

# Erlebnispädagogische Erfahrungen unter Segeln

## Soziale Praxis und konzeptionelle Überlegungen

Inhalt:

DER TRÄGERVEREIN STELLT SICH VOR	2
<b>KUTTERSEGELN MIT BEHINDERTEN UND NICHT-BEHINDERTEN KINDERN, JUGENDLICHEN UND ERWACHSENEN</b>	<b>5</b>
<b>Erlebnispädagogische Besonderheiten des Kuttersegelns</b>	<b>5</b>
<b>„Das Frühstück war gut. Das Bett war schlecht.“ - Zum Verhältnis zwischen „Erlebnis“ und „provisorischem Alltag“</b>	<b>8</b>
<b>„... dass wir unbeaufsichtigt rumlaufen konnten ...“- Zu den integrativen Eigenschaften des Settings</b>	<b>10</b>
<b>Zusammenfassung</b>	<b>16</b>
<b>VIER SCHRITTE DER OPTIMALEN ERFAHRUNG - PRAXISORIENTIERTE ANMERKUNGEN ZU DEN GRUNDLAGEN ERLEBNISPÄDAGOGISCHEN LERNENS</b>	<b>17</b>
<b>Was heißt optimale Erfahrung?</b>	<b>17</b>
<b>Begeisterung und Neugier</b>	<b>18</b>
<b>Konzentrierte Aufmerksamkeit</b>	<b>19</b>
<b>Unmittelbare, ganzheitliche Erfahrung</b>	<b>20</b>
<b>Anderen das Erlebte mitteilen</b>	<b>22</b>
<b>Schlussbemerkung</b>	<b>23</b>
<b>GRUPPENSTRUKTUR, ZUSAMMENHALT UND SELBSTVERTRAUEN ALS RELEVANTE ERFAHRUNGEN BEI ERLEBNISPÄDAGOGISCHEN SEGELMASSNAHMEN</b>	<b>24</b>
<b>LITERATUR</b>	<b>31</b>

## **Der Trägerverein stellt sich vor**

Die folgenden Anmerkungen beruhen auf Erfahrungen, die der "Verein für sozialpädagogisches Segeln e.V. (VSS)" im Rahmen seiner Segelmaßnahmen auf dem Bodensee im Verlauf von nunmehr über 25 Jahren gemacht hat. Sein erlebnispädagogisches Angebot richtet sich an sozial benachteiligte und behinderte Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Die Maßnahmen werden in der überwiegenden Zahl der Fälle in Zusammenarbeit mit Heimen, Schulen, Beratungsstellen oder Einrichtungen für Menschen mit Behinderung durchgeführt. Jedes Jahr kommen neue Gruppen hinzu. Die Zahl der Menschen mit Behinderung steigt ebenfalls beständig. In der Regel nehmen Gruppen teil, die bereits als solche bestehen, deren Mitglieder sich also gemeinsam vorbereiten und das Erlebte nach der Maßnahme in der Gruppe weiterbearbeiten können. Bis Ende 2005 wird die Gesamtzahl aller bisher durchgeführten Maßnahmen mit mehr als 170 verschiedenen Institutionen ca. 2800 Segeltage umfassen. Allein in dem Jahr 2004 haben mehr als 450 Kinder und Jugendliche und über 250 Erwachsene aus den unterschiedlichsten Zielgruppen an unseren Maßnahmen teilgenommen. Insgesamt waren es mehr als 15.000 Personen.

Um einen ersten Einblick in die Maßnahmen zu geben, sollen zunächst die zentralen Grundlagen unserer Konzeption kurz skizziert werden.

- Uns ist der Gedanke wichtig, dass die vermittelten Erlebnisse Bezüge zum gelebten Alltag erkennen lassen. Nicht das Außergewöhnliche, Exzentrische, der Nervenkitzel sollen im Mittelpunkt stehen. Vielmehr kommt es uns darauf an, den Teilnehmern Kompetenzen zu vermitteln, die sie in der Auseinandersetzung mit den Erlebniselementen (Naturgewalten, Material, Gruppe ...), aber auch im Umgang mit sich selbst anwenden können. Ziel ist es, über diese Kompetenzen das Selbstwertgefühl und darüber die sozialen Fähigkeiten zu fördern und zu stabilisieren. Dementsprechend gehören Phasen der Anstrengung, des Hochgefühls, der Spannung ebenso dazu wie das Erleben von Ruhe, von Nichtstun-Können (etwa bei Windstille) und die Erfahrung von Müdigkeit und Enttäuschung.
- Die Segelmaßnahmen werden in der Regel mit bestehenden Gruppen durchgeführt. Damit eröffnen sich Möglichkeiten, das gemeinsame Erlebnis als Element kontinuierlicher Gruppenpädagogik einzusetzen. Dies wird dadurch unterstützt, dass an jeder Maßnahme grundsätzlich die pädagogischen Mitarbeiter beteiligt sind, die auch im Alltag mit den Gruppen zu tun haben. In gemeinsamer Vor- und Nachbereitung wird das Erlebnis zum Bestandteil eines längerfristigen Lernens. Erfolge und Probleme, die sich durch das intensive Zusammensein unter ungewöhnlichen Bedingungen einstellen, können so nach

Abschluss der Maßnahme weiter aufgearbeitet werden. Besondere Möglichkeiten sind dann gegeben, wenn Gruppen in derselben oder einer ähnlichen Besetzung in aufeinander folgenden Jahren wiederholt an Maßnahmen teilnehmen.

