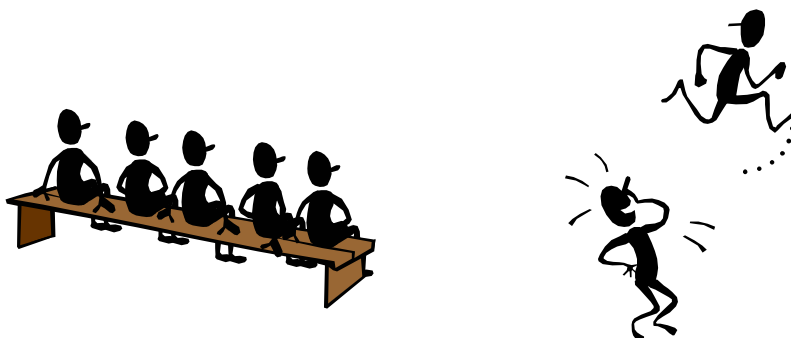
Erster Schritt - Unterrichtsraum – Punkte 1 bis 2

Der Fahrlehrer zeigt Video-Clips und ersucht die Teilnehmer eine Liste aufgrund der Videos zu erstellen: beobachten, voraussehen, handeln...



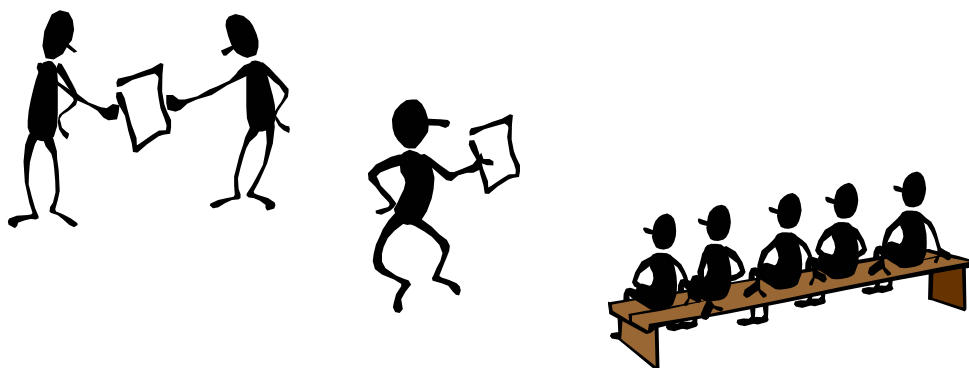
Zweiter Schritt – Unterrichtsraum– Punkt 3

Der Instruktor ersucht die Teilnehmer, dass sie ähnliche persönliche Erlebnisse schildern (dabei kann auch Mimik, Gestik und Bewegung in schauspielerischer Weise verwendet werden).



Dritter Schritt – Unterrichtsraum – Punkte 4 bis 6

Der Fahrlehrer ersucht die Teilnehmer sich nun auf Fahrsituationen zu konzentrieren und teilt Karten mit persönlichen und situativen Faktoren aus.

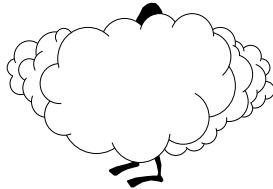


Karten (Beispiele)

Müde



Ablenkung



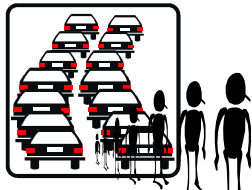
Ärger



Regen



Stau

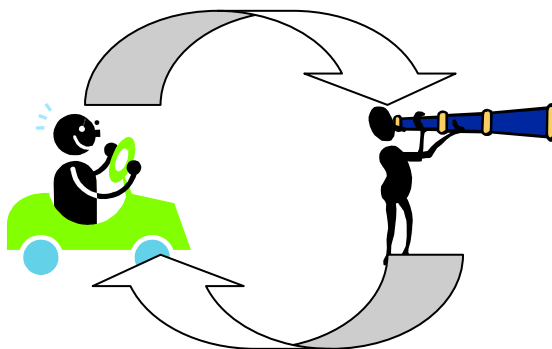


Tank leer



Vierter Schritt – im Auto – Punkt 7 bis 10

Mit dem Fahrlehrer wird das Gelernte nun im Auto auf der Straße angewendet. Jeder Fahrschüler soll Fahrer und Beobachter sein.



Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario bedarf einiger Vorbereitungen, um die Videos und Karten bereitzustellen. Es ist auch wichtig, dass die Teilnehmer ihre persönlichen Erfahrungen einbringen. Gerade bei jungen Fahrern ist es sehr wichtig, Humor zu verwenden.

Das wichtigste dabei ist der gegenseitige Erfahrungsaustausch und das wirkliche Verstehen, bevor es in die Realität umgesetzt wird.

2.2.17. Müdigkeit – Unterrichtsraum

Coaching Szenario entwickelt von Gérard Acourt - Catherine Trotin (ECF)

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll die Wichtigkeit des Treffens von Entscheidungen beim Autofahren erkennen. Dabei gibt es gute und schlechte Entscheidungen. Der Fahrschüler soll sich an dieses Szenario erinnern, wenn er in seinen künftigen Fahrstunden tatsächlich Entscheidungen treffen muss.

Ort des Szenarios

Nur im Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Bei diesem Szenario handelt es sich um ein Rollenspiel.

Der Coach ersucht 4 Fahrschüler, dass sie die Rolle ihres Freundes einnehmen (alles Führerscheinbesitzer). Sie haben miteinander nach sportlicher Betätigung gegessen. Das Essen ist beendet und es ist 2 Uhr nachts. Der Coach gibt jeder Person eine schriftliche Beschreibung des zu spielenden Charakters und er schlägt vor, dass alle die Nacht in seinem Haus verbringen sollen, da sie schon müde sind. Der folgende Austausch von Meinungen gewährleistet einen vertieften Einblick in die Thematik der Müdigkeit und konfrontiert die Fahrschüler mit einer realistischen Situation.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Der Coach kündigt an, dass sie heute etwas Außergewöhnliches machen werden: ein Rollenspiel.
2. Das Szenario wie folgt:
 - Die Teilnehmer (max. 4 pro Gruppe) sind gute Freunde
 - Sie waren gemeinsam den ganzen Tag Bergwandern.
 - Sie kehren zum Haus des Coach zurück, ´der ein Freund von ihnen ist, und ebenfalls mit ihnen Wandern war.
 - Sie nehmen ein umfangreiches Abendessen ein, aber ohne Alkohol und Drogen.
 - Bis sie fertig sind ist es 2.00 Uhr geworden.
3. Jeder Teilnehmer erhält eine eigene Rolle zu spielen (schriftlich)
 - Teilnehmer A: lebt 90 Minuten entfernt und hat Leute am nächsten Tag zum Mittagessen eingeladen.
 - Teilnehmer B: lebt auch 90 Minuten entfernt und muss am nächsten Tag Pilze pflücken gehen.
 - Teilnehmer C lebt 45 Minuten entfernt und muss seine Fenster streichen.
 - Eine weitere Person ist in der Rolle des Beobachters und macht Notizen.
4. Der Coach bzw. der Gastgeber des Abendessens lädt seine Freunde zum Übernachten ein, damit sie nicht in der Nacht fahren müssen.
5. Jetzt muss jeder Teilnehmer entscheiden, ob er bleibt oder heimfährt.
6. Jeder entscheidet für sich.

7. Jede Entscheidung wird am Flip-Chart festgehalten und die Vor- und Nachteile diskutiert.
8. Mittels Coaching sollen die Teilnehmer die Ziele bezüglich Müdigkeit erfahren können.
9. Der Coach fragt die Teilnehmer, wie sie Müdigkeit bei sich persönlich erkennen.
10. Das Rollenspiel wird leicht abgeändert, um zu sehen, ob die Teilnehmer ihre Meinung ändern (es ist noch nicht zu spät und sie wohnen näher etc.).
11. Die Teilnehmer werden gefragt, welche sonstige Faktoren in so einer Situation in Wirklichkeit eine Rolle spielen würden – Einflüsse auf die Entscheidungsfindung.
12. Die Teilnehmer legen sich fest, wie sie in Zukunft in derartigen Situationen wirklich entscheiden werden.

Schema:

Schritt 1: Der Fahrlehrer bittet 4 Fahrschüler am Tisch Platz zu nehmen und verteilt die Karten mit ihren jeweiligen Rollen.



Beispiele der Rollen – Karten»:

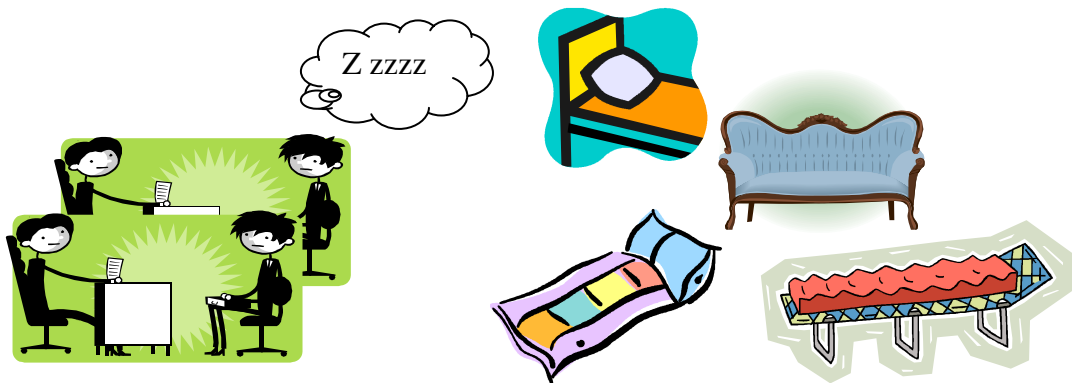
Sie sind 90 Minuten von zuhause entfernt.
Morgen Sonntag kommen Ihre Eltern zum Mittagessen.

Sie sind 90 Minuten von zuhause entfernt.
Sie müssen morgen – zeitig in der Früh – Pilze sammeln gehen.

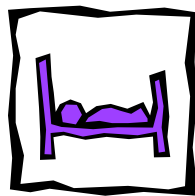
Sie sind 45 Minuten von zuhause entfernt.
Sie müssen morgen ihre Fenster streichen.

Sie sind 55 Minuten von zuhause entfernt
Sie haben noch keine Pläne für morgen, sie möchten aber nicht woanders ohne Zahnbürste übernachten müssen.

Schritt 2: Der Coach lädt die Freunde zum Übernachten ein. Er weist ihnen komfortable Plätze zu.



Schritt 3: Jede Person muss der Rolle und der eigenen Meinung entsprechend entscheiden; nach Hause fahren oder dort schlafen. Welches sind die Risiken, wenn man jetzt fährt? Was sind die Vor- und Nachteile wenn man bleibt? Was ist wichtiger?



Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Rollenspiel ermöglicht es, in einer künstlichen und sicheren Atmosphäre Erfahrungen über ein alltägliches aber risikoreiches Beispiel zu sammeln. Die Diskussion soll ausreichend lange sein, sodass sich diese Erfahrung im Gedächtnis einprägen und abgerufen werden kann, wenn eine derartige Situation tatsächlich auftritt (Entscheidungen in riskanten Situationen treffen). Dieses Rollenspiel ist sehr leicht in die Praxis umzusetzen und benötigt sehr wenige Materialien. Die Persönlichkeit des Coaches wird einen großen Einfluss auf die Vielfältigkeit haben: er soll sicherstellen, dass dieses Spiel unterhaltsam und ausreichend realistisch ist.

2.2.18. Verkehrsregeln: STOPP- und Nachrang-Schilder

Coaching Szenario entwickelt von Gérard Acourt - Catherine Trotin (ECF)

Ziel des Szenarios (Lernziele)

Es soll die Sinnhaftigkeit von Verkehrsregeln, insbesondere von Stopp- und Nachrang-Zeichen erfahren werden, da sich ansonsten jeder unterschiedlich verhalten würde, wodurch es gefährlich und anarchistisch wäre.

Ort des Szenarios

Theorie (Unterrichtsraum)

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

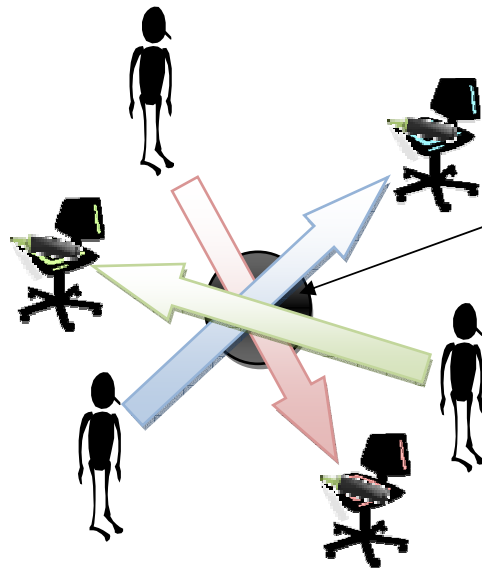
An diesem Szenario nimmt eine Gruppe von Fahrschülern teil. Bestimmte Teilnehmer werden ersucht, im Kreis zu stehen und dann in eine bestimmte Richtung zu gehen. Es werden keine anderen Instruktionen gegeben. Unterschiedliche Resultate sind zu erwarten: keiner geht, alle gehen und kollidieren miteinander, andere gehen und manche bleiben stehen, manche bestimmen die Regeln für alle....Dann soll der Coach gemeinsam mit der Gruppe analysieren, was soeben passiert ist. Dies soll zu der Schlussfolgerung führen, dass Regeln notwendig sein, wenn mehrere Personen gleichzeitig aneinander vorbeigehen. Schließlich kann der Coach die Teilnehmer dazu anregen, dass sie herausfinden, welche Regeln die besten für diese spezielle Situation wären.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Der Coach erklärt die heutige Übung.
2. Der Coach erklärt die genauen Ziele der Übung.
3. Der Coach macht klar, dass die heutige Übung ungewöhnlich ist: ein Spiel.
4. Die Teilnehmer sollen sich in Gruppen zu jeweils 3 Personen unterteilen, sich im Kreis um einen mit einem Stück Papier markierten zentralen Punkt aufstellen.
5. Ein Teilnehmer ist der Beobachter der Übung, der anschließend befragt wird.
6. Stühle werden gegenüber jeder Person aufgestellt und ein Stift darauf gelegt.
7. Nun soll jede Person den Stift vom gegenüberliegenden Stuhl nehmen und dabei direkt den zentralen Punkt überqueren.
8. Die Teilnehmer sollen so rasch wie möglich zu den Stiften gehen, sobald der Coach ein Startzeichen gibt.
9. Sobald der Coach ein Zeichen gibt, starten die Teilnehmer los.
10. Unterschiedliche Resultate sind zu erwarten: keiner geht, alle gehen und kollidieren miteinander, andere gehen und manche bleiben stehen, manche bestimmen die Regeln für alle...
11. Jetzt beginnt die Diskussion darüber, was passiert ist, was wer getan hat, was die Gründe für dieses Verhalten waren etc. Auch die Anmerkungen des Beobachters werden mit einbezogen.
12. Es werden die Prinzipien der STOPP- und Nachrang-Regeln gemeinsam erarbeitet.
13. Ohne weiter ins Detail zu gehen, sollen die Teilnehmer dazu angeregt werden, dieses Wissen und diese Erfahrungen nun im Auto umzusetzen.

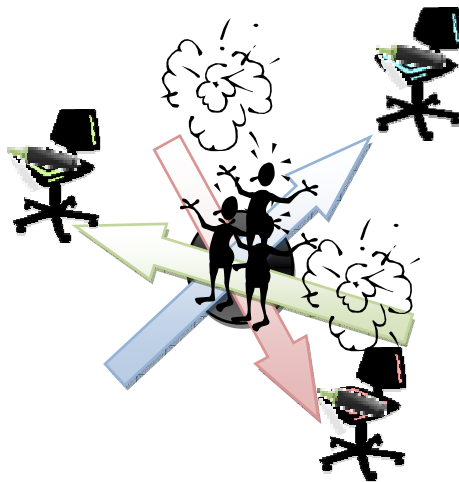
Schema:

Schritt 1 – Aufstellung

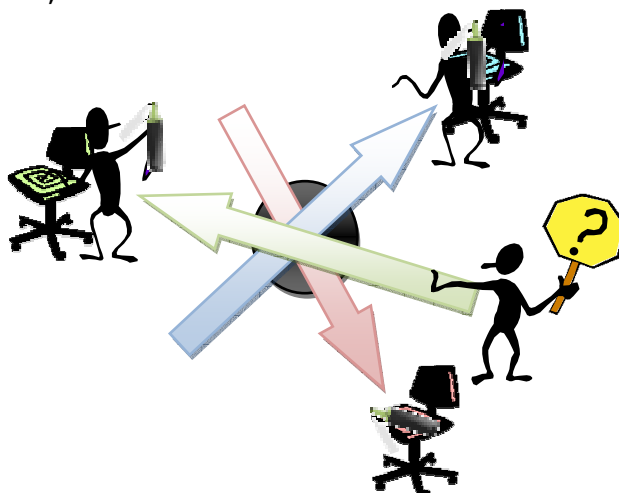


Zentraler Punkt durch ein Stück Papier markiert.

Schritt 2 – eine beispielhafte Möglichkeit: alle stoßen zusammen, keiner erreicht seinen Stift.



Schritt 2 – Ein anderes mögliches Beispiel: eine Person entscheidet, dass die anderen gehen sollen und am Schluss erreicht er selber seinen Stift nicht. Er ist unglücklich, dass er „den Verkehr reguliert“ hat, und dabei verloren hat.



Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann sehr einfach angewendet werden, da es wenig Material braucht. Man braucht zumindest 3 Teilnehmer und einen Beobachter. Der Beobachter ist nicht unbedingt notwendig, jedoch sind seine Beiträge als Außenstehender hilfreich. Diese Übung ist für die Teilnehmer sehr sinnvoll: Sie können die Bedeutung von Verkehrsregeln in einem absolut sicheren Umfeld erfahren. Sie können sowohl die Verkehrsregeln als auch die Hintergründe in verständlicher Weise erfahren.

2.2.19. Sitzeinstellung

Coaching Szenario entwickelt von Gérard Acourt - Catherine Trotin (ECF)

Aus dem französischen Fahrausbildungscurriculum

Wissen:

- Sitzposition richtig einstellen
- Kopfstütze einstellen
- Spiegeln
- Sicht durch Windschutzscheibe prüfen
- Mitfahrer richtig platzieren und über deren Beeinflussung wissen
- Eigener Sicherheitsgurt und der der Mitfahrer
- Beladung

Verständnis für die Wichtigkeit des Sicherheitsgurtes.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll die Bedeutung der richtigen Sitzeinstellung und dessen Auswirkungen richtig verstehen.

Ort des Szenarios

Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Der Fahrlehrer bittet die Fahrschüler ein kleines LEGO-Auto sehr rasch zusammenzubauen. Er gibt keine Instruktionen, wie er zusammengebaut werden soll. Schon nach sehr kurzer Zeit überprüft er den Fortschritt und lässt sich die Arbeitsweise erklären. Die Teilnehmer sollen erkennen, dass es am besten geht, wenn man die Anleitung verwendet. Dann soll diese Erkenntnis auf die richtige Sitzposition übertragen werden. Die Teilnehmer sollen nun eine Checkliste für das Platz nehmen hinter dem Lenkrad erstellen - wie eine Gebrauchsanweisung.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Der Coach erklärt die heutige Übung
2. Der Coach erklärt das Ziel der heutigen Übung
3. Der Coach erklärt, dass sie heute etwas Ungewöhnliches ausprobieren werden:
Ein Rollenspiel
4. Der coach gibt jeder Person eine LEGO-Schachtel.
5. Er sagt, dass jeder so schnell wie möglich ein LEGO-Auto zusammenbauen soll.
6. Er beobachtet, wer die Beschreibung dazu verwendet und wenn diese Personen als Erste fertig sind, stoppt er das Spiel
7. Nun soll man schauen, wie sich die anderen bei der Übung getan haben (einige sind fertig, andere erst mitten drin oder haben nicht einmal begonnen).
8. Jeder soll erklären, auf welche Weise er gearbeitet hat. (mit Anleitung, einfach drauf los, erst Steine sortiert...)

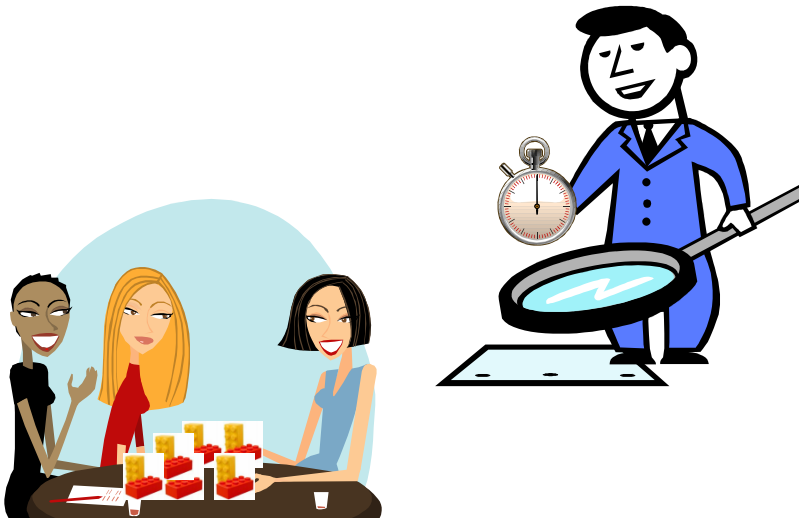
9. Die Gruppe soll herausfinden, dass diejenigen, die nach der Anleitung gebaut haben am weitesten gekommen sind.
10. Die Gruppe soll nun über die Wichtigkeit von Anleitungen diskutieren.
11. Nun stellt der Coach den Zusammenhang zur heutigen Übung (Fahrersitz einstellen...) her
12. Sie sollen nun eine diesbezügliche Checkliste erarbeiten.
13. Jeder erhält ein leeres Blatt Papier und soll zu arbeiten beginnen.
14. Nun sollen sie ihre Checkliste in einem Auto ausprobieren (nächster Teil der Übung).

Schema:

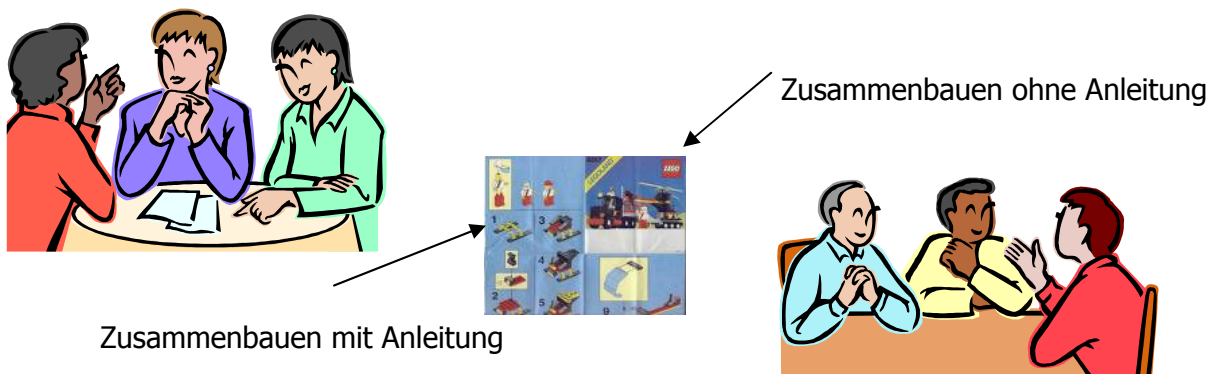
Schritt 1: Austeilen des Spiels (Lego, maximal 30 Steine) samt Anleitung.



Schritt 2: Jeder soll sein Auto zusammenbauen. Beobachten Sie, wer die Anleitung verwendet und stoppen Sie das Spiel sobald die mit der Anleitung (als erste) fertig sind.



Schritt 3: Besprechen Sie die unterschiedlichen Arbeitsweisen und arbeiten Sie dabei heraus, dass die effektivste Arbeitsweise jene ist, wenn man eine Anleitung verwendet.



Schritt 4: Zusammenhang der Schlussfolgerungen zur heutigen Übung und zur folgenden Checkliste.



Schritt 5: Leere Zetteln verteilen, sodass jeder seine Checkliste zur Sitzeinstellung usw. Erstellen kann, die er dann im Auto anwenden soll. .



Anwendung in der Fahrausbildung

Für dieses Szenario benötigt man ausreichend Lego Bausteine und Anleitungen sowie mehrere Blätter von unbeschriebenem Papier. Es kann Spaß machen und mit einem einfachen Spiel, das jedem vertraut ist kann man wichtige Prinzipien herausarbeiten. Es kann erkannt werden, dass das Verwenden einer Checkliste sehr viele Vorteile birgt und dass dadurch die Effektivität erhöht wird, auch wenn es anfangs umständlich und langweilig erscheinen mag.

2.2.20. Andere Verkehrsteilnehmer warnen

Coaching Szenario entwickelt von Gérard Acourt - Catherine Trotin (ECF)

Aus dem französischen Fahrausbildungscurriculum

- *Wisse wie man folgendes rasch verwendet:*
 - Blinker
 - Hupe
 - Warnblinkanlage
 - Blinkende Bremsleuchten
 - Lichthupe

- *Wissen:*
 - Wann man Andere warnt
 - Wie man sie warnt (akustisch oder optisch)
 - Wann es verboten ist zu hupen

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahr Schüler soll verstehen, dass eine gemeinsame Sprache für die Kommunikation mit anderen Teilnehmern wichtig ist, um Risiken und unangenehme Situationen zu vermeiden.

Ort des Szenarios

Unterrichtsraum

Hauptebene der GDE-Matrix

3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Der Fahrlehrer legt einige Dominosteine auf den Tisch. Die ersten 3 oder 4 Steine bilden die Basis für einen Turm. Er teilt einige Anleitungen aus und die Teilnehmer sollen in Zweiergruppen zu arbeiten beginnen. Er erklärt, dass die Verlierer den letzten Stein auf den Turm setzen müssen. Nachdem der Fahrlehrer die Teilnehmer gefragt haben, ob jemand eine andere Sprache als die schriftlichen Instruktionen spricht, weist er darauf hin welche Vorteile und Nachteile eine gemeinsame Sprache nach sich zieht. Der Sinn dieser Übung besteht darin, dass man die Vorteile von allgemein verständlichen Verkehrsregeln im Sinneiner gemeinsamen Sprache versteht.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Der Coach erklärt die heutige Übung.
2. Der Coach erklärt die genauen Ziele der heutigen Übung.
3. Der Coach erklärt, dass man heute etwas Ungewöhnliches machen wird: ein Spiel mit Dominosteinen
4. Er legt einige Dominosteine auf den Tisch, wobei die ersten 3 – 4 Steine die Basis eines Turmes bilden. Er verteilt schriftliche Instruktionen, welche in unterschiedlichen Sprachen verfasst sind und bittet, dass man sich in Zweiergruppen aufteilt. Er erklärt, dass die Verlierer den letzten Stein auf den Turm setzen müssen, wodurch dieser umfallen könnte.