- Üblicherweise dauert eine Maßnahme mindestens eine und höchstens zwei Wochen. Während dieser Zeit lebt die Gruppe in Gemeinschaftszelten auf dem öffentlichen Campingplatz „Klausenhorn“ in Konstanz-Dingelsdorf am Bodensee, der ca. einen Kilometer vom Hafen Wallhausen - dem „Heimathafen“ des Kutters „Shalom“ - entfernt liegt. Das Campingplatz-Leben ist wichtiger Bestandteil des Konzepts. Hier werden die Teilnehmer mit den wichtigsten segeltechnischen Begriffen vertraut gemacht, die Törns geplant, die Ausrüstung ausgegeben. Aber auch die Alltagsorganisation, Kochen, Abwaschen, Zurechtkommen mit den Regeln auf dem Platz gehören zum "Erlebnis".
- Seit 1998 besteht ebenfalls die Möglichkeit in unserem Vereinsheim „Haus Roland“ unterzukommen. Dort befinden sich unter anderem die Gruppen, die nicht in Gruppenzelten übernachten können oder wollen, wie zum Beispiel ältere Menschen mit psychischen Erkrankungen oder geistigen Behinderungen.
- Der Skipper ist auch auf dem Land und die ganze Zeit über mit den Gruppen zusammen. Er vermittelt - mit Unterstützung von bis zu drei Zivildienstleistenden und manchmal Praktikanten - Wissen über die Region, über alle wichtigen Aspekte beim Segeln, beantwortet Fragen, weist auf Gefahren hin, erzählt spannende Seglergeschichten, oder musiziert mit seiner Gitarre. Aber er ist nicht nur Experte, sondern beteiligt sich auch an der Alltagsorganisation sowie an Gruppengesprächen.
- An Bord kommt es in erster Linie auf die Kooperation der "Seemannschaft" an. Die verschiedenen Aufgaben sind variabel und können so verteilt werden, dass jeder seinen Fähigkeiten entsprechend zum Gelingen der Fahrt beitragen kann. Unsere K 2 K Marinekutter "Shalom" und "Shalupp" fassen maximal je 16 Personen, optimal ist jedoch eine Besatzung mit je 12 Personen. Mit seinen zwei Masten und drei rotbraunen Segeln, davon zwei mit altertümlichen Luggerseglern, dem robusten Holzrumpf ist ein Marinekutter für das Segeln mit unseren Zielgruppen ideal geeignet. Er bietet auch in jedem Fall die notwendige Sicherheit. Als interessante Abwechslung können die Boote bei Flaute auch mit bis zu zehn Riemen (Rudern) gepullt (gerudert) werden. Ebenso ist es möglich, mit einer beschränkten Anzahl von Personen auf den Booten zu übernachten. Zur Sicherheit sind sie noch mit einem 10 PS Außenbordmotor ausgestattet.
- Als Ergänzung zum Kuttersegeln haben sich die kleinen Selbstbau Robinsonjollen bewährt. Darauf können die Teilnehmer das erste Mal Kapitän sein, ohne Erwachsene.

Für die Kinder oder Jugendlichen ist es nach einer gründlichen Einweisung und Übung möglich auch ohne Betreuer zu segeln. Aus Sicherheitsgründen haben wir deshalb ein motorisiertes Schlauchboot, um bei starkem Wind, oder bei Flaute, die Boot wieder in den sicheren Hafen zu schleppen.

- Seit 1998 stehen auch noch mehrere Canadier zur Verfügung, mit denen unsere Teilnehmer, wie die Indianer, erste Paddelerfahrungen machen können.
- Vor und während den Maßnahmen werden Erwartungen, Gruppenprozesse und Probleme selbst im gemeinsamen Gespräch zwischen den Gruppenmitarbeitern und dem nicht nur sozialpädagogisch ausgebildeten, sondern mittlerweile sehr erfahrenen Skipper erörtert. Dadurch, dass einige Institutionen immer wieder (und mit den gleichen Mitarbeitern) an Maßnahmen teilnehmen, hat sich mit diesen inzwischen eine intensive Zusammenarbeit sowie ein fachlicher Austausch entwickelt. Dennoch: Die jahrelangen Erfahrungen haben unsererseits das Bedürfnis verstärkt, diese etwas systematischer zu dokumentieren und auszuwerten.
- Die Restaurierung und Pflege der Boote über die Wintersaison ist fester Bestandteil des Konzepts. In einer großen Scheune in Stockach werden die notwendigen Arbeiten unter pädagogischer Anleitung durchgeführt. Auch in diesem Bereich wird eine integrative Arbeit angestrebt. So haben etwa straffällige Jugendliche die Möglichkeit, gerichtliche Arbeitsauflagen im Rahmen der Bootsrenovierung abzuleisten..

Dem Verein stehen nur zwei Stellen von hauptamtlichen sozialpädagogischen Skippern zur Verfügung. Die Ausbildung von ehrenamtlichen Skippern ist deshalb wichtiger Bestandteil der Vereinsarbeit. Auch die gesamte weitere Arbeit lässt sich nur durch umfangreiche ehrenamtliche Tätigkeit der Vereinsmitglieder (beim Auf- und Abbau des Zeltdorfes auf dem Campingplatz, bei umfangreichen Reparaturen und Wartungsarbeiten des Materials, bei Transport, Beratung, Öffentlichkeitsarbeit usw.) aufrechterhalten. In den letzten Jahren wurden jährlich etwa 1500 freiwillige Arbeitsstunden von Vereinsmitgliedern geleistet.

Seit vielen Jahren führen pädagogische Mitarbeiter des Vereins regelmäßig erlebnispädagogische Fortbildungsmaßnahmen für MitarbeiterInnen aus der Jugend- und Behindertenhilfe durch. Darüber hinaus war der Verein von 1996 bis 2001 beim Aufbaustudiengang „Erlebnispädagogik in der Sozialarbeit“ der Fachhochschule Frankfurt mit einem eigenen Ausbildungsschwerpunkt vertreten. Dieser Studiengang ist vom Kultusministerium Hessen staatlich anerkannt.

## **Kuttersegeln mit behinderten und nicht-behinderten Kindern,**

### **Jugendlichen und Erwachsenen**

Mit dem folgenden Beitrag möchten wir unsere Segelmaßnahmen inhaltlich vorstellen und einige Merkmale des Settings genauer beschreiben. Unsere Erfahrungen sollen hier anhand grundlegender Erwägungen sowie auch an Beispielen veranschaulicht werden. Der Beitrag orientiert sich an den folgenden Fragen:

1. Was zeichnet das Kuttersegeln als erlebnispädagogisches Medium in seinen Besonderheiten aus?
2. Inwieweit gelingt es bei unseren Maßnahmen, das Verhältnis zwischen Erlebnis und Alltag pädagogisch zur Geltung zu bringen?
3. Welche Möglichkeiten bietet das Kuttersegeln nach dem vorgestellten Konzept für die Integration behinderter und nicht behinderter Teilnehmer?

Zur Beantwortung dieser Fragen greifen wir zunächst auf grundsätzliche Überlegungen sowie auf allgemeine Beobachtungen zurück, die wir regelmäßig bei unseren Maßnahmen machen können. Es stehen uns jedoch auch andere Datenquellen zur Verfügung: dies sind zum einen schriftliche Kommentare, wie sie von Teilnehmern und Betreuern in einem Fragebogen am Ende jeder Maßnahme seit 1992 abgegeben wurden, zum anderen Einzelbeobachtungen aus dem Tagebuch des Skippers.

### **Erlebnispädagogische Besonderheiten des Kuttersegelns**

Die auffallendste Besonderheit betrifft den Gruppencharakter des Settings. In der Vielfalt erlebnispädagogischer Handlungsfelder gibt es kaum eine andere Konstellation, in der die Mitglieder einer Gruppe so stark und unmittelbar aufeinander angewiesen sind wie auf einem (größeren) Segelboot. Die sonst nur sinnbildliche Einsicht, dass „alle in einem Boot“ sitzen, wird hier zur ganz konkreten Erfahrung. Keiner kann die Gruppe während des Törns eigenständig verlassen, niemand stößt zwischendurch zu der Gruppe dazu. Alle sind gezwungen, sich gemeinsam mit dem Boot fortzubewegen, keiner kann einfach ausscheren. Einer solchen extremen Geschlossenheit setzt man sich im Alltag fast nie aus. Auf dem Land besteht immer die Möglichkeit zum Ausweichen, und die Vorstellung, man würde sich sechs bis acht Stunden in einem geschlossenen Raum ohne Fluchtmöglichkeiten aufhalten, dürfte in der Regel erhebliche Angst auslösen. Das umgrenzte Setting auf dem Boot

und das unmittelbare Aufeinander -angewiesen-Sein kann pädagogisch genutzt werden, manchmal aber auch zur Überforderung führen. In der Regel stärkt es jedoch den Gruppenzusammenhalt durch das Bewältigen einer gemeinsamen Aufgabe.

In dieser besonderen Situation sind alle Crewmitglieder gleichberechtigt. Bestehende Gruppenhierarchien werden bedeutungslos und selbst die pädagogischen Gruppenbetreuer nehmen auf dem Boot dieselben Positionen ein wie die jugendlichen Teilnehmer. Einzig und allein der Skipper hat an Bord das Sagen. Bei ihm verbleibt das letzte Wort in jeder Lage und letztlich auch die Verantwortung für die Sicherheit aller. Dem Skipper kommt damit eine recht große Verantwortung zu. Zu seinen Kompetenzen als erfahrener Segler kommen unabdingbare pädagogische Anforderungen hinzu: er muss die Fähigkeiten der Gruppe einschätzen und zu den gegebenen Anforderungen (Wind, Wellengang, Wetter, Böen, Dauer des Törns u.ä.) in Relation setzen. Er sorgt dafür, dass die Ausrüstung komplett ist und jeder Teilnehmer mit allem Notwendigen ausgerüstet ist (Schwimmwestenzwang auf dem Boot, Ölzeug, Sonnenhut, Verpflegung, Getränke usw.). Besonders bei wechselnden Winden und unbeständiger Wetterlage sind seine Kenntnisse von den lokalen Bedingungen von entscheidender Bedeutung.

Auch wenn dem Skipper eine besondere Rolle zukommt, so stellt sich die segelnde Gruppe keineswegs als homogene, gleichgerichtete soziale Masse dar. Vielmehr sind zum Gelingen des Ganzen sehr unterschiedliche Aktivitäten jedes einzelnen nötig, die individuell beherrscht werden müssen. Das Boot gemeinsam segeln heißt, es werden viele Handgriffe durchgeführt und zu einem komplexen Ganzen koordiniert: Beim An- oder Ablegen müssen Vor- und Achterleinen zum richtigen Zeitpunkt gelöst und abgelegt, Fender ausgebracht oder eingeholt und der Bootshaken an der richtigen Stelle zum Einsatz gebracht werden. Beim Setzen der Segel braucht es Kraft, aber auch Geschicklichkeit beim Belegen der Fallen. Nach dem Heisen der Segel sind die Schoten aufmerksam so zu bedienen, dass die Segel - je nach Windstärke - richtig im Wind stehen. In Abhängigkeit von Kurs und Wassertiefe muss das Schwert in die richtige Position gebracht werden. Beim Trimmen sorgen Teilnehmer mit ihrem Körpergewicht und ihrer Position dafür, dass das Boot optimal im Wasser liegt und bei Böen nicht zuviel Schräglage bekommt. Der Rudergänger muss das Boot auf Kurs halten und darf dabei Kompass und „Verklicker“ (Fähnchen auf dem Großmast, das die Windrichtung anzeigt) nicht aus dem Auge verlieren. Der „Ausguck“ hat seine Position ganz vorne im Bug und meldet andere Boote oder auch Hindernisse, an denen sich die Fahrtrichtung und die Geschwindigkeit des Kutters ausrichten muss. Beim Wenden müssen zügig Positionen gewechselt, Schoten übergeben und die Segel neu in Stellung gebracht werden. Alle diese Tätigkeiten sind aufeinander abgestimmt, müssen relativ genau

koordiniert und zeitlich abgestimmt werden. kaum eine Aufgabe ist von vornherein wichtiger als eine andere.

All die genannten Aktivitäten sind höchst ungewöhnlich. In jeder Tätigkeit ist dem einzelnen ein Stück Verantwortung für das Gelingen des Ganzen übertragen. Die jeweils zugewiesene Aufgabe verlangt von ihm nicht nur individuelle Zuverlässigkeit, sie erfordert auch Wissen, Gespür für die Situation und spezifische Fähigkeiten (etwa Knoten knüpfen, Kommandos und Fachbegriffe verstehen, Kurshalten, Peilen können o.ä.).