5. Jedes Paar muss die unterschiedlichen Instruktionen entziffern:
 - "du kannst 3 Steine nehmen und weiterbauen",
 - "du kannst 4 Steine wegnehmen",
 - "du kannst 2 Steine zum Weiterbauen auswählen",
 - "du musst 2 Steine entfernen",
 - "baue mit 3 Steinen den Turm weiter",
 - ...Beobachten Sie wie jedes Paar arbeitet.
6. Lassen Sie die Paare die Texte entziffern. Einige werden erfolgreich sein, andere nicht. Einige werden am Turm weiterbauen, andere werden ihm zum Umstürzen bringen. Beobachten Sie Paare und beenden Sie nach einigen Minuten die Übung.
7. Bei echten Schwierigkeiten kann der Coach unterstützen.
8. Jedes Paar soll erklären, ob sie die Instruktionen verstanden haben bzw. wie sie diese entziffert haben. Fragen Sie, wie man diese Aufgaben hätte einfacher gestalten können. Fragen Sie, ob die Teilnehmer einen Zusammenhang zu dem heutigen Lernziel sehen.
9. Die Gruppe soll herausfinden, dass eine gemeinsame Sprache dazu verhilft, die Aufgabe zu vereinfachen, zu beschleunigen und Fehler zu vermeiden etc. Fragen Sie nun die Gruppe, welche gemeinsamen Sprachen sie kennen, zum Beispiel SMS, Zeichensprache, Verkehrsregeln, Warnhinweise usw. Falls niemand die Verkehrsregeln nennt, erfragen sie dies Ziel gerichtet. Sammeln Sie die verschiedenen Warnsignale, die dazu dienen, Missverständnisse unter den Verkehrsteilnehmern zu vermeiden.
10. Ziehe Sie über das heute gelernte zusammenfassende Schlussfolgerungen und appellieren Sie an die Fahrschüler, dies in der Fahrstunde umzusetzen.

Schema:

Schritt 1: Die Fahrschüler betreten den Raum



Schritt 2: Austeilen der Instruktionen in unterschiedlichen Sprachen und die Teilnehmer versuchen die Instruktionen in Zweiergruppen zu entziffern.



Schritt 3: Nach dem Entziffern beginnen Sie den Turm zu bauen:



Schritt 4: Nach einigen Minuten startet der Instruktor eine Diskussion über den Sinn einer gemeinsamen Sprache.



Schritt 5: Die Teilnehmer sollen darüber nachdenken, ob sie auch andere gemeinsamen Sprachen inklusive der Verkehrsregeln kennen. Listen Sie diese auf und halten Sie fest, wann diese am Besten verwendet werden sollen.



Anwendung in der Fahrausbildung

Die Texte (Anleitungen) müssen auf einigen Zetteln vorbereitet werden. Dominosteine werden ebenfalls benötigt. Die Diskussion soll langsam in Richtung Sinnhaftigkeit von Verkehrsregeln und Warnsignalen geführt werden.

2.2.21. Beobachten und Scannen

Coaching Szenario entwickelt von Gérard Acourt - Catherine Trotin (ECF)

Aus dem französischen Fahrausbildungscurriculum

- *Hinweise zum vorausschauenden Fahren erkennen:*
 - Nach vorne
 - Zur Seite
 - Nach Hinten (Rückspiegeln)
- *Fähigkeit Hinweise zu erkennen:*
 - Vom Straßenraum
 - Vom Auto (Armaturenbrett, Geräusch)
 - Von anderen Verkehrsteilnehmern

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Die Ziele des Szenarios sind:

- Anpassung der Geschwindigkeit an eine Reihe von persönlichen und außen liegenden Faktoren, welche sich plötzlich ändern können.
- Der Fahrschüler soll Strategien finden, diese Faktoren zu beobachten, zu erkennen und zu bewerten.
- Erfahrungen darüber sammeln, welche möglichen Konsequenzen es nach sich zieht, wenn man diese Faktoren bei der Geschwindigkeitswahl nicht beachtet.
- Dabei soll individuelles Lernen ermöglicht werden. Auch der Transfer vom Fahren und allgemeinen Leben soll herausgearbeitet werden.

Ort des Szenarios

Im Unterrichtsraum (in Gruppe)

Hauptebene der GDE-Matrix

3 und 4

Kurzzusammenfassung der Übung

Erkennen jener Faktoren, die für die richtige Geschwindigkeitswahl entscheidend sind und herausarbeiten möglicher Konsequenzen bei Nichtbeachtung. Persönliche Erfahrungen werden miteinbezogen.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Die Gruppe betrachtet einige Videos (lustige Videos, die nicht länger als 5 min sind findet man unter: www.faut-rire.com/delirant/une-montee-difficile.html, www.faut-rire.com/chutes/le-frimeur-et-le-plongeoir.html). In diesen Videos sieht man, wie schlechte Entscheidungen und schlechte Voraussicht zu riskanten Situationen führen.
2. Der Instruktor fragt die Gruppe, was sie über diese Videos denken. Was geschah in jenem Video? Wieso kam es zu diesen Resultaten. Was hätte man zur Vermeidung tun können, was wäre zu erwarten gewesen. Die Diskussion soll zu einer Liste von für

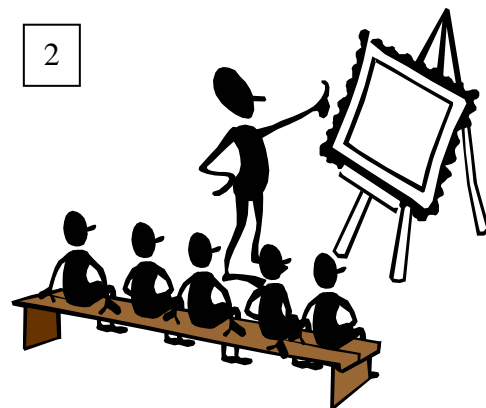
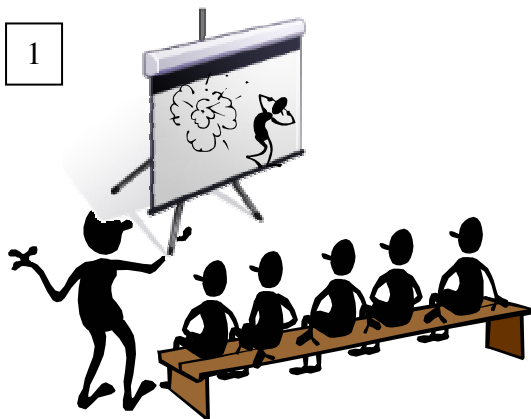
das Fahren relevanten Verhaltensweisen führen, wie zum Beispiel Vorhersehen, Beobachten, vor dem Handeln nachdenken....

3. Fragen Sie die Teilnehmer nach ähnlichen Situationen, welche sie persönlich erlebt haben (egal, ob diese im Zusammenhang mit dem Fahren stehen oder nicht). Fragen Sie, was die Teilnehmer in diesen Situationen zur Vermeidung tun hätten können und wie sie sich gefühlt haben. Sie können dies mittels Mimik, Gestik, Erzählen oder Bewegung im Raum tun. Bewegung und Austausch soll gefördert werden.
4. Die Teilnehmer sollen sich Verkehrssituationen vorstellen, in denen falsches Beobachten oder falsche Voraussicht zu einer gefährlichen Situation geführt haben. (vielleicht eine Situation, die sie selbst erlebt haben – z.B. Als Kind oder als Fahrschüler) Sie sollen den Sinn der Übung finden: Faktoren, die für die Geschwindigkeitswahl wichtig sind, sollen beobachtet und identifiziert werden.
5. Auch der Coach muss sein eigenes Erlebnis schildern, in welcher er eine riskante Situation hergestellt hat, da er bestimmte Faktoren nicht beachtet hat. Er soll dann auch sagen, wie er diese Situation vermeiden hätte können.
6. Dann soll jeder Teilnehmer eine von 10 – 12 Karten ziehen. Auf jeder dieser Karten steht ein persönlicher oder äußerer Faktor, der für das Fahren wichtig ist.
7. Dann soll jede Person ihre Karte im Bezug auf den Faktor erklären und die damit verbundenen Risiken beschreiben.
8. Nun sollen die Fahrschüler das Erlernte im Straßenverkehr umsetzen.

Schema :

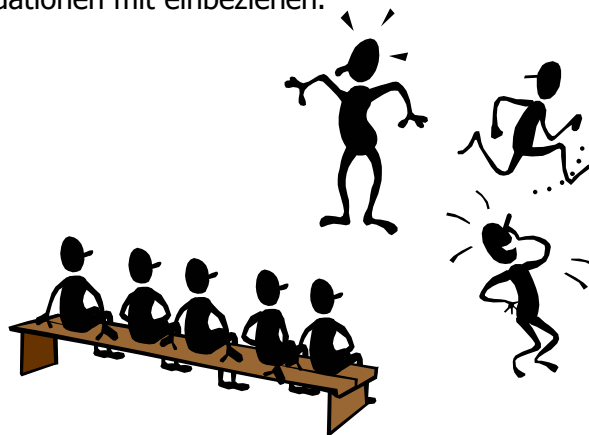
Schritt 1:

Der Fahrlehrer zeigt die Videoclips und verfasst mit den Teilnehmern eine Liste der Faktoren: Beobachten, Vorhersehen, Handeln...



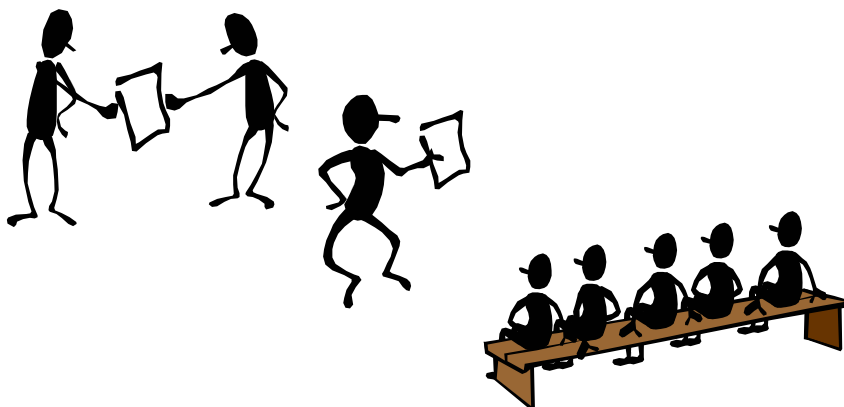
Schritt 2:

Die Teilnehmer sollen über ihre Karten berichten und zwar mittels Mimik, Gestik, Bewegung und dabei auch ähnliche Situationen mit einbeziehen.



Schritt 3:

Der Coach teilt Karten mit Faktoren für das sichere Fahren aus, um eine spätere Diskussion zu initiieren.

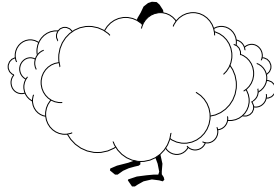


Karten (Beispiele)

Müdigkeit



Ablenkung



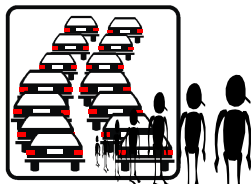
Ärger



Regen



Stau



Leerer Tank



Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario bedarf einiger Vorbereitungen: Videos und Karten. Wichtig dabei ist, dass jeder seine persönlichen Erfahrungen in die Diskussion einbringt. Humor ist dabei wichtig. Dieses Szenario kann auch in Einzelsettings ausgeführt werden. Das Wichtigste dabei ist, dass Erfahrungen ausgetauscht werden, wodurch ein besseres Verständnis geschaffen wird, bevor die erarbeitenden Faktoren umgesetzt werden.

2.2.22. Bevor es richtig losgeht – der erste Kontakt zur Fahrausbildung

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Autofahren ist nicht ein rationales Bewegen von A nach B, sondern eine sehr komplexe Tätigkeit in einem sozialen Begegnungsraum. Dabei werden Fahrten und die damit verbundenen Risiken sehr stark durch Fahrmotive und Fahrtzwecke sowie durch die Lebenseinstellung und Einstellung zum Straßenverkehr bestimmt. Darüber sind sich die wenigsten Fahrer bewusst. Je frühzeitiger und intensiver Fahrer lernen, sich mit diesen Faktoren auseinandersetzen und diese zu hinterragen, desto größer wird das Vermögen selbstkritisch Fahrsituationen einzuschätzen und dämpfend zu handeln bzw. bestimmte Situationen zu vermeiden.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Die Fahrschüler/Fahranfänger sollen sich bewusst machen, aus welchen Gründen und mit welchen Einstellungen sie Autofahren wollen. Dabei sollen Sie erkennen, welche Risiken damit verbunden sein können und was sie tun können, einerseits selbst risikoreiche Situationen zu erkennen und andererseits diese zu dämpfen oder gänzlich zu vermeiden.

Zwischenziele des Szenarios

- Die Fahrschüler/Fahranfänger sollen drei für sie wichtigen Gründe für den Erwerb des Führerscheins benennen.
- Die Fahrschüler/Fahranfänger sollen reflektieren und erkennen, ob durch den Grund (Fahrmotiv oder Einstellung) ein besonderes Risiko beim Fahren auftreten kann.
- Die Fahrschüler/Fahranfänger sollen reflektieren und erkennen, ob es bei den einzelnen Gründen risikoe erhöhende Faktoren gibt, die Fahrten risikoreicher werden lassen.
- Die Fahrschüler/Fahranfänger sollen sich bewusst machen, wie sie erkennen können, dass sie in einer risikoreichen Situation sind.
- Die Fahrschüler sollen überlegen, was sie tun können, um in Risikosituationen dämpfend zu handeln bzw. um Risikosituationen gänzlich zu vermeiden.

Ort des Szenarios

Klassenzimmer

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebenen 3 und 4

Methode

Einzelarbeit (Zurufsammlung) / moderierte Gruppendiskussion / Kleingruppenarbeit

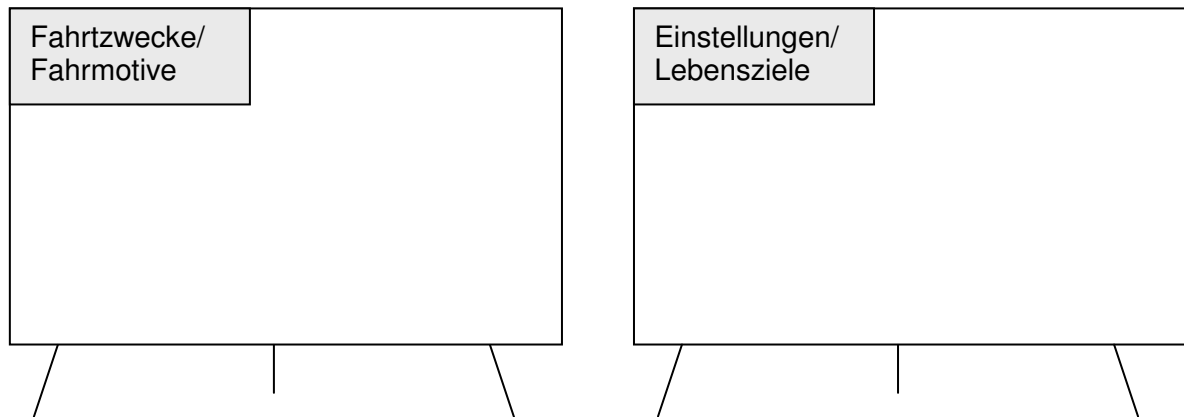
Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Bitte Sie die Fahrschüler/jungen Fahrer sich folgendem Aspekt Gedanken zu machen. Dabei kann folgende Leitfrage eine Hilfe sein:

- Was sind für Sie die drei wichtigsten Gründe, um den Führerschein zu machen?

Geben Sie den Schülern/Fahranfängern für die Bearbeitung etwa 5 Minuten Zeit. Händigen Sie jedem Schüler/Fahranfänger je drei Meta-Plan-Karten mit der Bitte aus, die Gründe auf den Karten zu notieren (je Karte einen Grund).

Bereiten Sie in der Zwischenzeit zwei Pinwände mit folgenden Überschriften vor:
Fahrtzwecke/Fahrmotive und Einstellungen/Lebensziele



Bitten Sie nach etwa 5 Minuten die Fahrschüler/Fahranfänger darum, ihre Karten einzeln vorzustellen und einer der beiden Überschriften zuzuordnen. Dabei sollten sie die Aussage auf der jeweiligen Karte ggf. begründen, wenn sie nicht sofort verständlich ist.

Dafür könnte folgende Leitfrage eine Hilfe sein:

- Können Sie sich vorstellen, was damit gemeint ist?

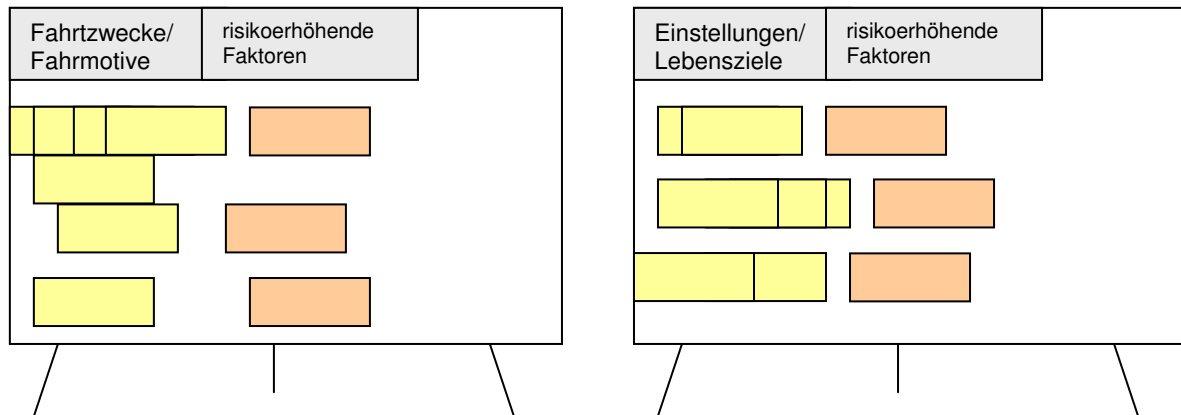
Wenn alle ihre Karten an die beiden Pinnwände gebracht haben, fragen Sie die gesamte Gruppe, ob sie mit der gewählten Sortierung einverstanden sind oder Fragen auftauchen. Hängen Sie gemeinsam mit der Gruppe offensichtliche Dopplungen zusammen, durchaus übereinander, aber so, dass sichtbar ist, dass es mehrere Karten sind.

Bitten Sie nun die Fahrschüler/Fahranfänger darum, darüber nachzudenken, ob mit den jeweilig genannten Gründen Risiken verbunden sind oder es risikoerhöhende Faktoren gibt, die unsicheres Fahren unterstützen bzw. provozieren.

Folgende Leitfragen können dabei eine Hilfe sei:

- Sind mit den vielfältigen Gründen den Führerschein zu machen auch Gründe vorhanden, die dazu beitragen, dass Fahrten risikoreicher sind als andere?
- Können Sie sich vorstellen, dass hier genannte Gründe dazu führen können, dass risikoreicher gefahren wird?
- Gibt es bei den genannten Gründen auch Situationen, die einen risikoerhöhenden Faktor darstellt?

Halten Sie aus der Diskussion genannte Aspekte/Faktoren auf Meta-Plan-Karten fest und sortieren Sie diese den jeweiligen Gründen in einer neuen Spalte mit der Überschrift „risikoerhöhende Faktoren“ zu.



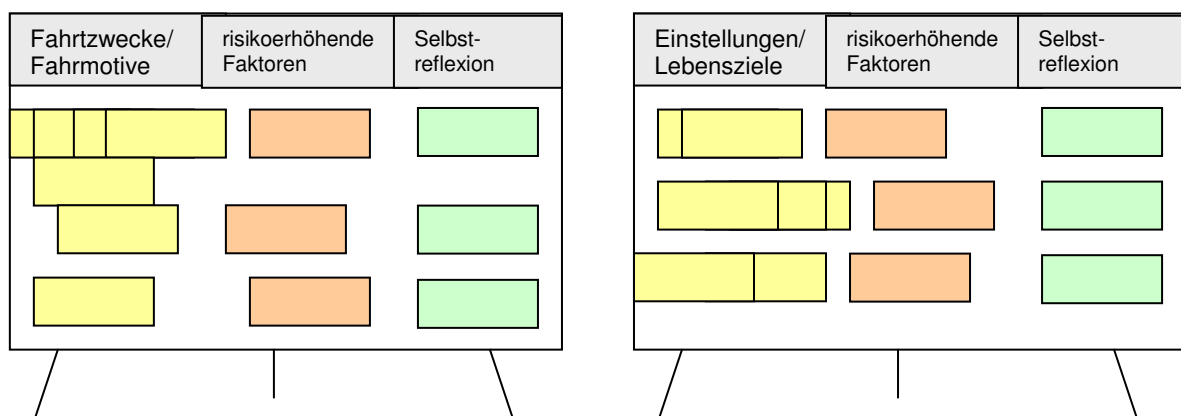
Erarbeiten Sie nun im dritten Schritt Möglichkeiten/Strategien, die dazu beitragen, dass die möglichen Risiken von den Fahrschülern/Fahranfängern erkannt werden können, um sie zu verringern oder sogar zu vermeiden (Selbstreflexion).

Bilden Sie hierzu zwei bis vier Kleingruppen und übergeben Sie jeder Kleingruppe zwei bis drei Gründe für den Führerschein mit den entsprechenden Risiken. Geben Sie den Kleingruppen etwa 10 Minuten Zeit, sich überlegen, wie man die Risikosituationen erkennen kann, wie eine Dämpfung oder sogar Vermeidung aussehen könnte.

Hierfür könnten folgende Leitfragen eine Hilfe sein:

- Was glauben Sie, welche Möglichkeiten haben Sie selbst zu erkennen, wann Sie sich in einem Fahrtzustand befinden, der ein erhöhtes Risiko beinhaltet? Was könnten Sie dagegen tun?
- Woran glauben Sie, können Sie erkennen, dass eine Fahrt risikoreicher wird und was können Sie dann tun?
- Woran können Sie merken, dass der benannte Grund dazu führt, dass die Fahrt risikoreicher wird und was könnten Sie dann tun?

Bitten Sie die Fahrschüler/Fahranfänger ihre Arbeitsergebnisse auf möglichst grünen Meta-Plan-Karten fest zu halten. Teilen Sie den Fahrschülern/Fahranfängern mit, dass sie später ihre Arbeitsergebnisse im Plenum vorstellen sollen und den entsprechenden Gründen an der Pinnwand zuordnen sollen, damit folgendes Bild entsteht.



2.2.23. Mitfahrer im Auto I

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Junge Fahranfänger geraten sehr häufig in die Situation, dass sie mehrere gleichaltrige Mitfahrer im Auto mitnehmen und mit ihnen gemeinsam ihre Freizeit gestalten wollen. Diese Fahrsituationen sind durch unterschiedliche jugendtypische Risikofaktoren gekennzeichnet: Gruppendruck, Gruppendynamik, Ablenkung, Freizeiterleben, Imponiergehabe, Anstachelung, Lautstärke etc.

Die Fahrausbildung bietet nur geringe Übungsmöglichkeiten, sich mit dieser Fahrsituation auseinander zusetzen, zumal die Fahrschüler zu diesem Zeitpunkt nur auf Erfahrungen zurück greifen können, die sie als Mitfahrer erlebt haben. Eine Erfahrung als Fahrer ist eher nicht zu erwarten. Ein Vortrag und manchmal auch eine Diskussion über die besonderen Risiken wird von den jungen Menschen eher als eine Bevormundung erlebt – man sagt ihnen, wie risikoreich sie sind.

Insofern ist es notwendig, einen Perspektivwechsel vorzunehmen und ein „peer-to-peer-Lernen“ zu ermöglichen. Dies gelingt aber nur, wenn man auf unmittelbar erlebte Erfahrungen zurückgreifen kann. Davon besitzen die jungen Menschen eine Vielzahl, teilweise angenehme und teilweise unangenehme Erfahrungen, jedoch als Mitfahrer. Insofern lautet die Zielsetzung, sie in ihrer Rolle als Mitfahrer zu aktivieren und einen auf Erfahrungen basierenden Transfer für die Fahrerrolle einzuleiten.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

- Die Fahrschüler sollen aus ihren Erfahrungen als Mitfahrer zu ausgewählten Fragestellungen Stellung nehmen.
- Die Fahrschüler sollen aus ihrer Erfahrung formulieren, wie ein Fahrer fährt, wenn sie sich besonders wohl fühlen.
- Die Fahrschüler sollen aus ihrer Erfahrung formulieren, was ein Fahrer macht, wenn sie sich als Mitfahrer nicht wohl fühlen.
- Die Fahrschüler sollen aus ihrer Erfahrung sammeln, welches Verhalten von Mitfahrern Fahrer dazu verleiten kann, risikoreicher als sonst zu fahren.
- Die Fahrschüler sollen aus ihrer Erfahrung beschreiben, was ein Fahrer tun kann, damit ihn Mitfahrer beim Fahren nicht ungünstig beeinflussen können.
- Die Fahrschüler sollen darüber diskutieren, welche Schwierigkeiten bei der Anwendung der Strategien auftreten könnten und welche weiteren Hilfestellungen sie in der Anwendung und Umsetzung darin unterstützen könnten.

Ort des Szenarios

Klassenzimmer

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebenen 3 und 4

Methode

Viereckenmethode

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

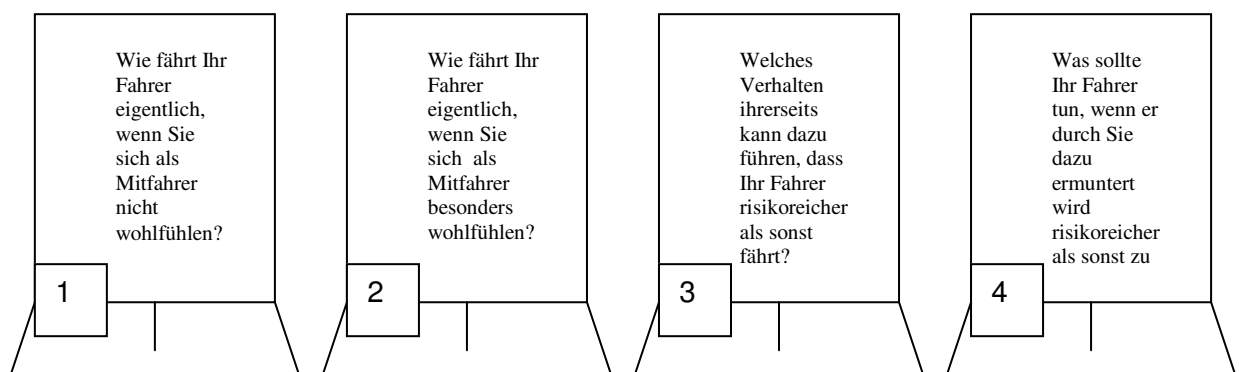
Es werden vier Kleingruppen mit ähnlicher Gruppengröße gebildet. Gleichzeitig stehen in vier Ecken vier Flipcharts mit unterschiedlichen Fragenstellungen bereit.