Darüber hinaus zeichnen sie sich jedoch noch durch andere Eigenschaften aus, die das Kuttersegeln von anderen natursportlichen Erlebnissen abhebt. Beispielsweise gehen Klettern, Mountainbiking und Skifahren mit erheblichen körperlichen Anstrengungen einher und setzen Kondition und Fitness voraus. Bei diesen Aktivitäten liegt der Fokus des Erlebens in der körperlichen Bewältigung und sie erfordern, dass die Teilnehmer uneingeschränkt bewegungsfähig sind. Demgegenüber kann beim Kuttersegeln auch von eher geringen körperlichen Fähigkeiten ausgegangen werden. Im Vergleich zu den üblichen Leistungssportarten baut das Segeln auf ganz anderen Fähigkeiten auf und fördert auch ganz andere Kompetenzen. Hier können auch all jene beteiligt sein, die keine Kondition haben, sportlich nicht besonders begabt oder gar aufgrund von Behinderungen nur eingeschränkt bewegungs- oder wahrnehmungsfähig sind. Wer segeln kann, braucht dazu nicht einmal die Fähigkeit, sich auf seinen Beinen fortzubewegen. So können die meisten der oben genannten Tätigkeiten beispielsweise auch von Jugendlichen ohne sportliche Ambitionen oder auch von Rollstuhlfahrern, Gehörlosen, Blinden oder auch alten Menschen ausgeführt werden. Viele körperlich eingeschränkte Menschen, insbesondere die jungen unter ihnen, leiden unter Ausgrenzung und Nichtanerkennung ihrer Person vor allem deshalb, weil sie sich gerade an jenen Aktivitäten nicht beteiligen können, die im Alltag über Sport und körperliche Aktion die Gruppenbildung fördern.

Wie das Segelerlebnis die Aktivität und die Teilnahmefähigkeit körperlich eingeschränkter Menschen beeinflussen kann, verdeutlicht folgendes Beispiel aus dem Tagebuch des Skipers:

„Eine junge spastische Frau im Rollstuhl, die bereits das zweite Mal an einer Maßnahme teilnahm, berichtete mir, dass es ihr nach dem ersten Mal Segeln vor einem Jahr gesundheitlich viel besser gegangen sei als vor der Maßnahme. Überhaupt könne sie auf dem Boot Dinge machen, die ihr an Land nicht möglich seien. So könne sie beim Segeln auch viel aktiver dabei sein, als sie sich je hätte träumen lassen. Dieses bessere körperliche Gefühl habe auch an Land mehrere Wochen angehalten. Sie habe es kaum erwarten können, als es wieder soweit war und sie aufs Boot konnte.“

Die genannten Eigenarten des Segelns gegenüber anderen Natursportarten hängt nicht zuletzt mit dem Element Wasser und seinen besonderen Einflüssen auf das menschliche Erleben zusammen. Dazu hier nur einige Beobachtungen: nicht nur die körperlich eingeschränkten, sondern gerade auch die hyperaktiven Jugendlichen erfahren auf dem Wasser völlig neue Möglichkeiten. Das leise Dahingleiten auf dem glatten See vermittelt Ruhe, Gelassenheit und Geborgenheit. Segeln verlangt nicht so sehr eigene Anstrengung, als vielmehr die Fähigkeit, sich den Naturgewalten von Wind und Wasser anzuvertrauen und sie geschickt zu nutzen. Eine Bö will gut ausgenutzt sein, wenn sie das Boot optimal beschleunigen soll, aber oft zwingen auch Windstille oder mäßiger Wind zu Ruhe und Nichtstun.

Der Skipper berichtet von seinen Beobachtungen:

„Vielen hyperaktiven Kindern fällt es an Land sehr schwer, länger als zwei Minuten sitzen zu bleiben. Nach mehreren Tagen auf dem Boot ist zu beobachten, dass es ihnen nichts mehr ausmacht, bei Flaute mal eine Stunde auf dem Boot faul rumzuliegen und sich von den Wellen wiegen zu lassen. Die Wirkung dieser Erfahrung ist vor allem dann feststellbar, wenn nach mehreren Tagen Segeln noch weitere Gruppenmitglieder dazukommen. Die Neuankömmlinge sind hektisch, nervös, ungeduldig, unruhig und brauchen immer Aktion, während die anderen viel entspannter sind.“

Loslassen und sich-entspannen-können sind in der Erlebnispädagogik gewiss oft vernachlässigte Elemente, die sich insbesondere auf das Körpergefühl und die Körperwahrnehmung, aber auch auf die Ernährung und das allgemeine Aktivitätsniveau körperlich/motorisch beeinträchtigter Teilnehmer positiv auswirken können.

**„Das Frühstück war gut. Das Bett war schlecht.“<sup>1</sup> -**

**Zum Verhältnis zwischen „Erlebnis“ und „provisorischem Alltag“**

Einer der häufig vorgebrachten Kritikpunkte gegen die Erlebnispädagogik lautet: die Erfahrungen im Erlebnissetting sind so außergewöhnlich und so alltagsfern, dass schwerlich damit zu rechnen ist, dass die dort erworbenen Kompetenzen sich später in der Alltagswelt umsetzen lassen. Erlebnis hier, Alltag dort, darin liegt ein zentrales Problem bei der Rechtfertigung erlebnispädagogischer Maßnahmen. Man kommt einen guten Schritt weiter, wenn man sich klar macht, dass in jeder Unternehmung beides vorhanden ist: das Besondere und das Alltägliche. Der Segeltörn bei gutem Wind und spritzenden Wellen gehört ebenso zum Erlebnis wie das Frühstück am Morgen, die technischen Vorbereitungen für die

---

<sup>1</sup>Kommentar eines 14-jährigen Teilnehmers am Schluss einer Maßnahme.



Fahrt, der Fußmarsch zum Hafen, die üblichen Konflikte zwischendurch und das abendliche Aufräumen.

Unsere Maßnahmen bieten den Vorteil, dass sich das Erleben in zwei verschiedenen Kontexten abspielt und beobachten lässt, die sich gegenseitig ergänzen. Zum einen ist dies das Segelboot und die Seemannschaft auf dem Wasser. Zum anderen ist dies der öffentliche Campingplatz am Ufer des Bodensees, auf dem die Gruppe in einem kleinen Zeltdorf lebt, wo der Alltag gestaltet wird, wo jedes Gruppenmitglied Routineaufgaben übernimmt, wo man sich mit dem Zelnachbarn arrangiert, der Küchendienst organisiert werden muss und Regeln für die Nachtruhe gelten. Auch wenn das gemeinsame Leben auf dem Campingplatz für die allermeisten Teilnehmer schon etwas Besonderes ist und der Alltag hier durchaus in vielerlei Hinsicht „provisorisch“ gestaltet wird, so lassen sich hier doch Regeln erkennen sowie Situationen und Probleme beobachten, wie sie für den Gruppenalltag auch sonst üblich sind. In der Routine des Campinglebens bilden sich bald die gewohnten Gruppenstrukturen und Alltäglichkeiten wieder ab.