Frage 1: Wie fährt Ihr Fahrer eigentlich, wenn Sie sich als Mitfahrer nicht wohlfühlen?

Frage 2: Wie fährt Ihr Fahrer eigentlich, wenn Sie sich besonders wohlfühlen?

Frage 3: Welches Verhalten Ihrerseits kann dazu führen, dass Ihr Fahrer risikoreicher fährt als bei anderen Fahrten?

Frage 4: Was sollte Ihr Fahrer tun, wenn er durch Sie dazu ermuntert wird risikoreicher als sonst zu fahren?



Jede Kleingruppe bekommt eine Ecke zugeteilt und hat die Aufgabe, entsprechende Antworten zur gestellten Frage auf dem Flip-Chart zu notieren. Hierfür stehen 7 Minuten Zeit zur Verfügung.

Im Anschluss wandern die vier Gruppen im Uhrzeigersinn weiter zum nächsten Flip-Chart und damit zur nächsten Frage. Die Aufgabe besteht nun darin, nur noch Ergänzungen vorzunehmen. Hier stehen 5 Minuten Zeit zur Verfügung.

Nach Ablauf der 5 Minuten wandern die vier Gruppen wieder im Uhrzeigersinn weiter zum nächsten Flip-Chart und zur nächsten Fragestellung. Für weitere Ergänzungen stehen jetzt nur noch 3 Minuten zur Verfügung, bevor noch ein letzter Wechsel im Uhrzeigersinn erfolgt und nochmals in 3 Minuten Ergänzungen vorgenommen werden sollen.

Nachdem nun alle vier Gruppen alle vier Fragestellungen bearbeitet haben, wird die Arbeitsphase mit einem Lob und Dank beendet.

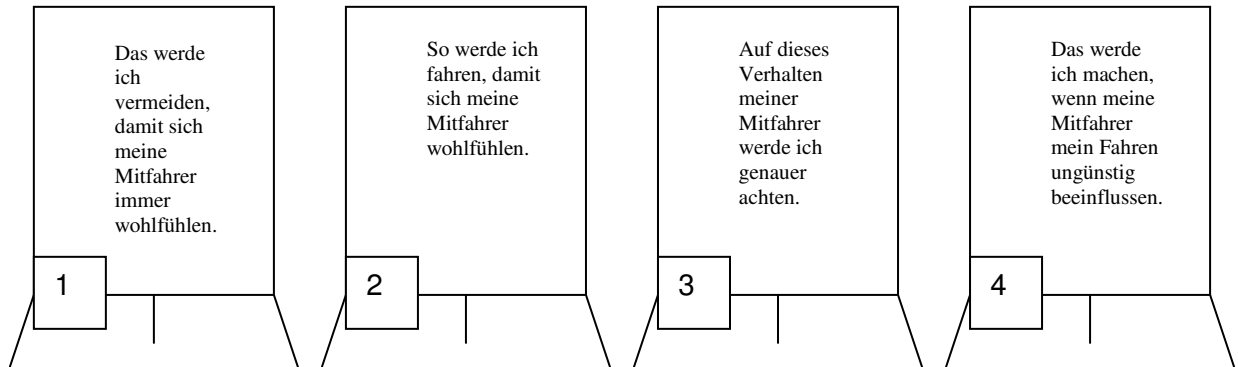
Anschließend werden die einzelnen Fragestellungen durch folgende Überschriften ausgetauscht:

Überschrift 1: Das werde ich vermeiden, damit sich meine Mitfahrer immer wohl fühlen.

Überschrift 2: So werde ich fahren, damit sich meine Mitfahrer wohl fühlen.

Überschrift 3: Auf dieses Verhalten meiner Mitfahrer werde ich genauer achten.

Überschrift 4: Das werde ich machen, wenn meine Mitfahrer mein Fahren ungünstig beeinflussen.



Auswertung

Mit den nun vorliegenden Ergebnissen haben die jungen Fahranfänger Strategien an der Hand, die sie auf Basis persönlicher Erfahrungen selbst erarbeitet haben. Dennoch muss noch eine tiefer gehende Behandlung in Form einer moderierten Gruppendiskussion erfolgen, damit sich die jungen Fahranfänger intensiv mit den Strategien und ihrer Anwendung beschäftigen können. Dabei könnten folgende Leitfragen eine Hilfe sein:

- Was könnte sie dazu verleiten, doch so zu fahren, dass sich ihre Mitfahrer nicht so wohl fühlen? Wie könnten Sie das verhindern?
- Was könnte schwierig sein, risikoerhöhendes Verhalten von Mitfahrern zu erkennen? Welche Hilfestellungen könnten sie unterstützen?
- Lassen sich Mitfahrer aus ihrer bisherigen Erfahrung mit den formulierten Strategien leicht beeinflussen? Könnten dabei schwierige Situationen auftreten? Was könnten Sie in solchen Fällen noch machen?

2.2.24. Mitfahrer im Auto II

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

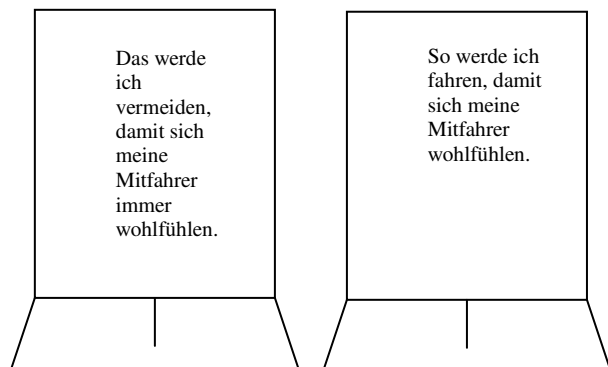
Ort des Szenarios

Klassenzimmer

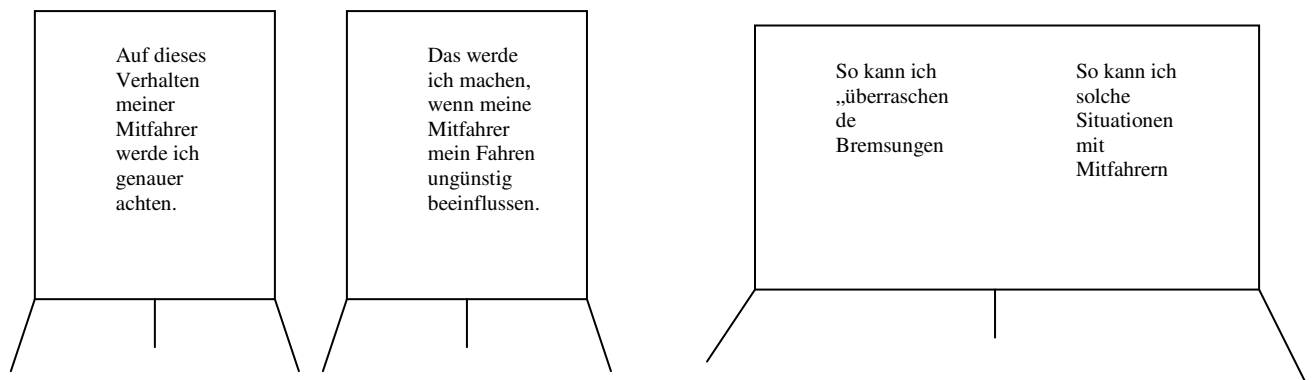
Dieses Szenario kann nur durchgeführt werden, wenn die Szenarien 2.3.5. Mitfahrer im Auto – Ablenkung durch Gruppe und 2.2.23. Mitfahrer im Auto bereits durchgeführt wurden. Die Szenarien behandeln beide die Mitfahrerproblematik. Mit dem Szenario 2.2.23. wird dieses Thema in einem Seminarraum auf Grundlage bereits vorhandener Erfahrungen der Teilnehmer behandelt und betrachtet. Mit dem Szenario 2.3.5. hingegen steht eine Übung zur Verfügung, anhand derer praktischer Erfahrungen und Eindrücke im Vordergrund stehen.

Im deutschen 2-Phasen-Modell „Fortbildungsseminar für Fahranfänger“ ist eine ähnliche Vorgehensweise vorgesehen. Dabei werden die Ergebnisse von beiden Szenarien in der letzten Sitzung zusammen geführt, um anwendbare und tragfähige Strategien für die Zukunft erarbeiten zu können.

Szenario 2.2.23.



Szenario 2.3.5.



Dabei sollte die Diskussion dahin gehen, dass die Teilnehmer darüber sprechen, was in der Umsetzung sehr schwer und was sehr leicht fallen könnte. Hierbei sind die Begründungen sehr wichtig, um eventuell weiterführende Strategien zu entwickeln.

2.2.25. Emotionen im Fahrzeug

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Autofahren ist kein rationelles „sich bewegen“ von A nach B. Autofahren ist ein „sich bewegen“ in einem sozialen System, begleitet mit Gefühlen und Emotion. Freude, Traurigkeit, Ärger, Angst, Wut sind regelmäßiger Begleiter. Aktionen führen zu Reaktionen, nicht immer positiv. Das Verhalten eines Anderen wird als persönlicher Angriff gewertet und es kommt zur Gegenwehr. Teilweise wird das Verhalten eines Anderen als aggressiv bewertet ohne zu wissen, dass es auch so gemeint war.

Es gibt keine Fahrt ohne Gefühle oder Emotionen, sie sind vorhanden und werden ins Fahrzeug mitgenommen (Ärger in der Schule, der Streit mit dem Freund oder die Vorfreude auf ein Date).

Aber Emotionen und Gefühle bestimmen das Autofahren mit, manche Fahrten werden durch Gefühle und Emotionen geprägt. Fahrschüler haben im Rahmen der Fahrausbildung keinen Erfahrungen im Umgang mit Emotionen und Gefühlen als Fahrer. Insofern wird dieses Thema eher nur theoretisch im Unterricht behandelt.

Die Aufgabe des Ausbilders muss jedoch lauten, ein ähnliches soziales System zu finden, in dem die Fahrschüler Erfahrungen mit Emotionen und Gefühlen besitzen. Hierfür eignet sich z.B. die Situation Unterricht in der Schulklasse oder die Party im Freundeskreis, die den Gesprächsanlass bietet. Anhand der dann erarbeiteten Ergebnisse lassen sich Rückschlüsse für den Straßenverkehr ziehen.

Anmerkung: Emotionen und Gefühle anzusprechen oder zu benennen, fällt nicht jedem leicht. Junge Menschen sind da aber ganz offen. Dennoch sollte dieses Szenario erst genommen werden, wenn man als Coach schon Erfahrung mit anderen Szenarien gesammelt hat. Das Szenario eignet sich ganz besonders für den Einsatz in 2nd-phase-modellen.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Die Fahrschüler sollen sich darüber klar werden, dass Emotionen soziale Handlungen bestimmen und zu ungewollten Reaktionen führen. Dabei gilt der Straßenverkehr als soziales System.

Zwischenziele des Szenarios

- Die Fahrschüler sollen benennen, welche Emotionen bzw. Gefühle sie kennen. Dabei geht es allgemein um Gefühle/Emotionen, nicht um eine Aufteilung in negative und positive Gefühle.
- Die Fahrschüler sollen z.B. beschreiben, welche Auswirkungen die genannten Gefühle/Emotionen haben, wenn sie in der Schule im Unterricht sitzen müssen oder wenn sie auf eine Party gehen.
- Die Fahrschüler sollen konkrete Situationen benennen, in denen Gefühle/Emotionen zu für sie unverständlichen Reaktionen ihres Freundeskreises geführt haben.
- Die Fahrschüler sollen beschreiben, wie sie tun könnten, damit diese für sie unverständlichen Reaktionen vermieden werden.
- Die Fahrschüler sollen erkennen, dass die beispielhaft ausgewählten Sozialsituationen und der Straßenverkehr verglichen werden können.

Ort des Szenarios

Klassenzimmer

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3 und 4

Methode

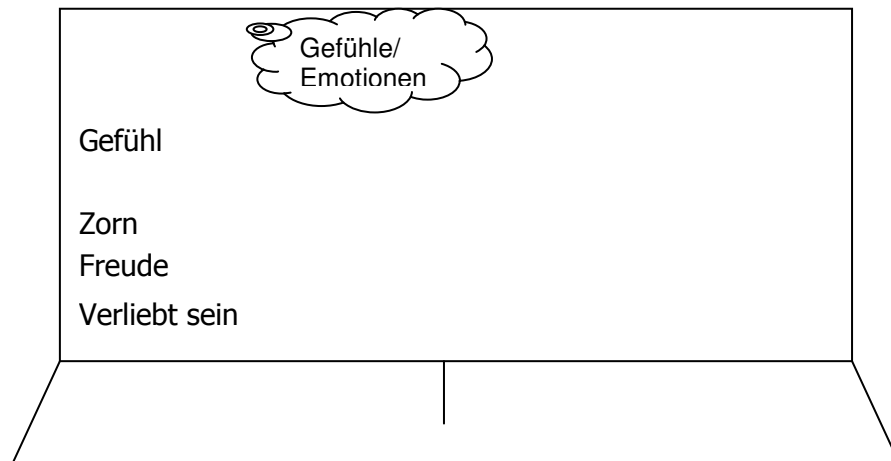
moderiertes Gruppengespräch

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Bitten Sie die Fahrschüler anhand folgender, beispielhafter Leitfragen Gefühle/Emotionen zu benennen, die sie bereits kennen:

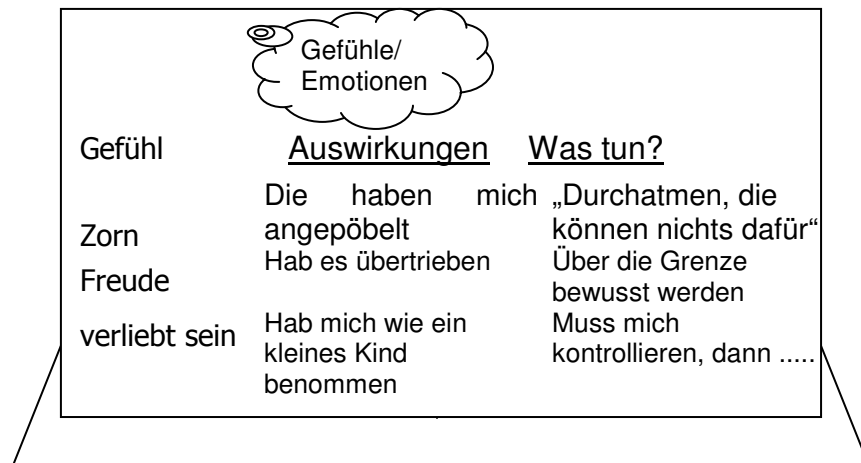
- Welche Gefühle/Emotionen kennen Sie?
- Welche Gefühle/Emotionen haben Sie schon selbst bei sich einmal erlebt?

Halten Sie die genannten Emotionen/Gefühle auf einem Flip-Chart fest.



Bitten Sie im Anschluss die Fahrschüler z.B., sich an eine Schulsituation oder den Besuch einer Party zu erinnern und diskutieren Sie anhand möglicher Leitfragen, welche Auswirkungen Gefühle/Emotionen dabei hatten. Halten Sie konkrete Beispiele stichwortartig auf der Flip-Chart fest.

- Können Sie sich noch erinnern, ob Sie mit dem einen oder anderen Gefühl in der Schule saßen (auf einer Party waren)? Haben Sie dort für Sie unverständliche Reaktionen Ihrer Mitschüler (Freunde) erlebt oder war etwas anders als sie es sonst erlebt haben?



Anmerkung: Die Stichworte auf dem Flip-Chart sollen auf der einen Seite konkret sein und Erfahrungen widerspiegeln, dennoch müssen sie noch soweit offen bleiben, dass Ergänzungen möglich sind.

Leiten Sie im Anschluss eine Diskussion über „Was tun?“ ein, um weitergehende Aussagen zu erhalten. Hierfür können folgende Leitfragen eine Hilfe sein:

- Wie kann es Ihnen gelingen, sich über die Grenzen bewusst zu werden?
- Woran könnten Sie erkennen, dass Sie es z.B. beim Autofahren übertrieben haben?
- Welche Auswirkungen hat es, wenn Sie das Gefühl haben, sich wie ein „kleines Kind“ zu benehmen?
- Welche Auswirkungen kann es haben, wenn Sie sich beim Autofahren „wie ein kleines Kind“ benehmen?
- Wie können Sie es schaffen, sich zu kontrollieren? Wie können Sie dies in dieser Situation schaffen? Wie könnte das beim Autofahren funktionieren?
- Wieso wurden Sie angepöbelt? Was haben Sie gemacht?
- Was könnte das bedeuten, wenn Sie zornig Auto fahren? Was bedeutet für Sie „durchatmen“ genau?

2.2.26. Befahren von Kurven mit Orientierungshilfen

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Junge Fahranfänger lernen im Rahmen der Fahrausbildung das Durchfahren einer Kurve, jedoch selten mit einem klaren Handlungsmuster (Geschwindigkeit, Blicktechnik). Hier neigen Fahrlehrer eher dazu, zu korrigieren, statt Hilfen zu erarbeiten. Dies wird den jungen Menschen bei ihren ersten Alleinfahrten manchmal zum Verhängnis, da sie entweder zu schnell sind oder keine Orientierungshilfen haben. Durch den Fahrlehrer vorgegebene, vorgetragene Orientierungshilfen wirken nicht unbedingt, da Menschen unterschiedlich Dinge wahrnehmen und die persönliche Wahrnehmung nicht mit der des Fahrlehrers identisch sein muss.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

- Der Fahrschüler soll selbst erarbeiten, welche Orientierungspunkte für ihn ein Hilfe sein könnten, um sich beim Befahren einer Kurve zu orientieren.
- Der Fahrschüler soll eigenständige Erfahrungen in der Anwendung der von ihm gewählten Orientierungspunkte machen und seine Erfahrungen auswerten.
- Der Fahrschüler soll gegebenenfalls die Wahl seiner Orientierungspunkte optimieren.
- Der Fahrschüler soll erarbeiten und begründen, warum ihn die von ihm gewählten Orientierungshilfen beim Durchfahren einer Kurve unterstützen.
- Der Fahrschüler soll bewusst und eigenständig unterschiedliche Kurven mit Hilfe seiner Orientierungspunkt durchfahren und mindestens eine davon kommentierend begleiten.

Ort des Szenarios

Im Fahrzeug

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 2

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Zu Beginn der Fahrstunde/des Lernabschnitts teilen Sie bitte dem Fahrschüler mit, dass das Ziel dieses Lernabschnitts darin besteht ist, am Ende selbständig anhand von zielführenden Orientierungspunkten Kurven sicher zu durchfahren.

Leiten Sie dann Gespräch z.B. mit folgenden Leitfragen ein:

Stellen Sie sich vor, Sie wollen auf der Landstraße eine Kurve durchfahren.

- Woran könnten Sie sich orientieren (Bordsteinkante, Baumreihe, Leitpfosten, Fahrbahnmarkierungen etc.), um in ihrem Fahrstreifen zu fahren?
- Was müssen Sie über die Kurve wissen, um sie sicher zu durchfahren?
- Was müssen Sie noch über die Kurve wissen, um sie sicher zu durchfahren?
- Was ist Ihnen wichtig während einer Kurvenfahrt zu beobachten?

Lassen Sie den Fahrschüler anschließend anhand seiner selbst erarbeiteten Kriterien/Orientierungspunkte zwei bis drei Kurven durchfahren und werten Sie anschließend im Stand die Erfahrungen anhand möglicher Leitfragen aus:

- Wie haben Sie sich beim Durchfahren der Kurven gefühlt?
- Ist es so gelaufen, wie geplant, oder ist es anders gelaufen?
- Haben Sie sich an den Punkten orientiert, die sie sich vorgenommen haben oder haben sie andere Punkte gewählt?
- Was ist auf Basis der Erfahrungen für sie wichtig, um eine Kurve sicher zu durchfahren?
- Was ist für Sie von besonderer Bedeutung, bevor Sie eine Kurve durchfahren?
- Müssten Sie noch etwas ändern, damit Sie sich beim Durchfahren der Kurven besonders wohl fühlen?

Bitten Sie anschließend den Fahrschüler darum, ganz kurz zu begründen, warum ihm seine gewählten Orientierungspunkte beim sicheren Durchfahren von Kurven unterstützen. Lassen Sie Ihren Fahrschüler dann nochmals ein paar Kurven durchfahren und bitten Sie ihn, dass er mindestens eine davon kommentiert, also berichtet, wo er gerade hinguckt und was er beobachtet.

Wenn so genügend praktische Erfahrungen beim sicheren Durchfahren von Kurven vorliegen, werten Sie die gemachten Erfahrungen nochmals anhand beispielhafter Leitfragen aus:

- Wie haben Sie sich diesmal beim Durchfahren der Kurven gefühlt?
- Gab es Unterschiede zu den Fahrten davor?
- Fiel es Ihnen eher leicht oder schwer sich in den Kurven zu orientieren?
- Gaben die gewählten Orientierungspunkte Sicherheit oder haben Sie sich noch an anderen Punkten orientiert?
- Haben wir aus Ihrer Sicht das Anfangs gesetzte Lernziel erreicht?

2.2.27 Müdigkeit im Fahrzeug

Coaching scenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Insbesondere für junge Fahranfängerrinnen und Fahranfänger stellt die Freizeitfahrt einen hohen Stellwert dar. Dabei neigen junge Menschen dazu, sich insbesondere am Wochenende, aber nicht nur, abends zu treffen und bis tief in die Nacht, manchmal bis zum Morgen gemeinsam zu feiern. Häufig sind die jungen Mensch dabei mit dem Auto unterwegs, teilweise, weil die Treffpunkte nur schwer zu erreichen sind, teilweise aber auch, um nachts flexibel zu sein und den Treffpunkt schnell zu wechseln.

Ein besonderes Risiko liegt für die jungen Menschen darin, dass sie teilweise mit sehr langen Wachphasen unterwegs sind und Müdigkeit die Fahrten begleitet. Selten hinterfragen Fahrer dabei ihre eigene Fitness.

Aber auch bei anderen Fahrten kann das Risiko der Übermüdung auftreten, z.B. bei längeren Urlaubsfahrten oder Fahrten nach langen Arbeits- bzw. Lerntagen.

Müdigkeit hinterm Lenkrad stellt ein sehr hohes Risiko dar, im Straßenverkehr die Kontrolle über das Fahrzeug zu verlieren und zu verunglücken. Unglücklich hinzu kommt, dass einige Fahrer denken, sie könnten Müdigkeit durch irgendwelche „Wunderrezepte“ in den Griff zu bekommen.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Die Fahrschüler sollen in die Lage versetzt werden, ihre eigenen Anzeichen (Signale) für Müdigkeit zu erkennen und zu deuten sowie geeignete Strategien bereit zu haben, um Fahrten unter Müdigkeit zu vermeiden.

Zwischenziele des Szenarios

- Die Fahrschüler sollen aus ihrer Erfahrung Situationen benennen, in denen das Risiko bestehen könnte, dass sie Autofahren würden, obwohl sie sehr müde sind.
- Die Fahrschüler sollen Strategien benennen, die ihnen dabei helfen können, Fahrten unter Müdigkeit zu vermeiden.
- Die Fahrschüler sollen die Strategien miteinander vergleichen.
- Jeder Fahrschüler soll sich aus der entstandenen Auswahl denkbarer Strategien, diejenigen heraus suchen, die am ehesten zu ihm passt und angewendet werden würde.

Ort des Szenarios

Klassenzimmer

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 3 und 4

Methode

Moderiertes Gruppengespräch, Partnerarbeit, Wertung

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Leiten Sie das Gespräch ruhig damit ein, den Fahrschülern kurz darzustellen, dass Müdigkeit ein hohes Unfallrisiko beinhaltet und, dass es schwer fällt, seine ganz persönlichen Signale für Müdigkeit zu erkennen.

Bitte Sie die Fahrschüler im Anschluss darum, Situationen zu benennen, in denen sie trotzdem Autofahren würden, obwohl sie übermüdet sind. Hierfür können folgende Leitfragen eine Hilfe sein:

- „Denken Sie bitte an Situationen in letzter Zeit, wo Sie gemerkt haben, dass Sie sehr müde sind? Woran haben Sie gemerkt, dass sie gerade sehr müde sind? Gab es auch Situationen, in denen Sie schlagartig von Müdigkeit „überfallen“ wurden? Was waren das für Situationen?“
- „Können Sie sich vorstellen, dass Sie Ihr Auto fahren würden, obwohl Sie wissen, dass Sie sehr müde bis übermüdet sind. Was könnten das für Situationen sein?“

Bilden Sie Paare und ermutigen Sie die Fahrschüler, dass Sie die Situationen mit Ihrem Nachbarn besprechen und in Stichworten auf dem Arbeitsblatt notieren.

In der Folge sollen sich die jeweiligen Paare darüber sprechen, woran sie bisher bei sich selbst merken, ob sie müde sind oder nicht. Diese Signale sollen sie bitte ebenfalls auf dem persönlichen Arbeitsblatt notieren.

Ermuntern Sie die Fahrschüler im Anschluss dazu, dass sie sich zu Zweit überlegen, was sie in der jeweiligen Situation tun können, um nicht übermüdet zu fahren. Bitte Sie dabei Ihre Fahrschüler diese Strategien („Helferlein“) auf Moderationskarten festzuhalten.

Wenn alle Paare fertig sind, bitten Sie die Fahrschüler die Karten (die „Helferlein“) unter der Überschrift „müde? – das kann meine Rettung sein!“ anzuheften und ggf. kurz zu erläutern.



Wenn alle Paare ihre Strategien an das Flip-Chart gebracht haben, bitten Sie Ihre Fahrschüler darum, sich die Strategien sehr genau anzusehen und zu überlegen, ob da auch Strategien aufgeführt sind, die keine entsprechende Wirkung haben, sondern einen Fahrer leider in einer falschen Sicherheit wägen lassen, wie z.B.: „Kaffee trinken und laut Musik hören“.

Wenn solche Strategien aufgeführt sind, können Sie mitteilen, dass diese kritisch sind. Ggf. können Sie mit geeigneten Fragen diesen Punkt von Ihren Fahrschülern nennen lassen.

Im Anschluss bitten Sie jeden Fahrschüler, sich aus der nun vorhandenen Liste die Strategien heraus zu suchen, die am besten zu ihm passt oder die, die bei ihm erfolgreich sein würde und lassen Sie diese von den Fahrschülern als persönliches Ergebnis auf dem Arbeitsblatt notieren.

Stellen Sie im Anschluss die Frage, ob jemand seine Entscheidung vorstellen und begründen möchte. Dies soll unbedingt freiwillig sein, da es sich jeweils um ein persönliches Ergebnis handelt.

Anmerkung:

Dieses Modul lässt sich natürlich auch mit erfahreneren Fahrern bearbeiten, z.B. im Rahmen einer Mehrphasenbetreuung junger Menschen. Dann kann in der Regel auf erlebte Situationen zurück gegriffen werden. Bitten denken Sie daran, dann die Fragestellungen entsprechend anzupassen.

Meine Ergebnisse über Müdigkeit beim Autofahren Arbeitsphasenbogen

„Können Sie sich vorstellen, dass Sie Ihr Auto fahren würden, obwohl Sie wissen, dass Sie sehr müde bis übermüdet sind. Was könnten das für Situationen sein?

oder

„Denken Sie bitte an Situationen in letzter Zeit, wo Sie gemerkt haben, dass Sie sehr müde sind? Woran haben Sie gemerkt, dass sie gerade sehr müde sind? Gab es auch Situationen, in denen Sie schlagartig von Müdigkeit „überfallen“ wurden?

Mein „Verleiter“!

Das war eine solche Situation oder könnte eine sein: _____

Mein „Merker“!

Daran merke ich, dass ich sehr müde bin: _____

Mein „Retter“!

Diese Strategie oder Handlungshilfe wird bei mir den größten Erfolg haben bzw. wird von mir am Ehesten akzeptiert: _____

2.2.28. Selbsteinschätzung zum persönlichen Risiko

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Die Ebene 4 der GDE-Matrix stellt die Lebenseinstellungen deutlich heraus und zeigt besonderen den Stellenwert von Grundeinstellungen für die Teilnahme am Straßenverkehr. Mit entsprechenden Kompetenzen auf dieser Ebene lässt sich eine Teilnahme am Straßenverkehr sicherer gestalten. Dieser Baustein dient dazu, Faktoren sozialer Kompetenz ins Bewusstsein der jungen Menschen zu rücken und ihnen Möglichkeiten der selbstkritischen Einschätzung zu geben. Gleichzeitig soll der Baustein dazu beitragen, dass die jungen Menschen eine erste Veränderungsstrategie für sich finden.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Nach Abschluss dieses Moduls sollen die Fahrschüler eine selbstkritische Einschätzung zu Faktoren sozialer Kompetenz vorgenommen und eine erste Änderungsstrategie für die Zukunft formuliert haben.

Zwischenziele des Szenarios

- Die Fahrschüler lernen beispielhaft drei Fahrertypen kennen.
- Die Fahrschüler nehmen eine Risikoeinschätzung zu den drei Fahrertypen vor.
- Die Fahrschüler sollen eine Potenzialeinschätzung zu Faktoren sozialer Kompetenz vornehmen.
- Die Fahrschüler sollen eine Selbsteinschätzung ihrer Potenziale vornehmen.

Ort des Szenarios

Klassenzimmer

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 4

Methode

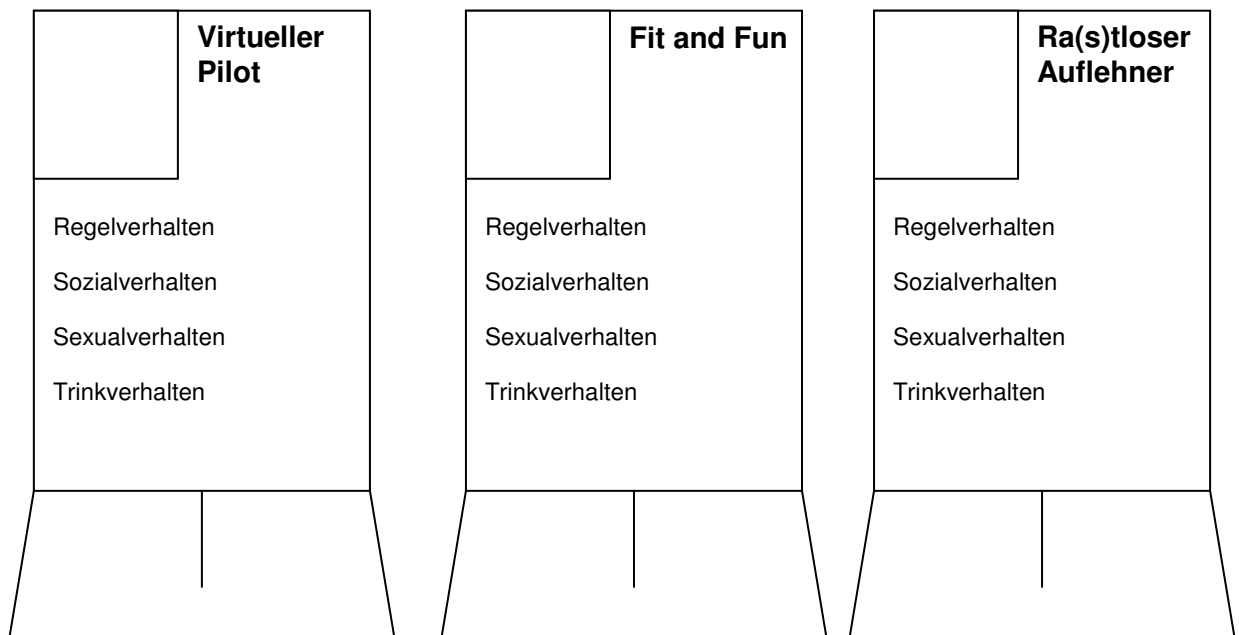
Kleingruppenarbeit und Einzelarbeit

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Anhand von drei Beschreibungen von Fahrertypen aus der Studie „Lernziel: Perfektion“ sollen die Teilnehmer Verhaltensweisen und Eigenschaften für Verhalten benennen.

Schritt 1 - ca. 20 Minuten

Es werden drei Kleingruppen gebildet. Jede Kleingruppe erhält einen eigenen Arbeitsauftrag (Auftrag 1a, 1b und 1c). Dabei soll jeder Teilnehmer den Auftrag an die Gruppe schriftlichen erhalten. Für jede Gruppe ist ein Flip-Chart vorbereitet, auf dem die Überschrift, Raum für ein Bild und die vier Kriterien vorhanden ist.



Schritt 2 - ca. 10 Minuten

Im Anschluss stellt jede Arbeitsgruppe ihre Arbeitsergebnisse vor. Diese sollen ggf. von den anderen Gruppen noch ergänzt werden.

Schritt 3 - ca. 10 Minuten

Nach der Präsentation sollen die jeweiligen Kleingruppen (in identischer Zusammensetzung) eine Risikobewertung zu den beschriebenen Verhaltensweisen und Eigenschaften anhand des Arbeitsauftrages 2 vornehmen. Dabei wird eine Risikoeinschätzung auf einer Skala von 1 bis 6 vorgenommen und mit folgenden Aussagen versehen:

- Note 1 = sehr geringes Risiko
- Note 2 = geringes Risiko
- Note 3 = Risiko
- Note 4 = erhöhtes Risiko
- Note 5 = hohes Risiko
- Note 6 = sehr hohes Risiko

Die Teilnehmer einer Kleingruppe sollen sich jeweils auf eine Note einigen und auf dem Arbeitsauftrag 2 festhalten. Im Anschluss teilen die Kleingruppen ihre einzelnen Arbeitsergebnisse im Plenum mit, die anhand folgender Darstellung gesammelt, im Anschluss addiert und jeweils als Summe dargestellt werden.

	Fit und Fun	Virtueller Pilot	Ra(s)tlose Auflehner
Regelverhalten			
Sozialverhalten			
Sexualverhalten			
Trinkverhalten			
Σ			

Beenden Sie die Sammlung anhand folgender Leitfrage und sammeln Sie die Antworten der jungen Menschen:

Was fällt Ihnen dabei auf?

Schritt 4 – ca. 10 Minuten

Die Teilnehmer sollen nun zu den drei Faktoren sozialer Kompetenz eine persönliche Einschätzung über das Potenzial abgeben.

Lassen Sie uns jetzt noch gemeinsam anhand folgender drei Faktoren überlegen, welche Potenziale bei den drei Beschreibungen vorhanden sein können. Hierzu befinden sich auf dem Arbeitsauftrag 3 jeweils Beschreibungen zu den Faktoren sozialer Kompetenz.

Achten Sie darauf, dass die Kleingruppenteilnehmer eine ganz persönliche Einschätzung des Potenzials nach dem Notensystem vornehmen und erst im Anschluss die Noten zusammenzählen und durch die Anzahl der Gruppenmitglieder dividieren. Dabei sollen die Kleingruppen jeweils nur den einen, zu Beginn von ihnen bereits bearbeiteten Typ untersuchen.

Note 1= sehr hohes Potenzial

Note 2 = hohes Potenzial

Note 3 = erhöhtes Potenzial

Note 4 = Potenzial

Note 5 = geringes Potenzial

Note 6 = sehr geringes Potenzial

In der anschließenden Vorstellung der Arbeitsergebnisse wird die Auflistung der Flip-Chart wie folgt ergänzt:

	Fit und Fun	Virtueller Pilot	Ra(s)tlose Auflehner
Regelverhalten			
Sozialverhalten			
Sexualverhalten			
Trinkverhalten			
Σ			
Selbstbewusstsein			
Selbstsicherheit			
Emotionale Grundhaltung			

Schritt 5 – ca. 10 Minuten

Anhand der vorhanden, von den Teilnehmern gesammelten Eigenschaften sollen sie nun ein persönliche Einschätzung ihrer Eigenschaften und ihrer Potenziale vornehmen.

Im Anschluss sollen sie sich positionieren, was sie ändern möchten und in welche Richtung.

Geben Sie hierzu das Arbeitsblatt 4 aus und bitten Sie die Teilnehmer dies in Ruhe durchzugehen und die Fragen ganz persönlich zu beantworten.

Arbeitsauftrag 1a

Bitte lesen Sie sich den folgenden Arbeitsauftrag erst einmal in Ruhe ganz durch.

In unterschiedlichen Studien wurden sogenannte Fahrertypen ermittelt und beschrieben. In der Folge lesen Sie die Beschreibung eines Fahrertyps. Bitte diskutieren Sie im Anschluss innerhalb der Gruppe, welche typischen Verhaltensweisen oder Eigenschaften auf diese Beschreibung passen könnten. Unterscheiden Sie dabei bitte folgende Bereiche:

	Typische Verhaltensweisen / Eigenschaften
Regelverhalten	
Sozialverhalten	
Sexualverhalten	
Trinkverhalten	

Übertragen Sie Ihre Diskussionsergebnisse bitte auf die bereit stehende Flip-Chart. Versuchen Sie zusätzlich den beschriebenen Typen in einer Zeichnung oben links im Flip-Chart zu skizzieren.

Virtueller Pilot

Der virtuelle Pilot hat sein Leben in einen wirklichen und einen virtuellen Bereich aufgeteilt. Am wohlsten fühlt sich der virtuelle Pilot in den eigenen vier Wänden der Familie. Er sitzt gerne stundenlang am heimischen PC und taucht in eine virtuelle Parallelwelt ab. Mobilität lebt er, abgekoppelt vom realen Alltag, virtuell aus, in dem er am Bildschirm Autorennen simuliert, mit einer Cessna fliegt oder den virtuellen Pilotenschein macht. Er lebt seinen Bewegungsdrang aus,

„Ich kann das am PC in meinem Zimmer so erleben, wie in der realen Welt. Ich bin am liebsten jeden Tag an einem anderen Ort der Welt.“

„Ich setz`mich schon mal drauf, drehe an den Ventilen, gebe noch mal Gas, schalte und höre wie der Motor knattert.“

indem er zum Beispiel Fahrkünste virtuell simuliert. Auch das Basteln am eigenen Auto kann zum virtuellen Hobby werden, dann wird das Fahrzeug selten tatsächlich gefahren. Aufdrehen und riskant fahren wird nur im virtuellen Schonraum ausprobiert, im realen Straßenverkehr verhalten sich die virtuellen Piloten gelassen.

Quelle: Lernziel Perfektion, DVR Schriftenreihe Verkehrssicherheit Band 9, 2001

Bearbeitungszeit für diesen Schritt: ca. 20 Minuten. Stellen Sie im Anschluss den beiden anderen Gruppen Ihre Arbeitsergebnisse vor.

Arbeitsauftrag 1b

Bitte lesen Sie sich den folgenden Arbeitsauftrag erst einmal in Ruhe ganz durch.

In unterschiedlichen Studien wurden sogenannte Fahrertypen ermittelt und beschrieben. In der Folge lesen Sie die Beschreibung eines Fahrertyps. Bitte diskutieren Sie im Anschluss innerhalb der Gruppe, welche typischen Verhaltensweisen oder Eigenschaften auf diese Beschreibung passen könnten. Unterscheiden Sie dabei bitte folgende Bereiche:

	Typische Verhaltensweisen / Eigenschaften
Regelverhalten	
Sozialverhalten	
Sexualverhalten	
Trinkverhalten	

Übertragen Sie Ihre Diskussionsergebnisse bitte auf die bereit stehende Flip-Chart. Versuchen Sie zusätzlich den beschriebenen Typen in einer Zeichnung oben links im Flip-Chart zu skizzieren.

Fit and Fun

„Fit and Fun“ als Vertreter der ehrgeizigen Spaßgeneration fällt auf durch stilsicheres und peppiges, oft schrilles Outfit. Er ist marken- und modebewusst und schmückt sich gerne mit Piercings, Tattoos oder Rastalocken. In seiner Freizeit pflegt er trendige, oft ausgefallene Hobbies wie Extremsportarten, ist weltoffen und spaßorientiert. Tagsüber arbeitet er als ehrgeiziger Azubi, nachts stürzt er sich ins Nachtleben und spielt den Partyhengst. Karriere und

„Das Auto ist eine Zuflucht, wenn man alleine sein will. Ich bin schon mal heimlich nach Berlin gefahren, 300 Km, das ist verrückt, nicht? (...)“

Familie will er mit seinem Drang nach Ausleben unter einen Hut bringen. Für ihn ist Beweglichkeit und Aktivität extrem wichtig. „Ich bin mobil, also bin ich“ ist sein Mobilitätskonzept. Sein Aktionsradius ist extrem groß, er benutzt verschiedene Verkehrsmittel, wechselt vom Auto zum Motorrad oder benutzt ein hochwertiges Fahrrad. Er schätzt Gelassenheit im Verkehr, weil das Ausdruck von Stil und Können ist.

„Ich bin nicht festgelegt, ich möchte machen können, was ich will, das ist der Luxus, den ich mir gönne. (...) Ich will mal glücklich und zufrieden mit einer Frau zusammen leben und einen Bausparvertrag haben.“

Quelle: Lernziel Perfektion, DVR Schriftenreihe Verkehrssicherheit Band 9, 2001

Bearbeitungszeit für diesen Schritt: ca. 20 Minuten. Stellen Sie im Anschluss den beiden anderen Gruppen Ihre Arbeitsergebnisse vor.

Arbeitsauftrag 1c

Bitte lesen Sie sich den folgenden Arbeitsauftrag erst einmal in Ruhe ganz durch.

In unterschiedlichen Studien wurden sogenannte Fahrertypen ermittelt und beschrieben. In der Folge lesen Sie die Beschreibung eines Fahrertyps. Bitte diskutieren Sie im Anschluss innerhalb der Gruppe, welche typischen Verhaltensweisen oder Eigenschaften auf diese Beschreibung passen könnten. Unterscheiden Sie dabei bitte folgende Bereiche:

	Typische Verhaltensweisen / Eigenschaften
Regelverhalten	
Sozialverhalten	
Sexualverhalten	
Trinkverhalten	

Übertragen Sie Ihre Diskussionsergebnisse bitte auf die bereit stehende Flip-Chart. Versuchen Sie zusätzlich den beschriebenen Typen in einer Zeichnung oben links im Flip-Chart zu skizzieren.

Ra(s)tloser Auflehner

Der Alltag des ra(s)tlosen Auflehners verläuft meist unspektakulär und ist oft durch familiäre Konflikte belastet. Das Lebensgefühl ist von latenter Lust- und Ratlosigkeit geprägt. Man weiß nichts mit sich anzufangen, gibt sich aber cool und hart.

Aufdrehen und Anstoß erregen ist sein Mobilitätskonzept. Gerade im Verkehr wollen sie angeben und sich beweisen. Das Autofahren hat einerseits Ventilfunktion, um Frustration abzulassen. Andererseits

„Eine gefährliche Passage, wo man keine Fehler machen darf ... Stress steigert die Risikobereitschaft, wenn es dann brenzlig wird, kommt danach das Strike-Gefühl.“

„Im Fernsehen hat ein Rennfahrer erklärt, wie man bei Nässe bremst. Wenn ich das früher gesehen hätte, wäre mir der Unfall nicht passiert.“

will er im Straßenverkehr Grenzen erproben und sich selbst beherrschen lernen, wenn er bei Verkehrsübertretungen erwischt wird. Nach dem Motto „wer stark ist, kommt durch“ inszeniert er gerne Verfolgungsjagden und gefährliche Überholmanöver.

Quelle: Lernziel Perfektion, DVR Schriftenreihe Verkehrssicherheit Band 9, 2001

Bearbeitungszeit für diesen Schritt: ca. 20 Minuten. Stellen Sie im Anschluss den beiden anderen Gruppen Ihre Arbeitsergebnisse vor.

Arbeitsauftrag 2

Bitte nehmen Sie nun für die drei Fahrertypen und den entsprechenden Verhaltenskomponenten eine Risikobewertung anhand von Schulnoten vor. Einigen Sie sich in der Gruppe jeweils auf eine gemeinsame Note für jeden Verhaltensbereich bei jedem Fahrertyp.

Note 1 = sehr geringes Risiko

Note 2 = geringes Risiko

Note 3 = Risiko

Note 4 = erhöhtes Risiko

Note 5 = hohes Risiko

Note 6 = sehr hohes Risiko

Kleingruppenergebnis

	Fit und Fun	Virtueller Pilot	Ra(s)tlose Auflehner
Regelverhalten			
Sozialverhalten			
Sexualverhalten			
Trinkverhalten			

Stellen Sie Ihre Ergebnisse im Anschluss im Plenum vor. Sie haben dann die Möglichkeit Ihre Ergebnisse und die Ergebnisse der anderen Gruppen in folgender Auflistung festzuhalten:

Ergebnis aller Kleingruppen

	Fit und Fun	Virtueller Pilot	Ra(s)tlose Auflehner
Regelverhalten			
Sozialverhalten			
Sexualverhalten			
Trinkverhalten			
Σ			

Arbeitsauftrag 3a – „Virtueller Pilot“

Was ist das eigentlich „Soziale Kompetenz“? Immer wieder taucht der Begriff auf und wenn man 20 Leute fragt, erhält man 20 unterschiedliche Antworten. Meist gehen Sie in die richtige Richtung, denn mit sozialer Kompetenz wird die Fähigkeit beschrieben, mit anderen, also einzelnen oder mehreren Personen (Gruppen), „gut zurecht zu kommen“. Dazu gehört, dass man Konflikte bewältigt, im Team arbeiten, sich durchsetzen kann, sich mit Anderen austauscht, ein gutes Einfühlungsvermögen hat usw. Das bedeutet: Im Berufsleben wird ein Ingenieur auf keinen Fall erfolgreich sein, wenn er „nur“ die Berechnungen für eine Konstruktion perfekt durchführen kann. Es ist genauso wichtig, dass er mit den Kollegen/innen gut auskommt.

Betrachten Sie einmal den „virtuellen Piloten“ unter dem Gesichtspunkt der sozialen Kompetenz und versuchen Sie für folgende drei Faktoren eine Einschätzung vornehmen, welches Potenzial beim „virtuellen Piloten“ vorhanden ist. Lesen Sie sich kurz die Beschreibung der einzelnen Faktoren durch.

Selbstvertrauen

Grundsätzlich kann man sich im Straßenverkehr nur dann sicher bewegen, wenn man über ein bestimmtes Mindestmaß an Selbstvertrauen verfügt. Es versetzt einen in die Lage, eigene Situationen richtig einzuschätzen und nach und nach auch die Fortschritte zu kontrollieren, die man in der Fahrpraxis sammelt. Hat man dagegen zu viel Selbstvertrauen, unterschätzt man gelegentlich die Schwierigkeit einer Verkehrssituation und trifft dann Entscheidungen leichtsinnig oder vorschnell (Manchmal mit schlimmen Folgen, weil an Stelle des gesunden Selbstvertrauens die „Illusion der eigenen Unfehlbarkeit“ tritt. Die Folge: Die Unfallgefahr steigt dramatisch.). Zu wenig Selbstvertrauen kann ebenfalls problematisch sein, weil man erst einmal längere Zeit überlegen muss, wie man sich in einer bestimmten Situation am besten verhält. Das führt dazu, dass man unsicher ist oder zu übertriebener Selbstkritik neigt. Es kommt also auf das richtige Mittelmaß an.

Selbstsicherheit

Viele Menschen glauben, dass Nervosität in bestimmten Situationen mit einem Mangel an Selbstsicherheit gleichzusetzen ist. Das ist natürlich nicht richtig, denn auch Menschen mit hoher Selbstsicherheit, können in bestimmten Situationen nervös werden. Selbstsicherheit darf also nicht mit Nervosität verwechselt werden. Wenn man mit Herausforderungen fertig wird und diese meistert, dann verfügt man über Selbstsicherheit. Und die ist kein Geschenk des Himmels, denn wer im Leben aus seinen eigenen Fehlern gelernt hat, weiß auch, wie er mit neuen, unbekanntem Situationen umgehen muss. Die Regel: Je selbstsicherer man ist, um so besser kann man mit Belastungen umgehen. Das gilt auch für den Straßenverkehr. Wenn man dagegen wenig Selbstsicherheit hat, wird man schnell verunsichert und macht in Folge mehr Fehler. Ein bestimmtes Maß an Selbstsicherheit ist also eine Voraussetzung dafür, aktiv mitzuwirken, um z.B. durch deutliches Fahren Sicherheit für andere zu schaffen.

Emotionale Grundhaltung

Dieser Faktor bringt zum Ausdruck, ob jemand im Leben eine positive oder eher negative Grundeinstellung hat. Menschen mit einer negativen Grundeinstellung sehen erst einmal alles ziemlich kritisch und lassen sich schlechter motivieren, in den Umständen des Lebens erst mal etwas positives zu sehen. Diese Einstellung hat zur Folge, dass man schneller aufgibt oder nicht an eine gute Entwicklung glauben mag: Wird man im Verkehr z.B. durch andere beim Spurwechsel geschnitten (absichtlich oder unabsichtlich) oder in irgend einer Art und Weise behindert (absichtlich oder unabsichtlich) wird gleich die Mehrheit der Autofahrer als schlecht angesehen.

Bitte nehmen Sie nun alleine eine ganz persönliche Einschätzung zum Potenzial beim „virtuellen Piloten“ anhand der Schulnoten vor:

Note 1= sehr hohes Potenzial

Note 2 = hohes Potenzial

Note 3 = erhöhtes Potenzial

Note 4 = Potenzial

Note 5 = geringes Potenzial

Note 6 = sehr geringes Potenzial

Tragen Sie Ihre Einschätzung in folgende Tabelle als „meine persönliche Einschätzung“ ein.

	Virtueller Pilot
Selbstbewusstsein	
Selbstsicherheit	
Emotionale Grundhaltung	

In der folgenden Übersicht können Sie nun die Ergebnisse aller Anderen für sich festhalten:

	Fit und Fun	Virtueller Pilot	Ra(s)tlose Auflehner
Selbstbewusstsein			
Selbstsicherheit			
Emotionale Grundhaltung			

Arbeitsauftrag 3b – „Fit und Fun“

Was ist das eigentlich „Soziale Kompetenz“? Immer wieder taucht der Begriff auf und wenn man 20 Leute fragt, erhält man 20 unterschiedliche Antworten. Meist gehen Sie in die richtige Richtung, denn mit sozialer Kompetenz wird die Fähigkeit beschrieben, mit anderen, also einzelnen oder mehreren Personen (Gruppen), „gut zurecht zu kommen“. Dazu gehört, dass man Konflikte bewältigt, im Team arbeiten, sich durchsetzen kann, sich mit Anderen austauscht, ein gutes Einfühlungsvermögen hat usw. Das bedeutet: Im Berufsleben wird ein Ingenieur auf keinen Fall erfolgreich sein, wenn er „nur“ die Berechnungen für eine Konstruktion perfekt durchführen kann. Es ist genauso wichtig, dass er mit den Kollegen/innen gut auskommt.

Betrachten Sie einmal den „virtuellen Piloten“ unter dem Gesichtspunkt der sozialen Kompetenz und versuchen Sie für folgende drei Faktoren eine Einschätzung vornehmen, welches Potenzial beim „virtuellen Piloten“ vorhanden ist. Lesen Sie sich kurz die Beschreibung der einzelnen Faktoren durch.

Selbstvertrauen

Grundsätzlich kann man sich im Straßenverkehr nur dann sicher bewegen, wenn man über ein bestimmtes Mindestmaß an Selbstvertrauen verfügt. Es versetzt einen in die Lage, eigene Situationen richtig einzuschätzen und nach und nach auch die Fortschritte zu kontrollieren, die man in der Fahrpraxis sammelt. Hat man dagegen zu viel Selbstvertrauen, unterschätzt man gelegentlich die Schwierigkeit einer Verkehrssituation und trifft dann Entscheidungen leichtsinnig oder vorschnell (Manchmal mit schlimmen Folgen, weil an Stelle des gesunden Selbstvertrauens die „Illusion der eigenen Unfehlbarkeit“ tritt. Die Folge: Die Unfallgefahr steigt dramatisch.). Zu wenig Selbstvertrauen kann ebenfalls problematisch sein, weil man erst einmal längere Zeit überlegen muss, wie man sich in einer bestimmten Situation am besten verhält. Das führt dazu, dass man unsicher ist oder zu übertriebener Selbstkritik neigt. Es kommt also auf das richtige Mittelmaß an.

Selbstsicherheit

Viele Menschen glauben, dass Nervosität in bestimmten Situationen mit einem Mangel an Selbstsicherheit gleichzusetzen ist. Das ist natürlich nicht richtig, denn auch Menschen mit hoher Selbstsicherheit, können in bestimmten Situationen nervös werden. Selbstsicherheit darf also nicht mit Nervosität verwechselt werden. Wenn man mit Herausforderungen fertig wird und diese meistert, dann verfügt man über Selbstsicherheit. Und die ist kein Geschenk des Himmels, denn wer im Leben aus seinen eigenen Fehlern gelernt hat, weiß auch, wie er mit neuen, unbekanntem Situationen umgehen muss. Die Regel: Je selbstsicherer man ist, um so besser kann man mit Belastungen umgehen. Das gilt auch für den Straßenverkehr. Wenn man dagegen wenig Selbstsicherheit hat, wird man schnell verunsichert und macht in Folge mehr Fehler. Ein bestimmtes Maß an Selbstsicherheit ist also eine Voraussetzung dafür, aktiv mitzuwirken, um z.B. durch deutliches Fahren Sicherheit für andere zu schaffen.

Emotionale Grundhaltung

Dieser Faktor bringt zum Ausdruck, ob jemand im Leben eine positive oder eher negative Grundeinstellung hat. Menschen mit einer negativen Grundeinstellung sehen erst einmal alles ziemlich kritisch und lassen sich schlechter motivieren, in den Umständen des Lebens erst mal etwas positives zu sehen. Diese Einstellung hat zur Folge, dass man schneller aufgibt oder nicht an eine gute Entwicklung glauben mag: Wird man im Verkehr z.B. durch andere beim Spurwechsel geschnitten (absichtlich oder unabsichtlich) oder in irgend einer Art und Weise behindert (absichtlich oder unabsichtlich) wird gleich die Mehrheit der Autofahrer als schlecht angesehen.