Die Gruppe muss ihren Alltag selbstverantwortlich organisieren und die Erledigung der Alltagsnotwendigkeiten und -pflichten durch die Teilnehmer sicherstellen. Dazu gehören nicht nur die lästigen Dinge wie Tischdecken, Geschirrspülen und Aufräumen. Vieles fordert auch die Selbstständigkeit und Verantwortung der Teilnehmer heraus. Wer kauft ein, wo ist der nächste Laden, wer kocht, was soll gekocht werden, wie funktioniert der Gaskocher, was müssen wir bei der Mülltrennung beachten? In die Lösung solcher Fragen sind alle Teilnehmer miteinbezogen. Viele von ihnen sind Selbstversorgung nicht gewohnt und hier bietet sich für sie ein wichtiges Lernfeld. Aber auch im persönlichen Bereich ist mehr Selbstverantwortung gefordert als Zuhause: Jeder muss sich selbst darum kümmern, dass das Feld-Bett gerichtet ist und die Taschenlampe für den nächtlichen Gang zum WC bereitliegt. Da ist niemand, der sich um die Wäsche sorgt, die Badehose bereitlegt, schnell herbeispringt, wenn man nachts im Schlafsack friert. Einige Kommentare von Teilnehmern machen deutlich, wie neu und wichtig ihnen solche kleinen Dinge sind, auch wenn - oder gerade weil - sie nicht von vornherein problemlos sind:

„Ich fand es nicht gut, dass ich meine Zahnbürste nicht gefunden habe.  
Essen und die Nudelsuppen waren gut.“ (15jähriger Teilnehmer)

„Mir hat nicht gefallen, dass ich meine Badehose erst am Mittwoch bekommen habe.“ (11jähriger Teilnehmer)

„Dass die Schnaken mich gestochen haben und dass ich einen Sonnenbrand habe,  
die zwei Sachen haben mir nicht gefallen.“ (12jährige Teilnehmerin)

Auch dass der Ruf nach einer Spülmaschine im Küchenzelt von Jugendlichen immer wieder hörbar wird, zeigt, dass Erlebnispädagogik gar nicht so alltagsfern ist oder sein muss. Viele Kompetenzen, die hier implizit und unspektakulär gelernt werden, kommen durchaus nur durch das besondere Setting (fremde Umgebung, ungewohnter Alltag, neue Erfahrungsräume) zustande. Viele Teilnehmer berichten, dass sie hier zum ersten Mal in einem Zelt geschlafen oder auf einem offenen Feuer gegrillt haben. Ein 6jähriges Mädchen fasst ihre positiven und negativen Erfahrungen wie folgt zusammen:

„Die Böen haben mir nicht sehr gut gefallen, da habe ich dann Angst bekommen. Das Schlafen im Zelt gefällt mir gut. Ich habe hier gelernt, mit einem großen Rad zu fahren. Auf dem Campingplatz muss man nicht so sehr sich waschen und auf Äußeres achten.“

Das recht eigene und „primitive“ Leben im Zelt bringt Freiheiten, aber auch neue Verantwortlichkeiten mit sich und fördert die Fähigkeit zur Improvisation und zu ungewöhnlichen Lösungen. Die Notwendigkeit, den Alltag gemeinsam zu bewältigen, führt auch zu neuen Beziehungen und Konstellationen zwischen Jugendlichen. So berichtet ein 36jähriger Betreuer über seine Erfahrung mit seiner Gruppe:

„Positiv zu beobachten war vor allem das Aufbrechen der starren geschlechtsspezifischen Gruppenbildung und das Arbeiten im Team (Küchendienst, Boote herrichten.)“

Entscheidungen über die Tagesgestaltung, den Zeitplan, die Aufgabenverteilung auf dem Platz muss die Gruppe gemeinsam fällen. Gerade in dieser relativ freien Situation bieten sich viele Möglichkeiten zu lernen, Fähigkeiten, Vorlieben, Wünsche, aber auch Pflichten und Notwendigkeiten zu berücksichtigen und unter einen Hut zu bringen.

**„... dass wir unbeaufsichtigt rumlaufen konnten ...“<sup>2</sup>**

### **Zu den integrativen Eigenschaften des Settings**

Die Teilnehmer an unseren Maßnahmen decken ein breites Spektrum ab, was ihre sozialen Situationen sowie ihre persönlichen Eigenschaften anbetrifft. Die Altersspanne reicht von 5 bis über 68 Jahren. Die meisten sind sozial benachteiligt oder von sozialer Ausgrenzung bedroht. Dies gilt zum einen für unsere verhaltensauffälligen, straffälligen und psychisch kranken Teilnehmer, zum anderen aber auch für die Menschen mit Körper- und Sinnesbehinderungen.

---

<sup>2</sup>Positiv honorierter Kommentar eines 16jährigen straffälligen Teilnehmers

Oben wurde auf die besonderen Eigenschaften des Segelns für weniger sportliche und körperlich eingeschränkte Menschen hingewiesen. Parallel dazu wurde gezeigt, dass alle Crewmitglieder (abgesehen vom Skipper) an Bord gleichberechtigt sind. Entsprechend übernehmen Menschen mit Behinderung auf dem Boot dieselben Aufgaben wie Menschen ohne Behinderung. Jeder wird vom Skipper in seine Aufgabe eingewiesen, kann sich damit vertraut machen und üben. Auch wechseln sich die Crewmitglieder während des Törns in ihren Aufgaben ab. Der Marinekutter ist dafür vor allem deshalb ein ideales Mittel, weil er viel Bewegungsfreiheit bietet und auf „Fehler“ der Crew recht „gutmütig“ reagiert. Dazu kommt, dass die Aufgaben vielfältig und so unterschiedlich sind, dass nahezu jeder eine Funktion (oder auch im Wechsel mehrere Funktionen) übernehmen kann. Wie die meisten Menschen ohne Behinderung entdecken auch viele Menschen mit Behinderung bei sich selbst neue Kompetenzen und Handlungsmöglichkeiten beim Segeln.