Bitte nehmen Sie nun alleine eine ganz persönliche Einschätzung zum Potenzial beim „virtuellen Piloten“ anhand der Schulnoten vor:

Note 1= sehr hohes Potenzial

Note 2 = hohes Potenzial

Note 3 = erhöhtes Potenzial

Note 4 = Potenzial

Note 5 = geringes Potenzial

Note 6 = sehr geringes Potenzial

Tragen Sie Ihre Einschätzung in folgende Tabelle als „meine persönliche Einschätzung“ ein.

	Virtueller Pilot
Selbstbewusstsein	
Selbstsicherheit	
Emotionale Grundhaltung	

In der folgenden Übersicht können Sie nun die Ergebnisse aller Anderen für sich festhalten:

	Fit und Fun	Virtueller Pilot	Ra(s)tlose Auflehner
Selbstbewusstsein			
Selbstsicherheit			
Emotionale Grundhaltung			

Arbeitsauftrag 3c – „Ra(s)tlose Auflehner“

Was ist das eigentlich „Soziale Kompetenz“? Immer wieder taucht der Begriff auf und wenn man 20 Leute fragt, erhält man 20 unterschiedliche Antworten. Meist gehen Sie in die richtige Richtung, denn mit sozialer Kompetenz wird die Fähigkeit beschrieben, mit anderen, also einzelnen oder mehreren Personen (Gruppen), „gut zurecht zu kommen“. Dazu gehört, dass man Konflikte bewältigt, im Team arbeiten, sich durchsetzen kann, sich mit Anderen austauscht, ein gutes Einfühlungsvermögen hat usw. Das bedeutet: Im Berufsleben wird ein Ingenieur auf keinen Fall erfolgreich sein, wenn er „nur“ die Berechnungen für eine Konstruktion perfekt durchführen kann. Es ist genauso wichtig, dass er mit den Kollegen/innen gut auskommt.

Betrachten Sie einmal den „virtuellen Piloten“ unter dem Gesichtspunkt der sozialen Kompetenz und versuchen Sie für folgende drei Faktoren eine Einschätzung vornehmen, welches Potenzial beim „virtuellen Piloten“ vorhanden ist. Lesen Sie sich kurz die Beschreibung der einzelnen Faktoren durch.

Selbstvertrauen

Grundsätzlich kann man sich im Straßenverkehr nur dann sicher bewegen, wenn man über ein bestimmtes Mindestmaß an Selbstvertrauen verfügt. Es versetzt einen in die Lage, eigene Situationen richtig einzuschätzen und nach und nach auch die Fortschritte zu kontrollieren, die man in der Fahrpraxis sammelt. Hat man dagegen zu viel Selbstvertrauen, unterschätzt man gelegentlich die Schwierigkeit einer Verkehrssituation und trifft dann Entscheidungen leichtsinnig oder vorschnell (Manchmal mit schlimmen Folgen, weil an Stelle des gesunden Selbstvertrauens die „Illusion der eigenen Unfehlbarkeit“ tritt. Die Folge: Die Unfallgefahr steigt dramatisch.). Zu wenig Selbstvertrauen kann ebenfalls problematisch sein, weil man erst einmal längere Zeit überlegen muss, wie man sich in einer bestimmten Situation am besten verhält. Das führt dazu, dass man unsicher ist oder zu übertriebener Selbstkritik neigt. Es kommt also auf das richtige Mittelmaß an.

Selbstsicherheit

Viele Menschen glauben, dass Nervosität in bestimmten Situationen mit einem Mangel an Selbstsicherheit gleichzusetzen ist. Das ist natürlich nicht richtig, denn auch Menschen mit hoher Selbstsicherheit, können in bestimmten Situationen nervös werden. Selbstsicherheit darf also nicht mit Nervosität verwechselt werden. Wenn man mit Herausforderungen fertig wird und diese meistert, dann verfügt man über Selbstsicherheit. Und die ist kein Geschenk des Himmels, denn wer im Leben aus seinen eigenen Fehlern gelernt hat, weiß auch, wie er mit neuen, unbekanntem Situationen umgehen muss. Die Regel: Je selbstsicherer man ist, um so besser kann man mit Belastungen umgehen. Das gilt auch für den Straßenverkehr. Wenn man dagegen wenig Selbstsicherheit hat, wird man schnell verunsichert und macht in Folge mehr Fehler. Ein bestimmtes Maß an Selbstsicherheit ist also eine Voraussetzung dafür, aktiv mitzuwirken, um z.B. durch deutliches Fahren Sicherheit für andere zu schaffen.

Emotionale Grundhaltung

Dieser Faktor bringt zum Ausdruck, ob jemand im Leben eine positive oder eher negative Grundeinstellung hat. Menschen mit einer negativen Grundeinstellung sehen erst einmal alles ziemlich kritisch und lassen sich schlechter motivieren, in den Umständen des Lebens erst mal etwas positives zu sehen. Diese Einstellung hat zur Folge, dass man schneller aufgibt oder nicht an eine gute Entwicklung glauben mag: Wird man im Verkehr z.B. durch andere beim Spurwechsel geschnitten (absichtlich oder unabsichtlich) oder in irgend einer Art und Weise behindert (absichtlich oder unabsichtlich) wird gleich die Mehrheit der Autofahrer als schlecht angesehen.

Bitte nehmen Sie nun alleine eine ganz persönliche Einschätzung zum Potenzial beim „virtuellen Piloten“ anhand der Schulnoten vor:

Note 1= sehr hohes Potenzial

Note 2 = hohes Potenzial

Note 3 = erhöhtes Potenzial

Note 4 = Potenzial

Note 5 = geringes Potenzial

Note 6 = sehr geringes Potenzial

Tragen Sie Ihre Einschätzung in folgende Tabelle als „meine persönliche Einschätzung“ ein.

	Virtueller Pilot
Selbstbewusstsein	
Selbstsicherheit	
Emotionale Grundhaltung	

In der folgenden Übersicht können Sie nun die Ergebnisse aller Anderen für sich festhalten:

	Fit und Fun	Virtueller Pilot	Ra(s)tlose Auflehner
Selbstbewusstsein			
Selbstsicherheit			
Emotionale Grundhaltung			

Arbeitsauftrag 4

Sie haben zu Beginn der Sitzung einzelnen Fahrertypen Eigenschaften und Verhaltensweisen zugeordnet. Welche der auf allen drei Flip-Charts aufgeführten Eigenschaften und Verhaltensweisen treffen auf Sie persönlich zu:

Welchem der drei Fahrertypen würden Sie sich, wenn Sie es müssten, jetzt zuordnen und warum?

„Fit and Fun“ „Virtueller Pilot“ Ra(s)tloser Auflehner

Und warum?

Wie schätzen Sie Ihr Potenzial bei den drei folgenden Faktoren ein? Benutzen Sie bitte das Notensystem:

Note 1= sehr hohes Potenzial
 Note 2 = hohes Potenzial
 Note 3 = erhöhtes Potenzial
 Note 4 = Potenzial
 Note 5 = geringes Potenzial
 Note 6 = sehr geringes Potenzial

	Note	Damit bin ich zufrieden	Das würde ich gerne ändern / Richtung
Selbstbewusstsein			
Selbstsicherheit			
Emotionale Grundhaltung			

2.3.Im Fahrtechnikzentrum

2.3.1. Bremsübung

Coaching Szenario entwickelt von Ian Edwards

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Entwicklung von Bewusstsein und Verständnis über:

- Wie begrenzt man die Absicht eines anderen Fahrzeugs wahrnehmen kann, wie es reagieren wird.
- Die Notwendigkeit von Sicherheitsabständen

Ort des Szenarios

Bremsübungen werden auf einen griffigen und rutschigen Untergrund durchgeführt. Das Fahrzeug sollte über ABS verfügen.

Hauptebene der GDE-Matrix

Levels 1 und 2, sowie rechte Spalte.

Kurzzusammenfassung der Übung

Fahrtechniktrainings können zur Selbstüberschätzung führen (Gregersen, N. P. (1996). Gregersen, N. P., & Nyberg, A. (2003). Wenn dies richtig ist, können Fahrtechniktrainings kontraproduktiv sein, sofern sie nicht richtig ausgeführt werden.

Dieses Szenario behandelt den Irrglauben eines Fahrschüler, dass sich ein anderes Fahrzeug immer so verhält, wie man es sich selbst vorstellt. Dies soll dadurch erreicht werden, dass sich ein Fahrzeug in einer bestimmten Situation anders als erwartet verhält. Dadurch soll die Erkenntnis beim Fahrschüler verstärkt werden und Selbstüberschätzung vermieden werden.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Anfangs werden einige Fragen im Bezug auf die selbst angenommenen Fähigkeiten zum rechtzeitigen Anhalten können bestellt. Der Dialog könnte folgendermaßen aussehen:

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Coachee)
Was passiert beim Bremsen?	Das Auto verlangsamt
Wie sicher bist du, dass das passieren wird?	Na ja, das wird vom Fahrbandzustand abhängen.
OK, wie sicher bist du dir bei normalem Straßenzustand? Schätze dich auf einer Skala von 1 – 10 selbst ein, 1 = unsicher – 10 = völlig sicher	Ok, ich würde sagen 7 oder 8.
OK, Lass uns jetzt losfahren und wenn ich Stopp sage, sollst du so schnell wie möglich stehen bleiben.	Ok

Der Fahrer soll nun eine Notbremsung auf griffigen Untergrund durchführen. Dann wird das Erlebte besprochen, z.B.: wie folgt:

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Coachee)
Wie war das?	Ja - OK
Als ich dich vorhin gefragt habe, hast du dich auf 7 – 8 hinsichtlich der Sicherheit, dass der Wagen stehen bleibt eingestuft, Ok?	Ja – genauso.
So, war deine Einstufung richtig?	Ja, ich würde sagen schon.
Wann warst du dir sicher, dass sich der Wagen deinen Annahmen entsprechend verhalten wird?	Oh – Ich bin mir nicht sicher..., als es verlangsamt hat.
Wann hast du gespürt, dass er verlangsamt?	Beim Bremsen..
Du hast also bemerkt, dass sich der Wagen so verhalten hat, wie du es wolltest, als du begonnen hast zu Bremsen?	Ja
Gut, dann machen wir das jetzt noch einmal, konzentriere dich aber jetzt genau auf den Punkt, an den du feststellt, dass sich das Auto so verhält, wie du es erwartest.	OK

Die Übung wird nun mit der besonderen Konzentration wiederholt.

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Coachee)
Wie war das diesmal?	Keine Probleme
Wann hast du wahrgenommen, dass der Wagen sicher stehen bleiben wird?	Als ich auf die Bremse gestiegen bin und der Wagen langsamer geworden ist und kurze Zeit später zum Stehen kam.
Können wir diese Übung noch einmal durchführen, jedoch auf rutschigen Untergrund?	JA – kein Problem
Gut, achte auch wieder genau auf den Punkt, wann das Auto reagiert.	OK

Die Übung wird nun auf rutschigem Untergrund wiederholt.

Fragen (Coach)	Typische Antworten (Coachee)
Wie war das?	OK – das hat lange gedauert bis er zum Stillstand gekommen ist.
Länger als du dachtest?	Ja, aber ich wusste, dass es ein bisschen rutschig ist.
Wann wusstest du, wie der Wagen reagieren wird?	Ich habe genauso wie vorhin gebremst – aber es ist lange nichts passiert
Das heißt, du hast bemerkt, dass sich der Wagen nicht so verhalten hat, wie du es erwartet hast?	Ja, er ist einfach weiter gerutscht.
Wann glaubst du also, dass du wirklich weißt, ob du dich auf einer guten oder schlechten Fahrbahn befindest – vor oder nach dem Bremsen?	Nach dem Bremsen.
Und wann weißt du, wie der Wagen wirklich	Auch nach dem Bremsen.

reagiert, vor oder nach dem Bremsen?	
Am Beginn der Übung hast du dich auf 7 – 8 im Bezug auf die Sicherheit, dass der Wagen langsamer wird, wenn du bremst eingestuft. Kannst du dir nach dieser Erfahrung auch noch so sicher sein?	Ich bin mir jetzt nicht mehr so sicher – nicht bevor ich gebremst habe.
Wie würdest du dich aus jetziger Sicht einstufen?	Na ja, ich bin mir nicht sicher, vielleicht 5?
Wie kannst du mit dieser Unsicherheit beim Fahren umgehen?	Ein bisschen langsamer fahren
Warum langsamer fahren?	Dann hat man mehr Zeit zum Reagieren
Noch irgendetwas?	Mehr Abstand lassen
Was denkst du über deine Sicherheitsabstände im Bezug auf diese Übung?	Na ja, die sind eh OK
Wie würdest du diese einstufen: unsicher, gerade sicher, sehr sicher, extreme sicher	Möglicherweise nahe dem Mindestmaß – gerade sicher
Auf der Grundlage deiner neuen Einstufung, 5, was könntest du tun, um deine Sicherheit zu erhöhen?	Möglicherweise ein bisschen mehr Abstand halten.

Danach kann mit fragend entwickelnder Vorgehensweise sichergestellt werden, dass der Fahrschüler die Sekundenmethode kennt und auf der Straße anwendet.

Zusammenfassung

In dieser Übung beschäftigt man sich damit, ob unsere Erwartungen im Bezug auf die Fahrzeugreaktionen auch immer stimmen. Aufgrund der Erkenntnisse dieser Übung, soll der Fahrschüler motiviert werden, bewusster seine Sicherheitsabstände einzuhalten, da man nicht immer vorhersagen kann, wie welches Fahrzeug reagieren wird. Es darf angenommen werden, dass der Fahrschüler durch diese Selbsterfahrung seine Sicherheitsabstände überdenkt und das Verlangen hat, diese zu verbessern.

Die in diesem Szenario präsentierten Fragen, dienen nur als Anregungen. Es liegt natürlich am Coach, in welcher Weise er sicherstellt, dass die zu erreichenden Ziele auch tatsächlich erreicht werden.

Anwendung in der Fahrausbildung

Der Coach muss über gute Coaching-Fähigkeiten und über ein fahrtechnisches Verständnis verfügen. Die Stärke liegt im Selbsterfahrungsaspekt, wodurch der Zusammenhang zu Wirklichkeit erkennbar wird. Sollte diese Übung aber schlecht umgesetzt werden, könnte sie kontraproduktiv sein. Daher sollte dieses Szenario nur dann angewandt werden, wenn es der Coach mit seinen Kollegen geübt hat und sich sicher ist, dass er es richtig umsetzen kann.

Referenzen

Gregersen, N. P. (1996). Young drivers' overestimation of their skill: An experiment on the relation between training strategy and skill. *Accident Analysis & Prevention, 28*, 243–250.

Gregersen, N. P., & Nyberg, A. (2003). Phase 2 in the Norwegian driver education: Effect on the accident risk.

2.3.2. Zielgeleitetes Fahrtechniktraining

Coaching Szenario entwickelt von Gregor Bartl

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Es soll der Zusammenhang zwischen den tatsächlichen Unfallfaktoren und dem Fahrtechniktraining herausgearbeitet werden.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Verbesserung der Coaching-Beziehungsebene und des Teilnehmer aktiven Lernens.

Ort des Szenarios

Im Unterrichtsraum, jedoch auch am Gelände

Hauptebene der GDE-Matrix

4. Ebene (Selbststeuerungsfähigkeit)

Kurzzusammenfassung der Übung

Zuerst sollen die Teilnehmer Unfallursachen auf ein Flipchart schreiben. Während des darauf folgenden Fahrtechniktrainings bezieht sich der Instruktor so häufig wie möglich auf die von der Gruppe aufgelisteten Unfallursachen. Nach dem Training, im Unterrichtsraum, werden die Zusammenhänge zwischen den Übungen und dem Unfallfaktoren beleuchtet.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Der Instruktor fragt die Teilnehmer, "welches sind die hauptsächlichen Faktoren, wenn man als Fahranfänger einen Unfall verursacht". Er versucht die Fragen zu vertiefen: z.B. Wenn ein Teilnehmer „Geschwindigkeit „ sagt, soll der Instruktor die Gründe für das Schnellfahren hinterfragen. Es sollen nämlich die Ursachen und nicht die Umstände im Vordergrund dieses Szenarios stehen: z.B. Glatteis ist ein Umstand, hingegen sind eine Fehleinschätzung der glatten Fahrbahn, Unerfahrenheit, Reizsuche, Selbstüberschätzung etc. die tatsächlichen Ursachen für Unfälle auf glatter Fahrbahn. Die somit klaren Antworten sollen entweder vom Instruktor oder den Teilnehmern am Flipchart aufgelistet werden. Aus bisheriger Erfahrung sind beispielsweise folgende Antworten zu erwarten: Müdigkeit, Ablenkung, Angeberei, Stress, falsches Schauen, Alkohol, Drogen, Übermut, Unerfahrenheit, Reizsuche, Gruppendruck, Unreife, Aggression, usw. Der Instruktor könnte die Teilnehmer auch ersuchen, diese Faktoren in eine Rangreihung zu bringen.

Jetzt soll der Instruktor die Teilnehmer fragen, wie sie in den folgenden Stunden während der Fahrtechnikübungen an der Verbesserung dieser Faktoren arbeiten wollen. Der Instruktor kündigt an, dass sie am Ende des Tages die Erlebnisse draußen bei den Übungen in Beziehung mit dem jetzt aufgelisteten Unfallfaktoren setzen werden.

Während der fahrtechnischen Übungen thematisiert der Instruktor in den passenden Momenten wiederholt die Unfallursachen und regt zum Nachdenken und Diskutieren an. So soll beispielsweise die Bremsübung dazu führen, dass man erkennt, dass geringe Geschwindigkeitsunterschiede einen recht großen Effekt auf den Bremsweg haben können. In diesem Fall könnte der Instruktor beispielsweise fragen: „In welchen Situationen neigen wir zum Schnellfahren?“ Mögliche Antworten sind: Stress, Angeberei, Übermut etc.

Zurück im Unterrichtsraum kommt es nun zur angekündigten Aufarbeitung. Der Instruktor fragt, bei welchen Übungen sie irgendetwas über die Unfallfaktoren in Erfahrung bringen konnten. Man könnte fragen: „Gehen wir nun die Unfallfaktoren auf unserer Liste durch. In welcher unserer Übungen habt ihr irgendwelche Erfahrungen zur ersten Unfallursache auf unserer Liste, nämlich Stress, finden können?“ Danach geht man die weiteren Unfallfaktoren in selber Weise durch. Wie weit man jeden Faktor vertieft, hängt von der Zeit, der Coaching Kompetenz des Instructors und der Motivation der Gruppe ab.

Wenn ein Teilnehmer beispielsweise antwortet: „In der Bremsübung“, sollte der Instruktor zumindest folgendermaßen nachfragen: „OK und was hast du da genau gelernt – was kannst du dir davon für deine Zukunft mitnehmen?“ Mögliche weitere Fragen sind: „Worauf wirst du in Zukunft besonders achten?“ „Wie wirst du dein Ziel erreichen?“ „Welchen typischen Verlockungen wirst du widerstehen müssen?“

Falls die Teilnehmer provokante oder sinnlose Antworten geben, ist es wichtig, dass der Instruktor trotzdem emotional neutral bleibt und die Antworten ernst nimmt. Mögliche Reaktionen können sein: „OK, welche Antworten wären noch möglich?“

Falls Teilnehmer meinen, dass sie überhaupt nichts für Ihre Sicherheit gelernt haben und dass sie genauso riskant weiterfahren werden, muss der Instruktor unbedingt in geeigneter Weise reagieren. Denn das Schweigen des Instructors könnte als Zustimmung missinterpretiert werden. In diesen Fällen muss der Instruktor die Gruppendynamik einsetzen und eine Konfrontation initiieren. So kann er eventuell die anderen Teilnehmer nach deren Meinung im Bezug auf problematische Aussagen fragen. Zuletzt kann der Instruktor auch eine Konfrontation zwischen ihm und dem Teilnehmer mittels Fragen initiieren: „Würdest du mir auf der Straße begegnen wollen, wenn ich betrunken, ermüdet fahre?“ „Was würdest du zu mir sagen, wenn ich in dein Auto fahre, weil ich aufgrund von Stress zu schnell dran war?“

Es ist dabei immer wichtig, dass Vor- und Nachteile des sicheren Verhaltens ausreichend diskutiert werden können, denn später trifft nicht der Instruktor, sondern immer der Fahranfänger seine Entscheidungen auf der Straße.

Idealerweise sollten alle Unfallfaktoren diskutiert werden, und jeder sollte persönlich an die Reihe kommen, um seine Schlüsse ziehen zu können. Für diese Diskussion sind eine gute Struktur und ein richtiges Arbeitstempo wichtig. Der Instruktor soll der Versuchung, sich auf Unsinnigkeiten zu stürzen widerstehen.

Schlussendlich sollte der Instruktor mit den Teilnehmern individuell herausarbeiten, wie sie welche Strategie für typische persönliche Lebenssituationen nützen könne. zB: „ Wenn ich in der Früh eilig in die Arbeit fahre, werde ich besonders auf meine Sicherheitsabstände achten, weil ich das im Fahrtechniktraining erfahren habe....“

Anwendung in der Fahrausbildung

Instruktoren müssten speziell hinsichtlich der Unfallursachen auf den Ebenen 3 und 4 der GDE-Matrix ausgebildet sein. Dieses Szenario dauert zumindest eine halbe Stunde. Um dieses Szenario moderieren zu können, muss man über sehr gut ausgebildete Coaching-Fähigkeiten verfügen.

2.3.3. Toter Winkel und Übersehen anderer Verkehrsteilnehmer

Coaching Szenario entwickelt von Marc Pannacci

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll die hauptsächlichen Ursachen, warum man andere Verkehrsteilnehmer (Fußgänger, Fahrräder, Mopeds, Motorräder, Autos) aufgrund des toten Winkels übersieht und Bewältigungsstrategien entwickeln. Dieses Szenario kann für die Grundausbildung und die Weiterbildung verwendet werden.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Aus Statistiken geht hervor, dass in Städten mit hohem Aufkommen an Fußgängern, Radfahrern und Motorrädern auch mehr Unfälle mit diesen Verkehrsteilnehmergruppen passieren. Daher sollte der Fahrschüler das Verhalten dieser Verkehrsteilnehmer verstehen lernen und vor allem erkennen, dass das Risiko sehr groß ist sie zu übersehen. Es ist daher wichtig zurückhaltend zu fahren, mit geringerer Geschwindigkeit, und dass man in unklaren Situationen bremsbereit ist. In dieser Übung kann auch herausgearbeitet werden, wie wichtig die Eigenverantwortung ist.

Ort des Szenarios

Im Straßenverkehr und am Fahrtechnikgelände, ev. auch auf einen Parkplatz

Hauptebene der GDE-Matrix

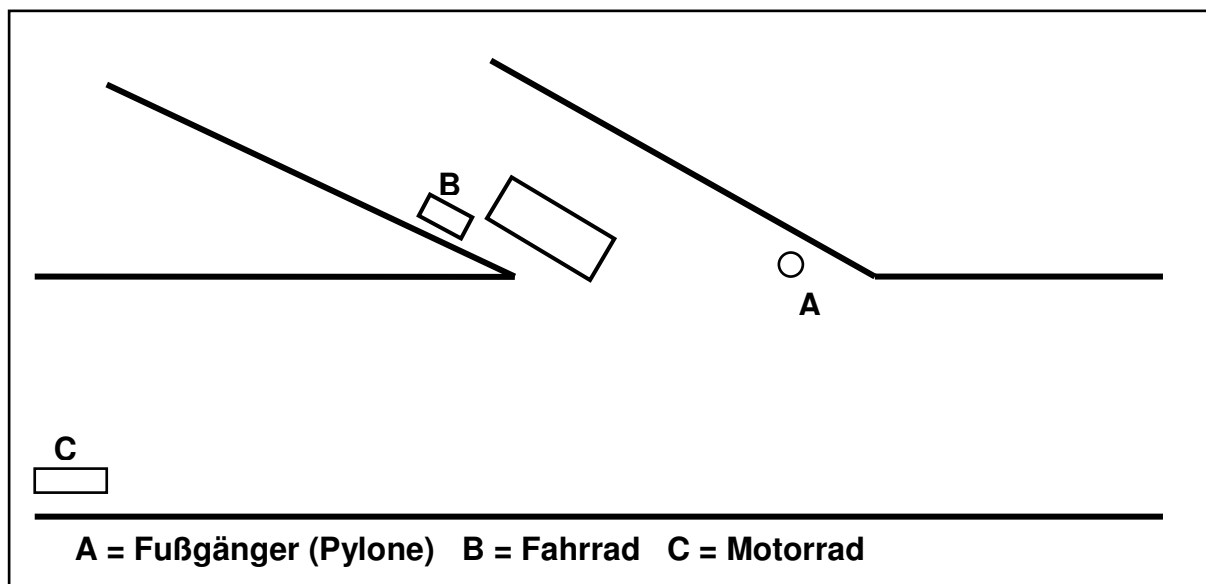
2., 3. und 4. Ebene

Kurzzusammenfassung der Übung

Es werden ein Fahrrad, ein Motorrad und ein Fußgänger um ein Auto so aufgestellt, dass man sie vom Fahrersitz aus nicht sehen kann, selbst wenn man in alle 3 Spiegel schaut bzw. seinen Kopf dreht. Jeder Fahrschüler soll diese Situation erfahren und anschließend in einer Diskussion über dieses Problem reflektieren. Es sollen Bewältigungsstrategien erarbeitet werden.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Aufstellung, siehe Grafik.
2. Jeder Teilnehmer soll am Fahrersitz Platz nehmen und nachdem er die richtige Sitzposition und Spiegeleinstellung durchgenommen hat, soll er versuchen das Fahrrad, das Motorrad und den Fußgänger zu sehen.
3. Nachdem alle Teilnehmer an der Reihe waren, sollen die Ursachen und die möglichen Konsequenzen mittels Fragen herausgearbeitet werden.
4. Die Teilnehmer sollen gefragt werden, was man tun könnte, wenn das Auto links abbiegen will, um einen Unfall zu vermeiden.
5. Nachdem die bestmöglichen Fahr- und Blick- Strategien herausgearbeitet worden sind, soll der Coach hinterfragen, was einen davon abhalten könnte, in Wirklichkeit diese Techniken anzuwenden. Mögliche Antworten sind: Unaufmerksamkeit, Ablenkung, Sorglosigkeit, Stress, Zeitdruck, Gruppendruck, Müdigkeit, Alkohol, Drogen etc.
6. Diese Risikofaktoren der 3. und 4. Ebene können in vielen Übungen diskutiert werden, jedoch soll der Coach nur auf jene Themen eingehen, welche die Teilnehmer vorgebracht haben. Natürlich sollte der Coach darauf bedacht nehmen, dass während der gesamten Ausbildung alle diese Faktoren bearbeitet werden.