Betreuer von Behindertenmaßnahmen machen immer wieder die Beobachtung, dass Gruppenmitglieder nach der Segelerfahrung viel aktiver und selbstverantwortlicher handeln. Dies ist nicht zuletzt darauf zurückzuführen, dass der Einzelne sich als aktives Gruppenmitglied erlebt, das wie jeder andere zum Gelingen des Törns beiträgt. Dieses Bewusstsein findet sehr anschaulich darin Ausdruck, dass die meisten Teilnehmer das Ölzeug und die orangefarbenen Schwimmwesten auch an Land (Campingplatz, Hafen) voller Stolz tragen und sich in dieser Hinsicht von Fußballmannschaften in keiner Weise unterscheiden.

Situationen auf dem Boot sind ungewöhnlich, es gibt keine eingeschliffenen Verhaltensmuster, jeder kämpft gewissermaßen mit seiner Aufgabe. So entstehen nicht selten Konstellationen, die durch eine situative Stimmung oder Komik den Einzelnen und die Gruppe stärker in Verbindung bringen. Dazu ein Beispiel aus dem Tagebuch des Skippers:

„Stefan, Teilnehmer aus einer Klasse Jugendlicher mit Körperbehinderung, hatte schon an mehreren Segelmaßnahmen teilgenommen. Als die Gruppe bei relativ starkem Wind draußen war, bediente er die Besan-Schot. Der eher zierliche Stefan musste all seine Kräfte aufwenden, um das Segel in seiner Position zu halten, und entsprechend ernst nahm er seine Aufgabe. Bei einer besonders starken Bö wurde er plötzlich an der Schot von seinem Sitz hochgerissen und landete - die Schot noch in den Händen - im Inneren des Boots. Nach dem ersten Schreck stimmte er in das Gelächter der anderen Crewmitglieder ein.“

Im Verlauf einer Maßnahme beginnen die Betreuer, die Kompetenzen und Erlebnisweisen insbesondere auch der Teilnehmer mit Behinderung besser einzuschätzen, und machen sich über geeignete Settings und adäquate Aufgabenverteilungen Gedanken. Eine 23jährige Betreuerin vermerkt beispielsweise:

„Marion hatte nie wirkliche Aufgaben: teilnahmslos auf der „Shalom“. Rudolf wurde prima integriert: war stolz. Für Silke empfinde ich Motorboot(fahren) besser, da sie auf der ‘Shalom’ weniger vom ‘Fahren’ mitbekommt.“

In solchen Bemerkungen wird zweierlei deutlich. Zum einen: Je nach vorhandenen Vorlieben und Kompetenzen kann die Integration auf dem Boot besser oder weniger gut gelingen. Genaue Beobachtung der Gruppe und gezielte Auswahl des Settings sind wichtige pädagogische Aufgaben. Zum zweiten: Bei manchen Menschen mit Behinderungen werden gewiss auch Grenzen dieses Mediums deutlich. Manche brauchen zur Bewältigung einer Aufgabe mehr Vorbereitung und Übung als andere, was in einer größeren Gruppe nicht immer leicht zu bewerkstelligen ist. Nicht für jeden Teilnehmer ist der Kutter ein ideales Übungsfeld. Es ergeben sich aber auch Konstellationen, in denen zwei oder drei Jugendliche, die gut segeln können, einen Jugendlichen mit Behinderung auf eine Jolle mitnehmen. Manchmal bieten sich auch eher „am Rand“ des Geschehens Betätigungsfelder, die integrativ wirken, und wo Menschen mit Behinderung und ohne Behinderung unmittelbar zusammenarbeiten. z.B.: Rollstuhlfahrer müssen gemeinsam aufs Boot getragen werden, Blinde brauchen eine taktile Anleitung beim Knotenknüpfen. Ein anderes Beispiel für solche „Randerlebnisse“ entnehmen wir dem Tagebuch des Skippers:

„Die kleinen Boote müssen über eine Slipanlage aus dem Wasser gezogen werden, was je nach Wasserstand eine ziemlich mühsame Sache sein kann. Recht schnell sind wir darauf gekommen, dass unsere Elektro-Rollstuhlfahrer diese mühsame Aufgabe übernehmen können, indem (wie beim Abschleppen) ein Seil zwischen Boot und Rollstuhl befestigt wird. Martin probierte es gleich mit seinem Rollstuhl bei unseren kleinen Booten aus und es klappte prima. Dann bot er seine Dienste auch anderen Jollenseglern an, die zuerst etwas unsicher, aber dann begeistert reagierten.(Leider darf er das nicht mehr. Seine Krankenkasse hat es ihm verboten)“

Mehr noch als das Segeln bietet der gemeinsame Alltag im Zeltdorf für alle Teilnehmer intensive Begegnungen, gestattet nur begrenzt Rückzugsmöglichkeiten und fordert von allen Beteiligten ein hohes Engagement. Dies gilt insbesondere für die integrativen Gruppen, in denen nicht nur die behinderten, sondern vor allem auch die nicht behinderten Jugendlichen unerwartete Erfahrungen machen. Nur wenige Gruppen, die an unseren Segelmaßnahmen teilnehmen, sind „echte“ integrative Gruppen mit Menschen mit Behinderung und ohne Behinderung. Allerdings gibt es eine Einrichtung, die seit 1992 jedes Jahr mit einer gemischten Gruppe behinderter und nicht behinderter Jugendlicher und junger Erwachsener teilnimmt. Dabei kannten sich nur die Menschen mit Behinderung untereinander, die Menschen ohne Behinderung meldeten sich als Einzelpersonen zu diesen Freizeiten. Die Erfahrungen aus diesen Maßnahmen machen die Möglichkeiten deutlich, die unser Setting für gemeinsame Unternehmungen bietet und wie Teilnehmer darauf reagieren.

Die tatkräftige Mitarbeit der ehrenamtlichen Betreuer vorausgesetzt ist es doch sehr erstaunlich, wie schnell und unkompliziert sich das gemeinsame Leben zwischen den verschiedenen Gruppen hier einspielt. Viele Menschen ohne Behinderung kommen erstmals (so nah) mit Menschen mit Behinderung in Kontakt und sind sogleich über deren Normalität erstaunt. Gewiss ist vieles im Umgang noch unvertraut, aber die ungewohnte Umgebung, der improvisierte Alltag tragen selbst zu der schnellen Normalisierung in der Begegnung bei.