Beispiele einer möglichen Konversation:

Fragen: Coach

mögliche Antworten: Coachee

Wie ging es dir dabei, als du trotz richtiger Sitzposition und Spiegeleinstellung keinen der Anderen sehen konntest?	Ziemlich schlecht. Diese Pylone hätte ein Kind sein können. Ich selbst bin auch ein Radfahrer. Wenn ich daran denke, dass mich ein Busfahrer übersehen könnte, kriege ich es mit der Angst zu tun.
Was haben diese Verkehrsteilnehmer gemeinsam?	Sie sind verletlicher, da sie keinen Schutz um sich herum haben.
Ist jemanden von euch so etwas schon einmal passiert?	Kürzlich müsste ein Motorradfahrer bremsen, weil ich ihn übersehen habe. Ich glaube aber, er war zu schnell.
Wie ist diese Situation ausgegangen?	Es ist nichts passiert, aber ich hätte jemanden töten können.
Wer wäre Schuld gewesen?	Ich
Wer hatte ähnliche Erfahrungen?	Ich habe schon einmal einen kleinen Jungen auf einem Fahrrad übersehen, als ich auf einer Kreuzung rechts abbiegen wollte.
Was ist da passiert?	Nichts, aber wir waren beide schockiert und verärgert.
Warum ist das passiert?	Ich habe in der Fahrschule gelernt, mich umzudrehen und 2x genau zu schauen. Ehrlich gesagt schaue ich nie 2x. Ich verlasse mich immer auf meine Spiegel und ab und zu vergesse ich den Kopf zu drehen, speziell nach rechts.
Weißt du warum das so ist und wie machen das die anderen in der Gruppe?	Wir machen das genauso weil es uns zu lange dauert und uns nervös macht, wenn wir 2x schauen müssen und nicht fahren können.

	<p>-Ich bin zu faul. - Diese so genannten "verletzbaren Verkehrsteilnehmer" wissen ja über den toten Winkel Bescheid. Sie sollten ihn vermeiden. Sie wissen, dass sie die Kürzeren ziehen.</p>
Stimmen die Anderen diesen letzten Statement zu?	Überhaupt nicht! Als ich ein Kind war hat mir niemand etwas über den toten Winkel erzählt. Und außerdem, wer ist denn Schuld, wenn etwas passiert.
So nun müssen wir eine Strategie entwickeln, damit wir niemanden in einem toten Winkel übersehen. Wer hat einen Vorschlag?	Nun verstehe ich, warum es die Regel 2x zu schauen gibt. In Zukunft werde ich immer 2x schauen, auch wenn ich es eilig habe.
	Ich werde mich nicht nur auf meine Außenspiegel verlassen, sondern auch immer meinen Kopf bewegen, bevor ich losfahre.
	In Zukunft werde ich mir mehr Zeit an Kreuzungen lassen. Je länger ich warte, desto mehr Zeit habe ich die Anderen zu sehen.
	Während ich warte, besteht die Chance, dass sich die Anderen bewegen.



2.3.4. Gefahrbremsung

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Junge Fahranfänger geraten gerade zu Beginn ihrer Fahrerkarriere häufiger in Situationen, die für sie überraschend entstehen (plötzlich Fahrzeug davor, Fahrzeug quert, Fußgänger, Fahrzeug wird ausgeparkt) und sie zu einer außergewöhnlichen Bremsung (Gefahrbremsung, Notbremsung) zwingen. Dabei werden die durchgeführten, in den Situationen notwendigen Notbremsungen gerade zu Beginn der Bremsung zu schwach durchgeführt, wodurch es zu unnötigen längeren Bremswegen kommt. Junge Fahranfänger bewerten gerade diese Situationen im dichten Stadtverkehr als etwas „Normales“, was eben immer vorkommt.

Diese Situationen beinhalten zwei Mängel, die auf unterschiedlichen Ebenen liegen:

- a) mangelnde Erfahrung im Erkennen von Fahrsituation, in denen frühzeitig reagiert werden muss
- b) inkonsequent durchgeführte Notbremsungen

In diesem Ausbildungsteil gilt es, für die Durchführung einer Gefahrbremsung das notwendige Rüstzeug (Verständnis und Handling) gemeinsam zu erarbeiten, damit eine schnelle und kräftige Reaktion sichergestellt werden kann.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

- Der Fahrschüler soll aus seiner Erfahrung beispielhaft benennen, in welchen Situationen die Durchführung einer Notbremsung notwendig ist.
- Der Fahrschüler soll beschreiben, was gemacht werden muss, damit eine Notbremsung besonders gut gelingt.
- Der Fahrschüler soll selbständig eine Notbremsung durchführen und beschreiben, wie es im dabei gegangen ist.
- Der Fahrschüler soll diese Bremsungen wiederholen, bis er das Optimum erzielt hat.
- Der Fahrschüler soll dabei erkennen, wie wichtig eine optimale Sitzposition ist.

Ort des Szenarios

Platz

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebene 1

Detailliert Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Zu Beginn wird der Fahrschüler befragt, ob er schon Situationen miterlebt hat, in denen eine Notbremsung notwendig wurde.

Durch folgende beispielhafte Leitfragen soll hierzu ein Gespräch als weitergehende Einführung in das Thema stattfinden:

- Was müssten Sie machen, damit die Notbremsung besonders gut gelingt?
- Was haben Sie beobachtet, wenn Fahrer eine Notbremsung durchgeführt haben?
- Was ist aus ihrer Sicht das wichtigste für eine gelungene Durchführung einer Notbremsung?

Im Anschluss erfolgt dann eine erste Durchführung einer Notbremsung, die mit folgenden Leitfragen ausgewertet werden kann:

- Wie haben Sie sich bei der Durchführung der Bremsung gefühlt?
- Was war angenehm, was war unangenehm und warum?
- Was könnten Sie machen, damit das unangenehme Gefühl nicht mehr auftritt?
- Was könnten Sie machen, um einen noch kürzeren Bremsweg zu erzielen?

Dieses Training mit entsprechender Auswertung sollte solange durchgeführt werden, bis ein machbar kurzer Bremsweg erzielt wird.

2.3.5. Mitfahrer im Auto – Ablenkung durch Gruppe

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Junge Fahranfänger gerade sehr häufig in die Situation, dass sie viele gleichaltrige Mitfahrer im Auto mitnehmen und mit ihnen gemeinsam ihre Freizeit gestalten wollen. Diese Fahrsituationen sind durch mehrere jugendtypische Risikofaktoren gekennzeichnet: Gruppendruck, Gruppendynamik, Ablenkung, Freizeiterleben, Imponiergehabe, Anstachelung, Lautstärke etc.

Die Fahrausbildung bietet nur geringe Übungsmöglichkeiten, sich mit dieser Fahrsituation auseinander zusetzen, zumal die Fahrschüler zu diesem Zeitpunkt nur auf Erfahrungen zurückgreifen können, die sie als Mitfahrer erlebt haben. Eine Erfahrung als Fahrer ist eher nicht zu erwarten. Ein Vortrag oder eine Diskussion über die besonderen Risiken wird von den jungen Menschen eher als eine Bevormundung erlebt – man sagt ihnen, wie riskoreich sie sind.

Insofern ist es notwendig, eine Situation zu schaffen, in der die jungen Fahrschüler eine Fahrt mit Mitfahrern und auftretenden Ablenkungssituationen durchlaufen, um im geschützten Raum mögliche Auswirkungen praktisch erleben und vor allem im Anschluss diskutieren und auswerten zu können.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

- Die Fahrschüler bzw. Fahranfänger sollen erleben, wie sehr das Fahren am Beispiel der Ausführung einer Gefahrbremung durch die Mitfahrer beeinflusst werden kann;
- Die Fahrschüler bzw. Fahranfänger sollen erkennen, wie schwierig, aber notwendig es ist, sich als Fahrer nicht von den Mitfahrern ablenken zu lassen;
- Die Fahrschüler sollen als Mitfahrer eine (annähernd) überraschende Gefahrbremung erleben;
- Die Fahrschüler bzw. Fahranfänger sollen darüber nachdenken, was die Mitnahme von Mitfahrern für das Fahren bedeuten kann und welche Verantwortung sie übernehmen;
- Die Fahrschüler bzw. Fahranfänger sollen erkennen, wie wichtig es ist, Situationen, in denen eine Gefahrbremung erforderlich werden könnte, möglichst zu vermeiden, insbesondere dann, wenn Mitfahrer im Fahrzeug sind.

Ort des Szenarios

Platz

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebenen 3 und 4

Methode

Praktische Übung auf einem abgeschlossenen Gelände in Kleingruppen

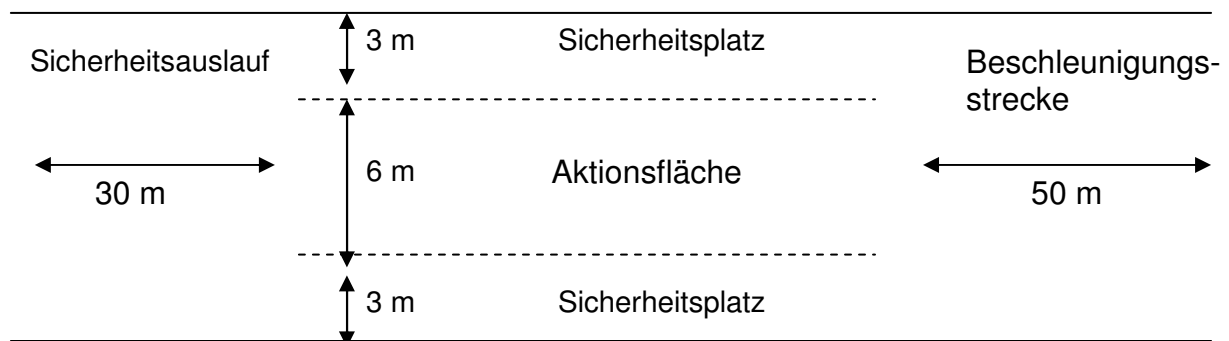
Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Die Übungen werden in Kleingruppen erst gegen Ende der Fahrausbildung bzw. nach Abschluss der Fahrausbildung gefahren, zu einem Zeitpunkt, wo schon eine gewisse

Erfahrung mit dem Fahrzeughandling vorliegt. Günstig ist es, wenn eventuell schon eigenständige Fahrerfahrungen vorliegen.

Wichtig bei der Durchführung der Fahraufgaben ist, dass jeder einzelne Teilnehmer einen eigenen, schriftlichen Auftrag bekommt, der nur für ihn und keinen anderen bestimmt ist und damit geheim gehalten werden muss. Ein Austausch über die einzelnen Aufträge vor Durchführung der Übungen zerstört den zu erwartenden Effekt.

Bei allen Übungen ist darauf zu achten, dass alle Insassen im Fahrzeuge (Fahrer und Mitfahrer) korrekt angeschnallt sind. Bei allen Gruppen besteht die Aufgabe, dass der Fahrer jeweils gleichmäßig mit 40 km/h fährt, bevor es zu einer Handlung kommt. Benötigt wird eine gerade Strecke mit einer Länge von mind. 105 m und einer Breite von 10 m.



Es sollten nicht mehr als 12 Teilnehmer (drei Gruppen) gleichzeitig auf dem Platz durch einen Moderator/Fahrlehrer betreut werden. Wichtig ist, dass immer nur ein Fahrzeug auf der Aktionsfläche ist und erst, wenn dieses Fahrzeug die Aktionsfläche und den Sicherheitsauslauf verlassen hat, das nächste Fahrzeug startet. Jede Gruppe fährt nur einmal, d.h. nicht jeder Teilnehmer wird Fahrer sein, sondern es gibt nur maximal 3 Fahrer.

Gruppe mit vier Personen im Fahrzeug: „Was war denn das?“

Ein Fahrer und drei Mitfahrer erhalten je einen schriftlichen, geheimen Arbeitsauftrag, der nicht verraten werden darf. Alle vier werden gebeten in das Fahrzeug zu steigen, zum Startpunkt zu fahren.

Achtung, geheim!!!
Arbeitsauftrag Fahrer

„Bitte fahren Sie gleichmäßig mit 40 km/h. Sobald Sie im Fahrzeug das Wort „Sonnenschirm“ hören, führen sie eine Gefahrenbremsung durch“

Achtung, geheim!!!
Arbeitsauftrag Mitfahrer I

„Sobald Ihr Fahrer gleichmäßig mit 40 km/h fährt, lesen Sie bitte folgende Begriffe laut und deutlich vor. Wenn Sie den letzten Begriff gelesen haben, fangen Sie wieder von vorne an:

„Sonnencreme, Sonnenbrand, Sommersonne, Sonnenschirm“, Sonnenwende, Sonnenallergie, Sonnenbad,

Achtung, geheim!!!
Arbeitsauftrag Mitfahrer II

„Sobald Ihr Fahrer gleichmäßig mit 40 km/h fährt, lesen Sie bitte folgende Begriffe laut und deutlich vor. Wenn Sie den letzten Begriff gelesen haben, fangen Sie wieder von vorne an:

„Wintersport, Winterkälte,
Wintersonne, Wintermonate,
Winterfreuden, Winterdienst,
Winterstimmung, Winterbräune“.

Achtung, geheim!!!
Arbeitsauftrag Mitfahrer III

„Sobald Ihr Fahrer gleichmäßig mit 40 km/h fährt, lesen Sie bitte folgende Begriffe laut und deutlich vor. Wenn Sie den letzten Begriff gelesen haben, fangen Sie wieder von vorne an:

„Regenwurm, Regenschauer,
Regenpfützen, Regenwolken,
Regenzeit, Regenstimmung“.

Anmerkung: In den Arbeitsaufträgen für die Mitfahrer I-III können die Worte auch gemischt werden (z.B. Sonnenbad, Winterreifen, Regenschauer, Elefantenrennen etc.). Wichtig ist dabei, dass in den drei Aufträgen keine Dopplungen vorkommen und, dass das Wort vom Arbeitsauftrag Fahrer nur bei einem Mitfahrerauftrag steht.

Erwartete Ergebnisse

- a) Trotz des Lesens des Wortes „Sonnenschirm“ führt der Fahrer keine Bremsung durch, da er durch das Stimmenwirrwarr das Wort nicht wahrnimmt. Deshalb muss zu Beginn dem Fahrer deutlich gemacht werden, dass er spätestens am Beginn des Sicherheitsauslaufs das Fahrzeug abbremst und zum Stillstand bringt.
- b) Der Fahrer bremst schon, sobald er irgendeinen Begriff mit dem Wort „Sonne“ hört.

Beide Szenarien sind wichtig und gut für die Auswertung.

Auswertung

Bei dieser Übung werden sowohl der Fahrer als auch die Mitfahrer bleibende Erfahrungen machen, die ausgewertet werden müssen. Dabei sollen sowohl der Fahrer als auch die Mitfahrer erst ihre Arbeitsaufträge vorlesen, bevor sie zu folgenden Leitfragen Stellung nehmen. Günstig ist es, wenn sich zu erst der jeweilige Fahrer äußert, bevor die Mitfahrer ihre Eindrücke wiedergeben.

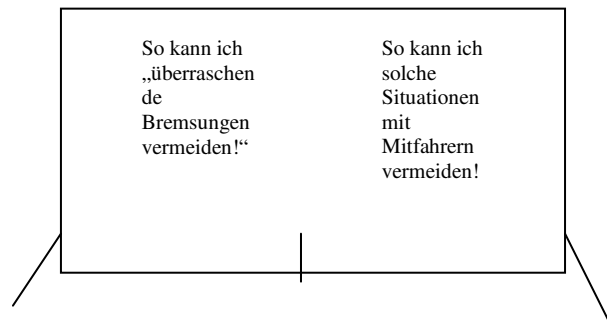
- Was ist denn eigentlich geschehen und wie ist es Ihnen als Fahrer ergangen?
- Wie haben Sie sich als Mitfahrer gefühlt? Wie haben Sie die Bremsung erlebt?

Sammeln Sie erst alle Eindrücke und leiten dann durch folgende beispielhafte Leitfragen das Gespräch weiter:

- Was bedeutet diese Erfahrung für den alltäglichen Straßenverkehr hinsichtlich der Durchführung von Bremsungen?

- Was bedeutet diese Erfahrung für den alltäglichen Straßenverkehr hinsichtlich der Mitnahme von Mitfahrern?
- Was könnten Sie machen, damit eine überraschende Bremsung nicht nötig ist?
- Welche Möglichkeiten haben Sie, derartige Situationen zu vermeiden?

Die Ergebnisse sollen möglichst auf einer Erfahrungswand festgehalten werden.



2.3.6. Beifahrer im Auto

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Junge Fahranfänger geraten sehr häufig in die Situation, dass sie viele gleichaltrige Mitfahrer im Auto mitnehmen und mit ihnen gemeinsam ihre Freizeit gestalten wollen. Diese Fahrsituationen sind durch mehrere jugendtypische Risikofaktoren gekennzeichnet: Gruppendruck, Gruppendynamik, Ablenkung, Freizeiterleben, Imponiergehabe, Anstachelung, Lautstärke etc.

Die Fahrausbildung bietet nur geringe Übungsmöglichkeiten, sich mit dieser Fahrsituation auseinander zusetzen, zumal die Fahrschüler zu diesem Zeitpunkt nur auf Erfahrungen zurück greifen können, die sie als Mitfahrer erlebt haben. Eine Erfahrung als Fahrer ist eher nicht zu erwarten. Ein Vortrag oder eine Diskussion über die besonderen Risiken wird von den jungen Menschen eher als eine Bevormundung erlebt – man sagt ihnen, wie risikoreich sie sind – und hat zur Folge, dass Vieles eher nicht angenommen wird.

Insofern ist es notwendig, eine Situation zu schaffen, in der die jungen Fahrschüler eine Fahrt mit Mitfahrern und plötzlich auftretenden Ablenkungssituationen durchlaufen, um im geschützten Raum mögliche Auswirkungen praktisch erleben und vor allem im Anschluss diskutieren und auswerten zu können.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

- Die Fahrschüler bzw. Fahranfänger sollen erleben, wie schnell ein gelerntes Handlungsmuster durch Ablenkung gestört werden kann;
- Die Fahrschüler bzw. Fahranfänger sollen erkennen, wie schwierig, aber notwendig es ist, sich als Fahrer nicht von den Mitfahrern ablenken zu lassen;
- Die Fahrschüler sollen als Mitfahrer eine (annähernd) überraschende Situation erleben;
- Die Fahrschüler sollen darüber nachdenken, was die Erfahrung für die normalen Fahrten im Straßenverkehr bedeuten.

Ort des Szenarios

Platz

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebenen 3 und 4

Methode

Praktische Übung auf einem abgeschlossenen Gelände in Zweiergruppen

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Die Übungen werden in Zweiergruppen erst gegen Ende der Fahrausbildung bzw. nach Abschluss der Fahrausbildung gefahren, zu einem Zeitpunkt, wo schon eine gewisse Erfahrung mit dem Fahrzeughandling vorliegt. Günstig ist es, wenn eventuell schon eigenständige Fahrerfahrungen vorliegen.

Wichtig bei der Durchführung der Fahraufgaben ist, dass jeder einzelne Mitfahrer heimlich, ohne das der Fahrer es mitbekommt, einen eigenen, schriftlichen Auftrag bekommt, der nur

für ihn und keinen anderen bestimmt ist und damit geheim gehalten werden muss. Ein Austausch über die einzelnen Aufträge vor Durchführung der Übungen zerstört den zu erwartenden Effekt.

Bei allen Übungen ist darauf zu achten, dass alle Insassen im Fahrzeuge (Fahrer und Mitfahrer) korrekt angeschnallt sind.

Es sollten nicht mehr als 12 Teilnehmer (sechs Paare) gleichzeitig auf dem Platz durch einen Moderator/Fahrlehrer betreut werden. Wichtig ist, dass immer nur ein Fahrzeug auf der Aktionsfläche ist und erst, wenn dieses Fahrzeug die Aktionsfläche und den Sicherheitsauslauf verlassen hat, das nächste Fahrzeug startet.

Schritt 1: Befahren eines Slaloms ohne Ablenkung

Jeder Teilnehmer wird gebeten, einen Slalomparcours möglichst gleichmäßig zu durchfahren (eventuell kann bei manchen Teilnehmern ein zweiter Durchlauf sinnvoll sein, um die Gleichmäßigkeit herzustellen).

Schritt 2: Befahren eines Slaloms mit Ablenkung

Nachdem alle Teilnehmer den Slalom gleichmäßig durchfahren haben (nach ein bis zwei Durchläufen) werden die Teilnehmer befragt, ob sie nicht auch mal Lust haben, als Beifahrer den Slalom zu erleben. Dabei sollte so aufgeteilt werden, dass die Hälfte der Teilnehmer Beifahrer wird.

Die Fahrer werden nun gebeten zu ihren Fahrzeugen zu gehen, während die Beifahrer heimlich, ohne dass die Fahrer dies sehen, folgende Ablenkungsaufträge erhalten.

Achtung, ganz geheimer Auftrag **niemandem verraten**

Sie werden gleich als Beifahrer die Fahrt durch den Slalom erleben. Ihre Aufgabe besteht darin, Ihren Fahrer etwa bei der Hälfte der Strecke ein bisschen durcheinander zu bringen. Deshalb darf der Fahrer nichts davon wissen.

Sobald Ihr Fahrer schön gleichmäßig den Slalom befährt und etwa bei der Hälfte der Strecke angekommen ist, stellen Sie ihm bitte ein bisschen lauter folgende Frage:

„Hey, kann ich mal das Radio anmachen?“

Achten Sie auf seine Reaktion und schildern Sie den Anderen im Auswertungsgespräch, was passiert ist.

Achtung, ganz geheimer Auftrag
niemandem verraten

Sie werden gleich als Beifahrer die Fahrt durch den Slalom erleben. Ihre Aufgabe besteht darin, Ihren Fahrer etwa bei der Hälfte der Strecke ein bisschen durcheinander zu bringen. Deshalb darf der Fahrer nichts davon wissen.

Sobald Ihr Fahrer schön gleichmäßig den Slalom befährt und etwa bei der Hälfte der Strecke angekommen ist, stellen Sie ihm bitte ein bisschen lauter folgende Frage:

„Sag mal, wie spät ist es eigentlich?“

Achten Sie auf seine Reaktion und schildern Sie den Anderen im Auswertungsgespräch, was passiert ist.

Achtung, ganz geheimer Auftrag
niemandem verraten

Sie werden gleich als Beifahrer die Fahrt durch den Slalom erleben. Ihre Aufgabe besteht darin, Ihren Fahrer etwa bei der Hälfte der Strecke ein bisschen durcheinander zu bringen. Deshalb darf der Fahrer nichts davon wissen.

Sobald Ihr Fahrer schön gleichmäßig den Slalom befährt und etwa bei der Hälfte der Strecke angekommen ist, stellen Sie ihm bitte ein bisschen lauter folgende Frage:

„Wie viel ist eigentlich die Wurzel aus 129?“

Achten Sie auf seine Reaktion und schildern Sie den Anderen im Auswertungsgespräch, was passiert ist.

Achtung, ganz geheimer Auftrag **niemandem verraten**

Sie werden gleich als Beifahrer die Fahrt durch den Slalom erleben. Ihre Aufgabe besteht darin, Ihren Fahrer etwa bei der Hälfte der Strecke ein bisschen durcheinander zu bringen. Deshalb darf der Fahrer nichts davon wissen.

Sobald Ihr Fahrer schön gleichmäßig den Slalom befährt und etwa bei der Hälfte der Strecke angekommen ist, stellen Sie ihm bitte ein bisschen lauter folgende Frage:

„Hey, super Schuhe, wo hast Du die eigentlich gekauft?“

Achten Sie auf seine Reaktion und schildern Sie den Anderen im Auswertungsgespräch, was passiert ist.

Achtung, ganz geheimer Auftrag **niemandem verraten**

Sie werden gleich als Beifahrer die Fahrt durch den Slalom erleben. Ihre Aufgabe besteht darin, Ihren Fahrer etwa bei der Hälfte der Strecke ein bisschen durcheinander zu bringen. Deshalb darf der Fahrer nichts davon wissen.

Sobald Ihr Fahrer schön gleichmäßig den Slalom befährt und etwa bei der Hälfte der Strecke angekommen ist, stellen Sie ihm bitte ein bisschen lauter folgende Frage:

„Shit, das war´s“

Achten Sie auf seine Reaktion und schildern Sie den Anderen im Auswertungsgespräch, was passiert ist.

Achtung, ganz geheimer Auftrag **niemandem verraten**

Sie werden gleich als Beifahrer die Fahrt durch den Slalom erleben. Ihre Aufgabe besteht darin, Ihren Fahrer etwa bei der Hälfte der Strecke ein bisschen durcheinander zu bringen. Deshalb darf der Fahrer nichts davon wissen.

Sobald Ihr Fahrer schön gleichmäßig den Slalom befährt und etwa bei der Hälfte der Strecke angekommen ist, stellen Sie ihm bitte ein bisschen lauter folgende Frage:

„Hey, cool, hast Du das gesehen?“

Achten Sie auf seine Reaktion und schildern Sie den Anderen im Auswertungsgespräch, was passiert ist.

Auswertung

Auswertungsgespräch nach Durchführung max. von 6 Fahrten (hier fahren bei einer 12er Gruppe wirklich nur 6 Teilnehmer maximal – aber nur, wer freiwillig fahren bzw. mitfahren möchte):

Fragen Sie zu erst die Fahrer, wie es ihnen bei dieser Übung ergangen ist bzw. was sie erlebt haben.

Fragen Sie erst im Anschluss die Beifahrer, was sie in dem Moment, als sie den Fahrer ablenkten, bei ihm beobachtet haben.

Im Anschluss diskutieren Sie kurz mit den Teilnehmern anhand möglicher Leitfragen:

- Was bedeutet das Erlebte nun eigentlich für Ihre alltäglichen Fahrten?
- Haben Sie eine derartige Situation schon einmal erlebt, dass Sie durch einen Frage oder Aussage vom Fahren abgelenkt wurden? Was ist dabei passiert?
- Was könnten Sie tun, damit es nicht zu solchen Ablenkungen während des Fahrens kommt?

2.3.7. Abstandsverhalten auf einem Platz

Coaching Szenario entwickelt von Kay Schulte

Hintergrund

Junge Fahranfänger geraten sehr häufig in die Situation, dass sie notwendige Sicherheitsabstände unterschreiten und dadurch zu sehr starken Bremsungen gezwungen werden.

Zwar haben Fahranfänger in der Fahrschule den richtigen Abstand kennen gelernt, jedoch fällt die Anwendung in der Praxis häufig sehr schwer. Die Gründe hierfür liegen im persönlichen Erleben von Abständen (man geht eher vom Gefühl aus und nicht von rationell vorhandenen Faktoren) und in der Beobachtung des Abstandsverhaltens anderer Fahrzeugführer. Insbesondere beim Abstandsverhalten wird eher mit dem „Bauch“ entschieden, als mit rationellen Hilfen.

Hinzu kommt noch der Umstand, dass es vielfältige Faktoren gibt, die dichtes Auffahren unterstützen. Dabei handelt es sich um Faktoren, wie Stress, Zeitdruck, Ärger, Lust, Spaß, Unbekümmertheit und vieles mehr. Dabei handelt es sich um Faktoren, die eher auf den oberen Ebenen der GDE-Matrix zu suchen sind. Dennoch geht es in diesem Szenarium erst einmal darum, Hilfestellungen für einen Abstandswahl und Abstandskontrolle zu erarbeiten und anzuwenden.

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

- Die Fahrschüler sollen sich über den notwendigen Abstand Gedanken machen;
- Die Fahrschüler sollen beispielhaft zeigen, welchen Abstand sie gewöhnlich einhalten und sich dabei wohl fühlen;
- Die Fahrschüler sollen erleben, welche Auswirkungen ein zu geringer Abstand nach sich zieht;
- Die Fahrschüler sollen sich überlegen und benennen, was Sie zukünftig darin unterstützen könnte, den richtigen, sicheren Abstand ein zu halten;

Ort des Szenarios

Platz

Hauptebene der GDE-Matrix

Ebenen 2 (3 und 4)

Methode

Praktische Übung mit Auswertungsgespräch

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

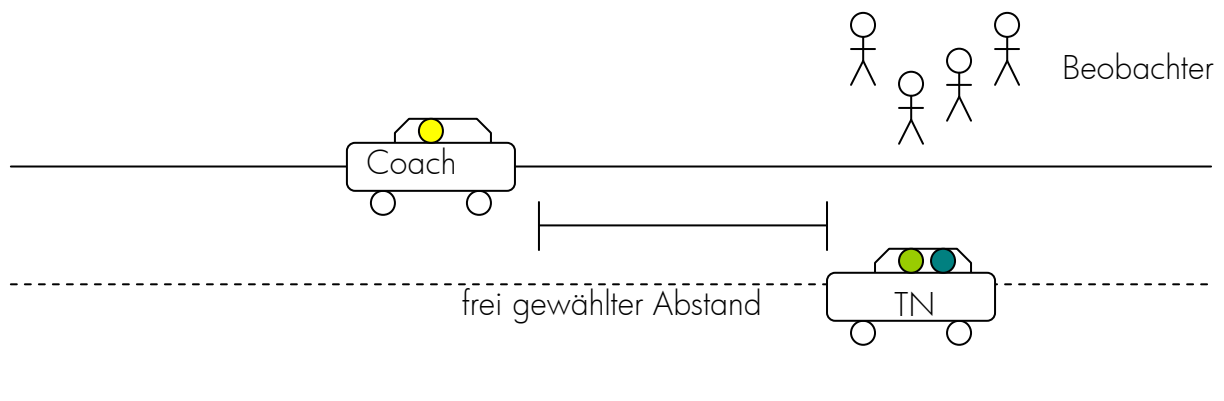
Zu Beginn versuchen Sie bitte mit ihrem Fahrschüler ein lockeres Gespräch über die Wahl des richtigen Abstandes zu führen. Dabei können folgende Leitfragen eine Hilfe sein:

- Der Gesetzgeber schreibt vor, dass man einen gewissen Abstand zum Vorfahrenden einhalten muss. Warum muss man denn einen gewissen Abstand nach vorne einhalten?
- Was fällt Dir ein, wenn Du über den Begriff Abstand nach vorne nachdenkst?

- Was würdest du sagen, wenn Du erklären solltest, wie Du den richtigen Sicherheitsabstand wählst?

Fragen Sie im Anschluss in die Gruppe, ob denn ein Teilnehmer bereit wäre, folgende Abstandsübung durchzuführen.

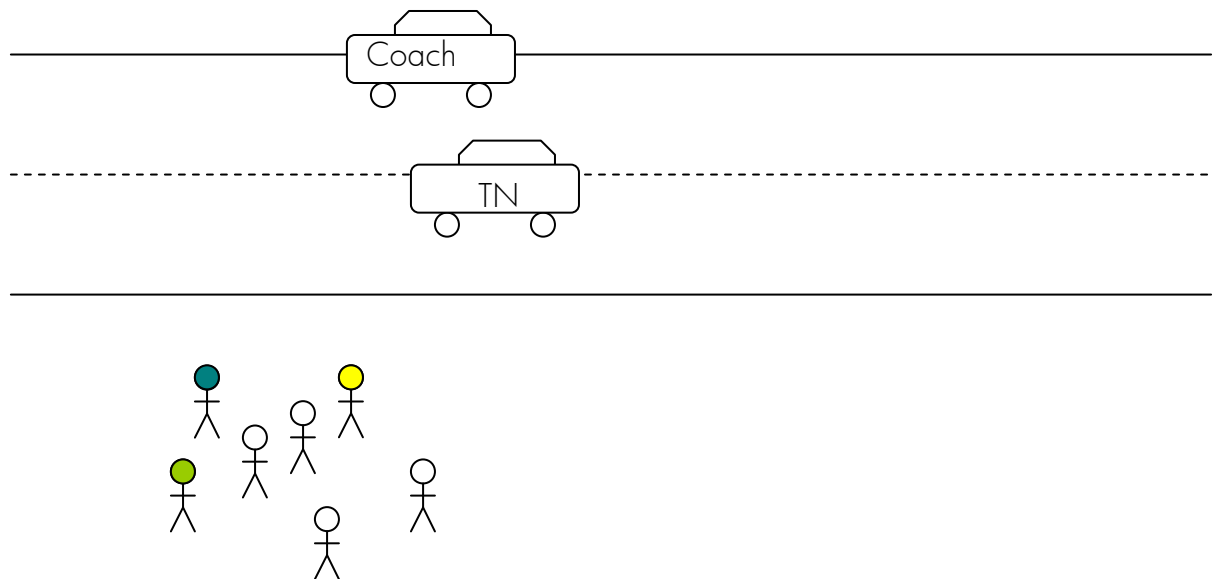
Sie als Coach fahren in einem Fahrzeug vorne weg. Ein Teilnehmer (gerne auch mit Mitfahrern) hat die Aufgabe ihnen mit seinem Fahrzeug in dem Abstand zu folgen, der für ihn einen normalen Abstand darstellt. Dabei müssen die beiden Fahrzeuge versetzt zueinander fahren (vgl. Skizze). Bitten Sie den Teilnehmer im zweiten Fahrzeug mit gleicher Geschwindigkeit (etwa 50 km/h) versetzt hinter Ihnen im gewählten Abstand her zu fahren. Wenn Sie bremsen (Achtung, erst wenn Sie an der Beobachtergruppe vorbei sind), soll der Teilnehmer ebenfalls so bremsen, dass er hinter Ihnen noch zum Stehen kommt. Sobald beide Fahrzeuge zum Stehen gekommen sind, sollen sie genau an der Stelle stehen bleiben.



Die anderen Teilnehmer bilden die Beobachtergruppe. Sie stehen im Sicherheitsbereich und sollen folgende Beobachtungsaufträge durchführen:

- Ein Teilnehmer: Bitte beobachten Sie genau, wie viel Zeit zwischen Aufleuchten der Bremsleuchten des Fahrzeugs des Coachs vergeht, bis der dahinter Fahrende bremst!
- Ein Teilnehmer: Bitte beobachten Sie genau, wie stark der hinterher Fahrende bremst!

Im Anschluss führen Sie bitte ein Auswertungsgespräch nach unten beschriebenen Muster.



Folgende Vorgehensweise ist zu empfehlen:

Fragen Sie zuerst den Fahrer, wie es ihm ergangen ist. Dabei helfen folgende Leitfragen:

- Wie fühlen Sie sich momentan?
- Was haben Sie gedacht, als Sie die Bremslichter gesehen haben?
- Was haben Sie während Ihrer Bremsung gedacht?
- Wie ist es Ihnen während der Bremsung ergangen?
- Was denken Sie, wenn Sie sich ansehen, wo Sie Ihr Fahrzeug zum Stehen gebracht haben?

Sie können im Anschluss die gleichen Fragen an eventuelle Mitfahrer stellen, um die emotionalen Eindrücke noch mehr in den Vordergrund zu stellen.

Fragen Sie dann die Beobachter, welche Beobachtungen sie anhand der vorgegebenen Beobachtungsaufträge gemacht haben.

Fragen Sie im Anschluss weiter und versuchen Sie Hilfestellungen dafür zu erarbeiten. Dabei könnten folgende Leitfragen eine Unterstützung sein:

- Wie könnten Sie herausbekommen, welcher Abstand ausreichend ist?
- Was könnte Sie unterstützen, einen sicheren Abstand einzuschätzen?
- Was könnte Ihnen helfen, einen sicheren Abstand zu finden?
- Wie könnten Sie überprüfen, dass Sie einen sicheren Abstand gewählt haben?

Im Anschluss können Sie diese Übung zusätzlich nochmals so oft mit allen Teilnehmern wiederholen, bis ein ausreichender Abstand eingehalten wurde, damit die Teilnehmer erfahren, welcher Abstand notwendig ist.

2.3.8. Überhöhte Geschwindigkeit in einer Kurve oder einem Kreis

Coaching Szenario entwickelt von Marc Pannacci

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Beim Durchfahren einer Kurve mit verschiedenen Geschwindigkeiten soll der Kursteilnehmer erleben und verstehen, dass überhöhte Geschwindigkeit das Resultat innerer Einflüsse (Sinn der Fahrt, generelle Lebenseinstellung, Lebensstil, usw.) und äusserer Einflüsse (Druck durch Gleichaltrige, Zeitdruck, Stress, usw.) ist. Er soll auch Strategien entwickeln diese Einflüsse zu erkennen und besser zu kontrollieren.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Er sollte auch lernen, Kurven nicht zu unterschätzen und in einem sicheren Umfeld erfahren, was alles schief laufen kann, wenn man zu schnell in eine Kurve fährt. Er sollte über mögliche Konsequenzen nachdenken wenn etwas falsch läuft. Der Kontrollverlust in Kurven ist fast ausschliesslich auf überhöhte Geschwindigkeit zurückzuführen. Die Konsequenzen dieser Unfälle sind meistens dramatisch, weil das Fahrzeug entweder, in den Gegenverkehr oder gegen Bäume oder andere Hindernisse am Strassenrand fährt.

Ort des Szenarios

Fahrtechnikgelände (Geschlossene Piste mit einer Kurve oder einem Kreis. Belag mit niedrigem Reibwert. Aus Sicherheitsgründen soll weder der Radius noch der Belag Geschwindigkeiten über 40 km/h zulassen)

Hauptebene der GDE-Matrix

2., 3. und 4. Ebene

Kurzzusammenfassung der Übung

Die Teilnehmer durchfahren ein Kurve oder einen Kreis auf einem Belag mit niedrigem Reibwert (aus Sicherheitsgründen und damit die Geschwindigkeit nicht zu hoch ist). Die Teilnehmer fahren einige Runden nach ihrem Gefühl und Wohlbefinden ohne Geschwindigkeitsangabe, um ihr eigenes Verhalten zu erkennen und um zu fühlen, wie sich ihr Fahrzeug verhält. Sie sollen gleichzeitig versuchen die Kurveneinfahrtsgeschwindigkeit vorher einzuschätzen. Nach diesem ersten Erlebnis und einer Diskussion über das Erlebte werden die Teilnehmer vom Coach aufgefordert drei Runden hintereinander in entgegengesetzter Richtung zu fahren. Gleichzeitig bemerkt der Coach, dass er die Zeit nehmen wird. Diese letzte Ansage veranlasst die meisten Teilnehmer, sogar die Scheuen und Ruhigen, schneller zu fahren so, dass sie ins Rutschen oder sogar ins Schleudern kommen. Die meisten merken sogleich, dass sie sich unbewusst dazu haben verleiten lassen, zu schnell in die Kurve zu fahren. Zeitdruck, Stress, nicht schlecht aussehen zu wollen oder der Drang der Schnellste zu sein, usw. sind die Hauptgründe für dieses riskante Verhalten. Durch Selbsterkenntnis und durch die Diskussion mit den anderen Teilnehmern und dem Coach sollen sie dieses Verhalten mit ihrem alltäglichen Verhalten vergleichen. Sie sollen anschliessend Strategien entwickeln wie sie selbst in Zukunft diese inneren und äusseren Stressfaktoren und die erhöhte Risikobereitschaft vermeiden können. Eine Diskussion über mögliche Konsequenzen eines Unfalles in einer Kurve kann anschliessend geführt werden und soll die Bereitschaft etwas zu ändern erhöhen.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

1. Bevor die Teilnehmer in die Kurve fahren, sollen sie einschätzen, wie und mit welcher Geschwindigkeit sie die Kurve durchfahren werden.

2. Sie werden aufgefordert ein paar Runden nach ihren Gefühl und Wohlbefinden mit ihrem eigenen Fahrzeug zu fahren.
3. Nach einer kurzen Besprechung über das Erlebte, über was sie gefühlt haben, ob die Kurve und der Belag der Realität entsprechen, usw. werden sie aufgefordert drei Runden in entgegengesetzter Richtung zu fahren. Dabei bemerkt der Coach, dass er die Zeit nehmen wird.
4. Die Mehrzahl der Teilnehmer wird gleich schneller fahren und die mögliche Höchstgeschwindigkeit überschreiten so, dass sie sogar ins Rutschen kommen oder leicht schleudern. Dieses geschieht ohne Risiko, da die Geschwindigkeiten sehr niedrig sind.
5. Während der Besprechung sollen die Teilnehmer die Gründe ihres veränderten Benehmens und des Kontrollverlustes ausarbeiten. Sie sollen auch über den Unterschied zwischen einer Links- und Rechtskurve und über die Konsequenzen eines möglichen Kontrollverlustes nachdenken.
6. Durch Selbsterkenntnis und durch gezielte Fragen des Coaches soll der Teilnehmer erkennen, dass die erhöhte Geschwindigkeit das Resultat höherer Motive ist.
7. Jetzt sollen die Teilnehmer diese Motive und die Faktoren, die sie beeinflussen aufzählen und sie mit dem alltäglichen Fahren in Verbindung bringen.
8. Zeitdruck den sie sich selbst auferlegen oder der ihnen von Vorgesetzten oder Freunden aufgezwungen wird, Arbeitslast, Stress, persönliche Probleme, immer zu spät zu sein, die Einstellung immer der Beste sein zu wollen, Wettkampf zu lieben, angeben zu wollen, kein „Loser“ sein zu wollen, etc. geben sie als Motive ihres Verhaltens an.
9. Sie sollen sich auch Gedanken über den Unterschied zwischen Links- und Rechtskurvenfahren machen und sich den Konsequenzen eines Kontrollverlustes in beiden Richtungen bewusst werden.
10. Am Schluss der Übung soll jeder seine persönliche Strategie entwickeln, wie er in Zukunft seine Schwächen vermeiden kann um sich verantwortungsvoll zu verhalten.

Fragen: Coach

Mögliche Antworten: Teilnehmer

<i>Fragen nach der ersten Fahrt:</i>	
Beschreibt bitte was ihr gemacht habt oder was ihr versucht habt zu machen!	Ich bin ganz normal in die Kurve gefahren und habe versucht die geschätzte Geschwindigkeit zu erreichen.
Was hast ihr dabei erlebt?	(Verschiedene Antworten) <ul style="list-style-type: none"> - Ich glaube mein Fahrzeug ist leicht gerutscht. - Ich habe gar nichts gemerkt - Es war wie in der Fahrschule. Ich wusste nicht mit welcher Geschwindigkeit ich die Kurve nehmen sollte, aber ich glaube ich war leicht zu schnell. - Im Vergleich zu den Anderen war ich sehr langsam.

Warum sagst du ich glaube? Hat du etwas gefühlt, oder besser was hast du gefühlt?	<ul style="list-style-type: none"> - Ich fühlte mich sehr unwohl. - Ich fühlte mich ganz normal. - Ich habe mich erschreckt, weil ich nicht damit gerechnet habe, dass mein Fahrzeug sich so verhalten würde.
Kannst du dein Gefühl beschreiben?	Ich war sehr angespannt und wusste nicht was ich machen sollte, als mein Fahrzeug rutschte.
Ist das ein Gefühl was du dauernd spüren möchtest?	Nein, das war richtig Stress für mich und sicher kein Spass.
Was glaubst du könnte helfen diese Erfahrung in Zukunft zu vermeiden?	Vielleicht langsamer fahren?
Ist es dir gelungen die geschätzte Geschwindigkeit zu erreichen oder einzuhalten?	<ul style="list-style-type: none"> - Nein, ich war zu schnell und ich musste bremsen. - Ja, ich hatte kein Problem. - Ich glaube ich hatte die Kurve unterschätzt und war zu schnell.
Habt ihr eine solche Situation schon mal gehabt?	Oh, ja. Sogar in der Fahrschule hat mein Fahrlehrer mir manchmal gesagt, ich würde die Kurven zu schnell anfahren.
Wieso hat dein Freund hier kein Problem gehabt?	Vielleicht hat er ein konservativere Fahrweise gewählt.
Verstehe ich dich richtig, dass du glaubst, dass es an der Geschwindigkeit lag?	Natürlich, wenn jemand von der Strasse abkommt, liegt es immer an der Geschwindigkeit
Was ist bei dir geschehen, als du gebremst hast?	Ich war sehr erstaunt, dass ich nicht von der Strasse abkam und dass mein Fahrzeug problemlos zum Stehen kam.
So, glaubst du, dass bremsen ein Lösung ist wenn man sich überschätzt hat?	<ul style="list-style-type: none"> - Ja, ich glaube es ist besser als gar nichts zu machen. - Es ist nicht die ideale Lösung aber es funktioniert.
Wie glaubst du soll man diese Übung richtig fahren?	Ich glaube man sollte vor der Kurve bremsen und eine sichere Einfahrtsgeschwindigkeit wählen.
Kannst du das bitte für deine Freunde wiederholen!	Man soll die Kurven mit eine gewissen Sicherheitsreserve durchfahren.
<i>Fragen nach der zweiten Fahrt:</i>	
Was habt ihr jetzt erlebt?	Ich kam in der ersten Runde von der Strasse ab.
Wie war das für dich?	Erschreckend, weil ich habe nichts Anderes als bei der ersten Fahrt gemacht habe.
Bist du dir da ganz sicher? Was haben die andern erlebt? Wer von euch hatte noch mehr Probleme als während der ersten Fahrt?	<ul style="list-style-type: none"> - Nicht wirklich. - Ich kam auch von der Strecke ab. Aber ich glaube ich bin diesmal schneller gefahren.
Hat es denn einen Grund gegeben, schneller zu fahren?	Ja, ich wollte der Schnellste sein.
Warum wolltest du der Schnellste sein?	Weil sie uns aufgefordert haben schneller zu fahren.
Habe ich euch wirklich aufgefordert schneller zu fahren ?	<ul style="list-style-type: none"> - Nicht wirklich. Aber wenn jemand mir sagt, er würde die Zeit nehmen, heisst das für mich "Rennen". Ich bin

	<p>Fussballspieler und will immer gewinnen und immer der Beste sein.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ich wollte auf keinen Fall der langsamste und letzte Fahrer der Gruppe sein.
Wie kann man diese letzte Fahrt mit eurem täglichen Fahren vergleichen?	<ul style="list-style-type: none"> - Ich bin immer wegen meiner Arbeit unter Zeitdruck. - Für mich ist es das Gleiche wenn ich zur Schule fahre.
Was sagen die Andern? Seid ihr damit einverstanden? Hattet ihr schon ähnliche Situationen und habt ihr schon ähnliche Erfahrungen gemacht.?	Mein Freund fährt systematisch schneller wenn wir spät nachts nach Hause fahren.

Wer hat noch eine andere Erfahrung gemacht?	Ich habe keinen Unterschied zur ersten Fahrt gemerkt.
Was glaubst du, hast du denn anders als deine Freunde gemacht?	<ul style="list-style-type: none"> - Ich habe mich nicht von jemanden, der mir sagt er würde die Zeit nehmen, unter Druck setzen lassen. - Ich mag es nicht schnell zu fahren.
Kannst du das erklären?	<ul style="list-style-type: none"> - Ja, ich habe alle Zeit der Welt. Ich verstehe Leute nicht die immer schnell unterwegs sind. Ich fühle mich nicht wohl dabei. - Ich fahre immer frühzeitig weg. Heute Morgen war ich 30 Minuten vor der Zeit hier.
Gut, was sagt ihr denn zum frühzeitigen Abfahren?	Das kann eine Lösung für viele Fahrer sein aber es funktioniert nicht für mich. Mein Arbeitgeber verlangt von mir ein Maximum an Kunden pro Tag zu besuchen. Mein Lohn hängt von meinem Verkauf ab.
Welche andere Situationen könnten euch veranlassen schneller zu fahren?	<ul style="list-style-type: none"> - Mein Freund will immer, dass ich schneller fahre. - Wenn ich spät dran bin. - Wenn ich müde bin und zu Bett will. - Wenn ich Alkohol getrunken habe.
Wer hat eine Idee wieviel Zeit man gewinnt, wenn man z.B. abends schneller nach Hause fährt?	<ul style="list-style-type: none"> - Keine, weil der Verkehr regelt die Zeit die ich brauche. - Zwei bis drei Minuten kann man schon gewinnen, Es hängt aber auch von der Länge der Strecke ab.
Was gewinnt man denn, wenn man zwei bis drei Minuten früher ankommt?	<ul style="list-style-type: none"> - Wenn ich jetzt so darüber nachdenke, kann ich also nur "nichts" antworten. - Mir geht es nicht um Zeitgewinn, ich will einfach nur so schnell wie möglich fahren.
Was für ein Gefühl ist das, wenn du schnell unterwegs bist?	Befriedigung, Stolz
Was sagen denn deine Mitfahrer wenn du so fährst?	Keiner will mehr mit mir fahren, sie haben alle Angst?
Was ist denn das für ein Gefühl, wenn du	Frustration, Einsamkeit, Isolation.

immer allein unterwegs bist?	
Wie zufrieden bist du denn mit dieser Situation?	Überhaupt nicht.
Hast du denn schon mal dran gedacht etwas zu ändern und wie du etwas ändern könntest?	Nicht wirklich, aber ich glaube Sie haben mir die Augen geöffnet.
Lasst uns auf die Stressfaktoren zurückkommen. Was kann man denn z.B. gegen Zeitdruck und den Stress machen. Wie könnte für jeden Einzelnen unter ihnen die eigene Lösung zur Stressbewältigung ausschauen?	<ul style="list-style-type: none"> - Wir könnten früher losfahren anstatt immer spät dran zu sein. - Wir sollen uns weder von unseren Vorgesetzten noch von Freunden oder Gleichaltrigen beeinflussen und unter Stress setzen lassen. - Zeit ist Geld aber unser Leben ist mehr wert.
Wie stehts mit Wettbewerb und immer der Beste sein zu wollen?	Ich brauche das eben.
Hast du auch schon an die anderen Verkehrsteilnehmer, deine Mitfahrer oder die Konsequenzen im Falle eines Unfalls gedacht? Und siehst du keine andere Möglichkeit dich zu beweisen?	Ja, ich muss mich eben immer wieder daran erinnern, dass die Strasse keine Wettkampfarena ist und nicht nur an mich denken.
Nun eine komplett andere Frage. Was war der Unterschied zwischen der Links- und der Rechtskurve?	Ich merkte keinen direkten Unterschied, aber ich bevorzuge Linkskurven.
Hast du eine Erklärung dafür?	Ich glaube ich sehe weiter und habe das Gefühl mehr Platz zu haben.
Kann schon sein. Habt ihr auch schon dran gedacht, was geschieht wenn man in einer Links-oder in einer Rechtskurve von der Strasse kommt, wie es jetzt bei verschiedenen von euch geschehen ist?	In einer Rechtskurve riskiert man auf die Gegenfahrbahn in den Gegenverkehr zu geraten, wobei in Linkskurven die Bäume sehr nahe stehen, besonders wenn man auf engen Landstrassen Gegenverkehr hat.
Ist das der einzige Grund, weswegen man nahe an die Bäume fährt?	Nein, dieses geschieht meistens wenn man zu schnell unterwegs ist.
Was haben wir jetzt aus dieser Übung gelernt?	Wir wissen jetzt was es heisst zu schnell in eine Kurve zufahren und welche Konsequenzen das haben kann. Ausserdem haben wir erlebt wie leicht man sich von äusserem und innerem Druck zum Schnellfahren verleiten lässt.
Nach all diesen Erlebnissen und Überlegungen ist es jetzt an der Zeit, dass jeder für sich die persönlichen Motive festhält die ihn dazu bewegen schneller zu fahren und sich eine Strategie ausdenkt, wie er diese Motive in Zukunft besser kontrollieren kann.	

Zusätzliche mögliche Fragen für den Coach:

- Was war jetzt anders als bei der ersten Fahrt?
- Weshalb habt ihr euch für diese Geschwindigkeit entschieden?
- Was habt ihr dabei gefühlt?
- Was bewirkten diese Gefühle während der Fahrt und wie habt ihr reagiert?
- Wann reagiert ihr so ähnlich im Alltag?
- Hier hat der Coach den Zeitdruck provoziert. Wann gibt es ähnlichen Zeitdruck im Alltag?
- Wer übt Zeitdruck auf euch aus?
- Was geschieht wenn man unter Zeitdruck fährt?
- Wann macht man Fehler?
- Wann hat man Stress?
- Vom wem kann Stress ausgeübt werden?
- Welchen Einfluss können Passagiere auf den Fahrer ausüben?
- In welchen Situationen beeinflusst die Stimmung im Fahrzeug euren Fahrstil?
- Welchen Einfluss können persönliche Probleme oder beruflicher Stress auf den Fahrer haben?
- Welche Probleme können auftauchen wenn man unter Stress fährt?
- Was ist damit verbunden , wenn man immer der Beste sein will?
- Was macht das Einschätzen einer Kurve so schwierig?
- Unter welchen Umständen können sich diese Kriterien ändern?
- Welche Strecken sind gefährlicher, unbekannte oder die, die man jeden Tag fährt?
- Welchen Einfluss haben Routine und Gewohnheit auf eure tägliche Fahrweise?
- Was kann sich alles aus überhöhtem Risiko ergeben?
- Wie kann man Zeitdruck vermeiden?
- Wie kann man persönlichen Stress vermeiden?
- Wie kann man Stress, der von Personen im Fahrzeug ausgeübt wird, vermeiden?
- Wie kann man Stress, der von anderen Verkehrsteilnehmern ausgeübt wird , vermeiden?
- Was kann man gegen hohe Risikobereitschaft machen?
- Was kann man gegen Routine oder Gewohnheit machen?
- Welche Unterschiede gibt es zwischen Links-und Rechtskurven?
- Was glaubt ihr ist bei diesem Unfall geschehen?
- Was glaubt ihr waren die Gründe dieses Unfalls?
- Welche Konsequenzen kann ein Kontrollverlust in einer Rechts- oder in einer Linkskurve hervorrufen?
- Mit welchen Konsequenzen muss der Fahrer, der einen Unfall verursacht hat, rechnen?

Bemerkung: Diese Übung kann auch mit Passagieren gefahren werden. Diese können auch ihre Gefühle über die Fahrt ausdrücken und Ratschläge und Strategien entwickeln, wie man den Fahrer dazu bringen kann, langsamer und verantwortungsbewusster zu fahren.