Einige Kommentare von nicht behinderten Teilnehmern und Betreuern:

„Der Umgang mit den Behinderten ist mir in dieser Woche sehr vertraut geworden.“  
(17jähriger Teilnehmer)

„Der absolut unkomplizierte Umgang mit den Behinderten war für mich eine interessante Erfahrung.“ (24jähriger Teilnehmer)

„Die Gruppe hat die Berührungängste zu den Behinderten schnell abgebaut und deshalb den Mitarbeitern einiges abgenommen.“ (24jähriger Betreuer)

„Die meisten der Nichtbehinderten haben sich super mit den Behinderten beschäftigt und viel geholfen.“ (24jährige Betreuerin)

Der gemeinsame Alltag konfrontiert alle Beteiligten, vor allem aber die Teilnehmer ohne Behinderung mit Fragen gegenseitiger Hilfe und Rücksichtnahme. Nicht jedem fällt es leicht, seine eigenen mit den Bedürfnissen der anderen abzustimmen. Notwendigerweise kommt es zu Konflikten und Verhandlungen, bei denen die Menschen ohne Behinderung auch mal den kürzeren ziehen müssen. In einigen Rückmeldungen kommt diese Schwierigkeit zum Ausdruck:

„Den Umgang mit den Behinderten fand ich super; aber blöd fand ich, dass einige der Behinderten von einigen der Betreuer zu stark bevorzugt wurden, aber andererseits haben andere Behinderte zu starke Dämpfer bekommen, so dass sie mir trotz ihres stressigen Getues leid getan haben.“ (15jähriger Teilnehmer)

„Manchmal hatte ich das Gefühl, dass die behinderten Teilnehmer etwas bevorzugt wurden. z.B. (1) wenn es nur noch eine Portion Spätzle mit Soße gab, wurde sie gleich für einen behinderten Teilnehmer reserviert. (2) Duschkärtchen konnten nicht von nicht-behinderten Teilnehmern reserviert werden, da behinderte Teilnehmer zuerst duschen sollten. (3) Wenn zwei Musikarten zur Auswahl standen wurde die Musik des Behinderten gewählt.“ (16jährige Teilnehmerin)

Wie sich zeigt, geht die Bewältigung solcher Alltagsaufgaben nicht ohne Auseinandersetzungen einher. Gleichzeitig wird hier aber auch deutlich, wie sehr die Teilnehmer einander ernst nehmen und sich als gleichberechtigt erfahren.

Das Setting „Campingplatz“ als Ort sozialer Begegnung trägt seinerseits zur Integration bei. Die Ferienstimmung lässt das Leben hier relativ entspannt erscheinen. Vor allem Familien mit Kindern sowie Jugendliche und junge Erwachsene prägen das Bild auf dem Campingplatz. Man geht zum Baden, spielt Federball oder Fußball, bläst ein Schlauchboot auf, holt sich am Kiosk ein Eis, fährt mit den Kleinen Dreirad, oder man lädt den Nachbarn vom Wohnwagen nebenan zum Grillen ein. Man bekommt viel voneinander mit und wer des Öfteren herkommt, kennt inzwischen die Nachbarn sowie andere regelmäßige Gäste.

Die Gruppe ist nicht für sich, sie ist sozial eingebunden, macht Erfahrungen mit Zelt Nachbarn. Am wichtigsten sind die Begegnungsmöglichkeiten mit anderen Jugendlichen, aber auch mit Familien oder mit anderen „interessanten“ Erwachsenen (etwa einem Angler, einem Motorbootführer oder einem Surfer). Neben den recht hohen Anforderungen an die Gruppendisziplin auf dem Boot sind Freiräume wichtig, in denen sich die Jugendlichen gefahrlos auch ohne zu enge Aufsicht bewegen können. Man spielt zusammen Federball und Fußball und verabredet sich für die nächsten Tage. Auch hierdurch wird die Eigenverantwortlichkeit gestärkt. Ein 17jähriger Teilnehmer aus einer Gruppe straffälliger Jugendlicher vermerkt im Reflexionsbogen:

„Was sehr gut war: dass man uns nicht alles vorgeschrieben hat und uns vertraut hat bei allen Dingen.“

Und ein Gleichaltriger aus derselben Gruppe ergänzt:

„(Mir hat gefallen) ...dass wir unbeaufsichtigt rumlaufen konnten und nicht schon um 22 Uhr schlafen mussten.“

Etliche Teilnehmer aus Gruppen, die im Laufe der Jahre mehrmals an Maßnahmen teilgenommen haben, treffen auf dem Campingplatz ihre Freunde vom Vorjahr wieder. Sie können sie auch zum Segeln, zum Grillen oder zur Wasserschlacht einladen. Erinnerungen können aufgefrischt, neue Pläne geschmiedet, Adressen ausgetauscht werden. So kommt den Erlebnissen über die Gruppe hinaus eine Kontinuität zu, wie sie bei einmaligen Reisen selten gegeben ist.

Die Tatsache, dass unsere Maßnahmen auf einem öffentlichen Campingplatz durchgeführt werden, bietet Chancen, ist aber auch mit notwendigen Einschränkungen verbunden. Häufigstes Konfliktfeld ist das Einhalten der Nachtruhe. Dies scheint für viele nicht so recht

zum natursportlichen Erlebnis und zu den außergewöhnlichen Erlebnissen zu passen. Nach einem aufregenden Tag oder nach einem schönen Abend am Lagerfeuer ab 22 Uhr still in den Schlafsack zu kriechen fällt vielen Jugendlichen nicht leicht. Und doch stellt es in unserem Setting ein Stück „soziale Realität“ dar, die sich u.a. in der Person des Campingplatzverwalters manifestiert, der auch mal eine Verwarnung aussprechen muss.