2.4. Simulator - Szenarios

2.4.1. Gefahrenerkennung (im Kreuzungsbereich)

Coaching Szenario entwickelt von Robert Kotál

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Zur Förderung der Gefahrenerkennung im Straßenverkehr, speziell bei der Annäherung an Kreuzungen auf Hauptstraßen. Die Fahrschüler sollen sich der meisten typischen Fahrfehler bei der Annäherung an Kreuzungen bewusst werden.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Der Fahrschüler soll erkennen, dass die Befolgung von Verkehrsregeln alleine nicht seine Sicherheit gewährleisten kann. Es ist vielmehr notwendig, auch auf die Fehler anderer Verkehrsteilnehmer vorbereitet zu sein (das ist ein wesentliches Prinzip des defensiven Fahrstils).

Ort des Szenarios

Simulator

Hauptebene der GDE-Matrix

2. Ebene

Kurzzusammenfassung der Übung

Das Überholen unmittelbar vor einer Kreuzung ist nicht verboten, sofern man sich auf einer Vorrangstraße befindet. Dieses Manöver ist jedoch mit bestimmten Risiken verbunden, welcher sich aber ein Fahranfänger nicht automatisch bewusst ist. Im vorliegenden Szenario überholt ein Fahranfänger kurz vor einer Kreuzung einen LKW. Der Fahr Simulator kann diese Verkehrssituation wiederholen und der Fahrlehrer kann die Positionierung des Autos und der anderen Verkehrsteilnehmer jedes Mal verändern. Vor dem Start kann der Coach jedes Mal den Fahrschüler fragen, wo er hier mögliche Gefahren sieht.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Ein Grundprinzip dieses Szenarios ist, dass diese Fahrt wiederholt werden soll (mit unterschiedlichen Einstellungen). Vor der Fahrt fragt der Coach, jedes Mal den Fahrschüler, welche Gefahren er erwarten muss. Bei jeder Fahrt ändert der Coach die Positionierungen und das Verhalten der anderen Verkehrsteilnehmer. Vor diesem Simulator-Training muss der Fahrschüler die Verkehrsregeln für das Überholen ausreichend beherrschen.

Fahrt 1:

Der Fahrschüler nähert sich dem LKW von hinten. Man kann kein anderes Fahrzeug in beiden Richtungen sehen. Der Fahrschüler weiß, dass er sich einer Kreuzung nähert. Er fährt auf einer Vorrangstraße und weiß, dass er in diesem Fall überholen darf. Er entscheidet zu überholen und schließt das Manöver ohne weitere Probleme ab.

Fahrt 2:

In dem Moment, als der Fahrschüler das Überholmanöver des Lkws beginnt, erscheint ein anderes Auto vor ihm auf einer von rechts kommenden Straße und es beabsichtigt links einzubiegen. Da der LKW die Sicht verstellt, kann das der Fahrschüler nicht sehen. Das andere Auto entscheidet sich vor dem LKW links einzubiegen. Aber der Fahrer dieses Autos kann nicht sehen, was hinter dem LKW ist. Somit kommt es zur Frontalkollision.

Fahrt 3:

Als der Fahrschüler zum Überholen des LKWs ansetzt, erscheint ein Fahrzeug von der linken Straße und beabsichtigt rechts einzubiegen. Das andere Fahrzeug fährt zur Kreuzung, der Fahrer beobachtet den Verkehr, biegt rechts in die Vorrangstraße ein und beschleunigt. Er kann nicht wissen, dass ein entgegenkommender Fahrer beabsichtigt den LKW zu überholen und sich dann auf seiner Seite befindet. Daher kommt es zur Frontalkollision.

Fahrt 4:

Während der Fahrschüler den LKW überholt, setzt der zum Linksabbiegen an. Der Fahrschüler kann nicht mehr bremsen und es kommt zur seitlichen Kollision.

Fahrt 5:

Während der Fahrschüler den LKW überholt, setzt dieser zum Rechtsabbiegen an. Unmittelbar davor schert er in Richtung des Fahrschülers aus, um besser nach rechts einbiegen zu können. Dadurch hat der Fahrschüler nicht mehr genug Platz und es kommt zur Kollision.

Daraufhin folgt die Analyse aller Fahrten. Der Coach fragt den Fahrschüler wie sehr welcher Fahrer in den jeweiligen Situationen für den Fehler verantwortlich ist. Darüber hinaus soll besprochen werden, was man aus dieser Erfahrung für die Zukunft lernen kann. Eine mögliche Lösungsvariante liegt darin, an dieser Stelle überhaupt nicht zu überholen und eine bessere Situation abzuwarten. Allein das Vorhandensein solch einer Kreuzung sollte Grund genug für so eine Verzögerung sein.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann nur in Fahrschulen eingesetzt werden, die über einen Fahrsimulator verfügen. Der Simulator muss es den Fahrlehrer ermöglichen, die Positionierungen und das Verhalten der anderen Verkehrsteilnehmer zu modifizieren.

2.4.2. Gefahrenfrüherkennung (Überprüfung von Ort und Zeit)

Coaching Szenario entwickelt von Robert Kotál

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll die möglichen Gefahren im Straßenverkehr erkennen, speziell wenn er sich einer Kurve nähert. Er soll auch lernen, die Geschwindigkeit anderer einschätzen zu können, um ein Schleudern frühzeitig vorzusehen. Dann soll er den Weg des schleudernden Fahrzeuges abschätzen. Das Hauptziel dieses Szenarios ist es, einen kritischen Ort und eine kritische Zeit zu vermeiden.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Der Fahrschüler soll erkennen, dass die alleinige Befolgung der Verkehrsregeln nicht unbedingt seine Sicherheit garantieren kann. Es ist auch notwendig, sich auf die Fehler anderer Verkehrsteilnehmer einzustellen (dies ist eines der wesentlichsten Prinzipien des defensiven Fahrens).

Ort des Szenarios

Simulator

Hauptebene der GDE-Matrix

2. Ebene

Kurzzusammenfassung der Übung

Das Hauptprinzip des defensiven Fahrens ist, Unfälle dadurch zu verhindern, indem man auch die Fehler Anderer einkalkuliert. Die Verkehrssituation dieses Szenarios findet in einem Straßenraum, mit einer aufgrund von Schneefall rutschiger Fahrbahn, statt. Der Fahrschüler nähert sich einer Kurve und schätzt die Geschwindigkeit des entgegenkommenden Verkehrs ein. Der Fahrschüler soll in der Lage sein zu erkennen, dass die Geschwindigkeit des anderen Fahrzeugs unangepasst ist und dieses daher höchstwahrscheinlich ins Schleudern geraten wird. Dann versucht der Fahrschüler die Fahrlinie des schleudernden Autos abzuschätzen, und dem Zeitpunkt an dem das schleudernde Fahrzeug seine eigene Fahrlinie kreuzen wird vorherzusehen. Die Aufgabe des Fahrschülers besteht darin zu vermeiden, an einen kritischen Ort zu einem kritischen Zeitpunkt zu sein.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Das Ereignis findet auf einer rutschigen Fahrbahn statt. Es schneit.

Fahrt 1:

Der Fahrschüler nähert sich einer Kurve. Ein anderes Fahrzeug kommt entgegen. Dessen Geschwindigkeit ist den Umständen angepasst. Beide bewältigen die Situation problemlos. Der Coach fragt den Schüler, wo er ein potentielles Risiko sieht.

Fahrt 2:

Der Fahrschüler nähert sich einer Kurve. Ein anderes Fahrzeug kommt entgegen. Dessen Geschwindigkeit ist zu schnell für die Umstände. Das Fahrzeug gerät ins Schleudern und kollidiert mit dem Auto des Fahrschülers. Der Coach erfragt die Hintergründe für diesen Unfall.

Fahrt 3:

Der Coach ersucht den Fahrschüler abzuschätzen (bevor er die Kurve erreicht), ob die Geschwindigkeit des entgegenkommenden Autos angepasst ist oder nicht. Nun nähert sich der Fahrschüler der Kurve. Ein anderes Fahrzeug kommt entgegen. Nachdem der Fahrschüler seine Einschätzung über die Angepasstheit der Geschwindigkeit des Entgegenkommenden abgegeben hat, stoppt der Coach die Simulation.

Diese Fahrt wird einige Male überholt, wobei sich die Geschwindigkeit des entgegenkommenden Fahrzeugs ändert. Dann fragt der Coach den Schüler, ob dessen Einschätzungen hinsichtlich der Geschwindigkeit des entgegenkommenden Fahrzeugs richtig war. Der Coach fragt den Fahrschüler, wie er eine Kollision mit diesem Auto vermeiden könne.

Fahrt 4:

Der Fahrschüler nähert sich einer Kurve. Ein anders Fahrzeug kommt entgegen. Dessen Geschwindigkeit ist zu rasch für die Umstände. Nun soll der Fahrschüler abschätzen, wo die Kollision stattfinden wird und er soll sich bemühen, nicht an dieser Stelle zu dieser Zeit zu sein. Diese Fahrt wird mehrmals wiederholt. Wobei jedes Mal die Geschwindigkeit des Entgegenkommenden variiert wird.

Nun folgt die Analyse aller Fahrten. Der Fahrschüler soll zu den verschiedenen Situationen Stellung beziehen. Der Coach fragt den Schüler, was er von dieser Übung für seine künftige Karriere als Autofahrer mitnehmen kann.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann in einer Fahrschule, die mit einem entsprechenden Fahrsimulator ausgestattet ist, angewendet werden. Der Simulator muss es den Fahrlehrer ermöglichen, das Auftreten und das Verhalten anderer Verkehrsteilnehmer zu variieren.

2.4.3. Gefahrenfrüherkennung (Fahren auf Fahrstreifen)

Coaching Szenario entwickelt von Robert Kotál

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Der Fahrschüler soll die typischen Gefahren, die sich beim Befahren von Fahrstreifen ergeben, erkennen. Er soll die typischen Fehler anderer Fahrer dabei kennen lernen. Weiters soll er angepasste Lösungsstrategien für derartige Fehler entwickeln. Ein Fahrer muss sowohl die potentiellen Risiken auffinden, als auch Lösungsstrategien umsetzen können.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Der Fahrschüler soll erkennen, dass das bloße Befolgen von Verkehrsregeln nicht seine Sicherheit gewährleisten kann. Es ist auch notwendig, dass man auf die Fehler Anderer richtig reagiert (dies ist ein Prinzip des defensiven Fahrens).

Ort des Szenarios

Simulator

Hauptebene der GDE-Matrix

2. Ebene

Kurzzusammenfassung der Übung

Der Fahrschüler fährt innerhalb des Ortsgebiets auf einer dreispurigen Straße. Um ihn herum fahren auch andere Fahrzeuge. Er versucht potentielle Gefahren zu erkennen, speziell Fehler von anderen Fahrern. Dann versucht er passende Lösungsstrategien für Fehler Anderer herauszufinden, noch bevor diese tatsächlich passieren. Vor dem Training dieses Szenarios soll der Fahrschüler mit dem Diagramm zur Entstehung eines Verkehrsunfalls (siehe Diagramm 1 weiter unten) vertraut sein. Der Coach modifiziert das Verhalten der anderen Verkehrsteilnehmer (im Simulator bei jeder Fahrt). Dadurch hat der Fahrschüler die Möglichkeit festzustellen, wie er in unterschiedlichen Situationen richtig reagieren soll.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Der Fahrschüler fährt im Ortsgebiet auf einer dreispurigen Straße. Er fährt auf dem mittleren Streifen inmitten von anderen Fahrzeugen. Der Coach fragt den Fahrschüler, ob er potentielle Gefahren identifizieren kann. Der Fahrschüler identifiziert diese so gut er eben kann. Der Coach fragt den Schüler, welche dieser potenziellen Gefahren am ehesten zu einer tatsächlichen Gefahr werden kann. Wenn man die richtigen Fragen verwendet, wird der Fahrschüler in diesem Beispiel erkennen, dass die größte Gefahr von jenem Fahrzeug ausgeht, welches in der Spur rechts vom Fahrschüler etwas weiter vorne fährt. Der Coach fragt den Fahrschüler, was er tun würde, wenn dieses Fahrzeug plötzlich seinen Fahrstreifen wechseln würde. Der Schüler antwortet beispielsweise, dass er bremsen würde.

Nun wechselt dieses Auto tatsächlich in die mittlere Spur. Der Fahrschüler bremst plötzlich stark. Der LKW dahinter fährt zu knapp und kollidiert daher von hinten mit dem Auto des Fahrschülers. Der Coach fragt den Fahrschüler nach dem Fehler. Wenn man die richtigen Fragen verwendet, soll der Fahrschüler herausfinden, dass er es verabsäumt hat, rechtzeitig in den Rückspiegel zu sehen.

Die Situation wird wiederholt. Der Fahrschüler verfolgt den Verkehr, indem er auch in die Spiegel schaut. Er sieht, dass der LKW hinter ihm zu knapp auffährt. Der Coach fragt den

Fahrschüler, was er tun würde, wenn der Wagen rechts vor ihm plötzlich auf seine Spur wechseln würde. Der Fahrschüler wird möglicherweise antworten, dass er aufgrund des LKWs hinter ihm nicht bremsen könne. Wenn man die richtigen Fragen verwendet, leitet man den Fahrschüler dazu an, dass er in dieser Situation selbst zur linken Fahrspur wechseln würde.

Nun wechselt der Wagen tatsächlich auf seinen Fahrstreifen. Der Fahrschüler lenkt plötzlich auf den linken Fahrstreifen. Dabei fährt er jedoch in Fahrzeuge, die bereits am linken Fahrstreifen fahren. Durch hinterfragen soll der Fahrschüler zum Schluss kommen, dass sein Fehler darin bestanden hat, dass er nicht ausreichend die links neben und hinter ihm fahrenden Autos im Rückspiegel beobachtet hat.

Der Coach fragt den Fahrschüler, was er aus diesen zwei Szenarios gelernt hat. Der Fahrschüler soll zu der Lösung kommen, dass er ständig das Verkehrsgeschehen beobachten muss, sodass er stets Lösungen für alle Fälle parat hat. Der Fahrschüler soll über alle Lösungsmöglichkeiten nachdenken (im Bezug auf den aktuellen Situationen) bevor die Risiken tatsächlich zu Gefahren werden (siehe Bild 2 weiter unten).

Nach diesen drei Szenarios modifiziert der Coach das Verhalten der anderen Verkehrsteilnehmer in dieser Situation und fragt den Fahrschüler, wo er nun die potenziellen Risiken sieht und welche Lösungsstrategien möglich wären.

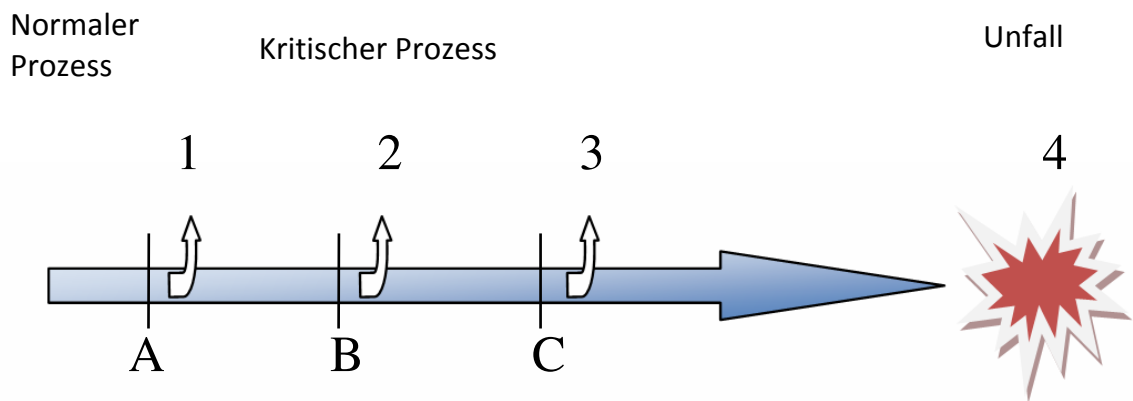
Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann in Fahrschulen, die mit einem Fahrsimulator ausgerüstet sind, verwendet werden. Dieser Simulator muss es den Fahrlehrer erlauben, dass er die Position und das Verhalten der anderen Verkehrsteilnehmer verändern kann.

Tabelle

<i>Falsches Verhalten</i> (der Schüler findet nur die richtige Lösung sobald Risiken zu tatsächlichen Gefahren geworden sind). Der Fahrer muss:	<i>Richtiges Verhalten</i> (der Fahrer identifiziert die potentiellen Risiken, zieht alle möglichen Lösungen in betracht und findet dann eine Lösung bevor das Risiko zur wirklichen Gefahr wird. Der Fahrer muss:
1. die Situation hinter ihm beobachten	1. die Situation hinter seinem Auto beobachten
2. die Situation am linken Fahrstreifen beobachten	2. die Situation am linken Fahrstreifen beobachten
3. Alle Möglichkeiten überprüfen und Entscheidungen treffen	3. Alle Möglichkeiten erkennen und Entscheidungen treffen.
4. Handeln (in diesem Fall entweder Bremsen oder zum linken Fahrstreifen wechseln)	4. Handeln (in diesem Fall entweder Bremsen oder zum linken Fahrstreifen wechseln
Wenn der Fahrer vom rechten Fahrstreifen plötzlich auf den mittleren Fahrstreifen wechselt, muss man alle 4 Schritte rasch umsetzen können. Die Zeit zwischen A und B (siehe Bild 1 unten) ist wahrscheinlich nicht ausreichend.	Wenn der Fahrer plötzlich vom rechten Fahrstreifen auf den Mittleren wechselt, so muss der Fahrschüler nur den 4. Schritt ausführen, da die vorigen Schritte bereits durchgeführt wurden, bevor der andere Fahrer einen Fehler gemacht hat. Daher wird die Zeit zwischen A und B (siehe Bild 1 unten) wahrscheinlich ausreichen.

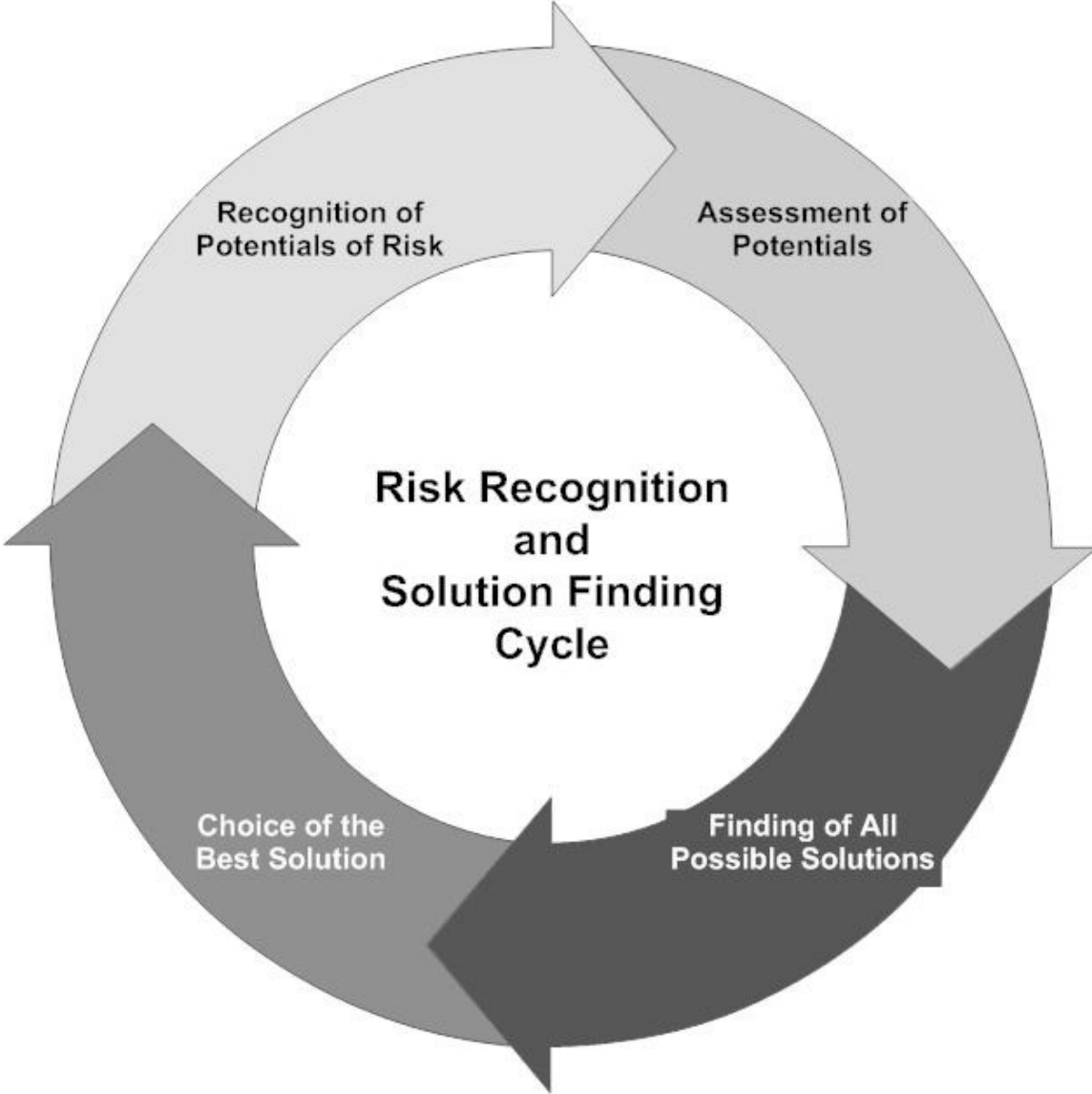
Bild 1 (Jiri Pour)
Entstehung eines Verkehrsunfalls



- A – Beginn der Entwicklung des “beinahe Unfalls”
- B – Beginn der kritischen Situation
- C – Ende der Möglichkeit noch reagieren zu können

- 1 – Kritische Situationen mittels angepasster Reaktion vermeiden.
- 2 – Kritische Situationen durch eine Notreaktion vermeiden.
- 3 – Zufällige Problemlösung der Situation.
- 4 - Unfall

Bild 2 – das Rad der Risikoerkennung und Lösungsfindung (Robert Kotál)



2.4.4. Gefahrenfrüherkennung (Kreuzung mit Ampel)

Coaching Szenario entwickelt von Robert Kotál

Hauptziel des Szenarios (Lernziel)

Erkennung potentieller Gefahren beim Befahren von Kreuzungen mit Ampelregelungen. Der Fahrschüler soll erkennen, welches die häufigsten Fehler von Fahrern im Kreuzungsbereich sind. Er soll auch fähig sein, diese Fehler einzukalkulieren und sein Fahrverhalten dementsprechend darauf abzustimmen.

Sekundäre Ziele des Szenarios

Der Fahrschüler soll erkennen, dass das bloße Befolgen von Verkehrsregeln seine Sicherheit nicht gewährleisten kann. Es ist notwendig auf die Fehler anderer Verkehrsteilnehmer eingestellt zu sein (dies ist eines der Hauptprinzipien des defensiven Fahrens).

Ort des Szenarios

Simulator

Hauptebene der GDE-Matrix

2. Ebene

Kurzzusammenfassung der Übung

Das Hauptprinzip des defensiven Fahrens ist es, Verkehrsunfälle zu vermeiden, selbst wenn diese von jemand Anderen verschuldet werden. Die Verkehrssituation dieses Szenarios findet an einer Kreuzung mit Ampelregelung statt. Der Fahrschüler fährt als erster durch die Kreuzung nachdem von Rot auf Grün umgeschaltet wurde. Er wird von einem anderen Fahrzeug, welches beim Umschalten auf Rot noch schnell über die Kreuzung fährt seitlich touchiert. Bei den folgenden Fahrten am Simulator erlebt der Fahrschüler weitere ähnliche Situationen. Der Coach modifiziert das Verhalten der anderen Fahrer bei jedem Durchgang.

Detaillierte Beschreibung der Übung und Anwendung der Coaching-Methoden

Durchgang 1:

Der Fahrschüler wartet als Erster auf einer mittels Rotlicht gesperrten Kreuzung. Beim Umschalten auf Grün, fährt er rasch los. Er wird von einem anderen Fahrzeug, welches noch schnell bei Rot über die Kreuzung gefahren ist, seitlich touchiert.

Der Coach fragt den Schüler, was er falsch gemacht habe. Nach einigen diesbezüglichen Fragen informiert der Coach den Fahrlehrer, dass die meisten Kreuzungsunfälle dadurch verursacht werden, dass einer noch schnell über die Kreuzung fährt.

Durchgang 2:

Der Fahrschüler befindet sich im ersten Auto an einer durch Rotlicht gesperrten Kreuzung. Sobald das Signal auf Grün schaltet startet er schnell los. Aufgrund der vorhergehenden Erfahrung bremst er danach wieder ab, um nach dem Querverkehr Ausschau zu halten. Dann fährt ihn ein anderes Auto von hinten auf, weil dieser das plötzliche Abbremsen nicht erwartet hatte.

Der Coach fragt den Fahrschüler was er falsch gemacht habe. Er soll herausarbeiten, dass es die beste Art ist, über Kreuzungen zu fahren indem man mit leichter Beschleunigung losfährt und den seitlichen Verkehr beobachtet. Die Bremsen sollte man nur in Notfällen verwenden.

Es folgen einige weitere Durchgänge, in welchen der Schüler das korrekte Verhalten üben kann.

Durchgang n:

Der Fahrschüler nähert sich einer Kreuzung, bei der auf Rot umgeschaltet wird. Er bereitet sich auf das Anhalten vor. In einer Entfernung von ungefähr 50 m schaltet das Rotlicht schon auf Rotgelb um. Daher bricht der Fahrschüler den Bremsvorgang ab, beschleunigt und fährt über die Kreuzung unmittelbar nachdem auf Grün geschaltet wurde. Ein anderes Fahrzeug fährt noch schnell bei Rot von der Seite über die Kreuzung. Der Fahrschüler sieht ihn zwar, kann jedoch aufgrund seiner hohen Geschwindigkeit nicht mehr rechtzeitig stehen bleiben.

Der Coach fragt den Fahrschüler, was er falsch gemacht habe. Mittels der richtigen Fragen wird er herausfinden, dass diese letzte Situation die gefährlichste von allen ist.

Der Fahrschüler soll nun eine Lösungsstrategie für genau diese Situation entwickeln.

Es folgen einige weitere Durchgänge in denen der Fahrschüler seine Strategien für das richtige Verhalten testen kann.

Es folgt eine Analyse aller Durchgänge. Der Fahrschüler soll sämtliche Verhaltensweisen bewerten. Letztendlich fragt der Coach den Fahrschüler, was er aus diesen Übungen für seine künftige Karriere als Autofahrer mitnehmen kann.

Anwendung in der Fahrausbildung

Dieses Szenario kann in Fahrschulen verwendet werden, die mit einem Fahrsimulator ausgestattet sind. Der Simulator muss es dem Fahrlehrer ermöglichen, das Auftreten und das Verhalten der anderen Verkehrsteilnehmer zu variieren.