Innerhalb dieses Settings bildet das kleine Zeltdorf für die Teilnehmer zwar einen eigenen Mittelpunkt, die Zelte der Gruppe stehen jedoch nur wenige Meter von den Zelten anderer Camper entfernt. Es kommt durchaus vor, dass andere Kinder und Jugendliche die Menschen mit Behinderung hänseln und ärgern. In einer solchen Situation mussten wir einmal unsere nicht-behinderten Teilnehmer, die das mitbekamen, aktiv von einem ausgeheckten Plan abhalten, über die „Peiniger“ herzufallen und sie gehörig zu verdreschen.

Die meisten Camper reagieren jedoch zunächst sehr zurückhaltend auf die Menschen mit Behinderung. Dies ändert sich jedoch meist schnell, wenn sich besondere Anlässe bieten.

Zwei exemplarische Beobachtungen aus dem Tagebuch des Skippers:

„Eine junge Teilnehmerin im Rollstuhl sitzt vor ihrem Zelt und weint bitterlich. Sie hat sich unsterblich in einen begleitenden Zivildienstleistenden verliebt. Dieser hat für ihre Sehnsüchte absolut kein Verständnis und reagiert eher ruppig und schroff. Die Kinder einer benachbarten Camperfamilie beobachten diesen Vorfall und sind entsetzt. Die Mutter dieser Kinder fragt mich, ob sie das Mädchen nicht zu Kaffee und Kuchen einladen dürfe. Daraus entwickeln sich dann regelmäßige Kontakte: Einmal wird sie mit zum Eisessen mitgenommen, ein anderes Mal hilft das Mädchen der Zelt Nachbarin beim Kochen. Als die Familie abfahren will, teilt mir die Frau mit, wie interessant es für sie und ihre Familie war diesen Kontakt zu diesem behinderten Mädchen zu haben. Sie hatten bis dahin noch nie Behinderte kennen gelernt und konnten so Unsicherheiten, Ängste und Vorurteile abbauen.“

„Ein spastischer Jugendlicher, der schon sehr häufig (mehr als fünfmal) an einer Maßnahme teilgenommen hat, lernt auf dem Campingplatz mit einem Elektrorollstuhl fahren. (Parallele: Viele Kinder lernen hier Fahrradfahren). Ein kleines Kind ist von dem Rollstuhl total fasziniert. Der Jugendliche lässt das Kind auf seinen Schoß sitzen und so wird es auf dem Platz herumgefahren. Als die Mutter dazukommt, ist sie zuerst ängstlich und unsicher, dann aber zeigt sie sich neugierig und interessiert.“

Solche Beispiele können zeigen, wie der „provisorische Alltag“ in unserem erlebnispädagogischen Setting neue soziale Konstellationen mit sich bringt und damit ohne großes Aufsehen integrativ wirkt. Aber gewiss ist nicht zu unterschätzen, dass die Gruppe im Kuttersegeln ihre eigene Aktivität hat, was ihrem Aufenthalt auf dem Campingplatz einen besonderen Sinn gibt und ihr nicht zuletzt auch ein eigenes Prestige einbringt.

## **Zusammenfassung**

Es wurde ein erlebnispädagogisches Setting beschrieben, das für verschiedene, von sozialer Ausgrenzung betroffene Gruppe besondere Interaktionsmöglichkeiten bietet. Der „Verein für sozialpädagogisches Segeln e.V. (VSS)“ hat dazu ein Konzept entwickelt und umgesetzt. In Abgrenzung zu anderen Natursportarten eignet sich das Kuttersegeln vornehmlich für solche Teilnehmer, die keine Sportskanonen sind oder auch eine körperliche bzw. geistige Behinderung haben. An den Maßnahmen nehmen aber auch Jugendliche aus Heimen, der Straffälligenhilfe oder aus Schulklassen, des weiteren Familien und Erwachsene teil. Die explizite Erfahrung, dass „alle in einem Boot“ sitzen, ist für die Kooperation jedes einzelnen in der Gruppe von großer Bedeutung.

Dem Skipper kommt eine besonders verantwortliche Rolle zu. Von seiner nicht nur seglerischen, sondern auch gruppenpädagogischen Kompetenz hängt das Gelingen der Maßnahme wesentlich ab. Er muss die verschiedenen Fähigkeiten der Teilnehmer einschätzen und ihre Tätigkeiten und Rollen auf dem Boot optimal koordinieren können.

Kern des Settings ist die Kombination von Segelerlebnis und „provisorischem Alltag“ auf einem öffentlichen Campingplatz. Neben den „Highlights“ der Segeltörns sind im Gruppenalltag viele Dinge selbstverantwortlich zu erledigen und zu regeln. Dazu gehört sowohl die Selbstverpflegung, das Abendprogramm wie auch das Zusammenleben mit anderen Campern auf dem Platz. Nicht nur auf dem Segelboot, sondern auch im Gruppenalltag bestehen zahlreiche Möglichkeiten zur praktischen Kooperation von Menschen mit und ohne Behinderung. Es zeigt sich, dass gerade die Verbindung von Segeln und Gruppenleben in einer relativ lockeren und freien Campingatmosphäre für Menschen mit und ohne Behinderung ein lohnendes, beziehungsstiftendes und oft auch unspektakuläres Erlebnisfeld bietet.

## **Vier Schritte der optimalen Erfahrung - Praxisorientierte Anmerkungen zu den**

### **Grundlagen erlebnispädagogischen Lernens**

Dass Erlebnispädagogik nach wie vor Hochkonjunktur hat, zeigt sich nicht zuletzt an der Fülle der Publikationen zu diesem Thema, die in den letzten Jahren auf den Markt gekommen sind. Die meisten neueren Arbeiten, die sich mit den Grundlagen erlebnispädagogischen Lernens auseinandersetzen, berufen sich in ihren konzeptionellen Ansätzen auf die



Reformpädagogik und führen damit die Tradition jener Autoren fort, die das Werk von Kurt Hahn analysiert und seinem Ansatz für die moderne Pädagogik Bedeutung verschafft haben. Demgegenüber fehlt es trotz der Breite des Literaturangebots an Beiträgen, die das erlebnispädagogische Lernen aus einer Perspektive beleuchten, die landläufig als die motivations- oder persönlichkeitspsychologische bezeichnet wird. Der vorliegende Aufsatz soll einen Beitrag dazu leisten, die aktuelle Praxis der Erlebnispädagogik mit Erkenntnissen zu untermauern und anzuregen, die im Rahmen der Entwicklung der Theorie der optimalen Erfahrung gewonnen wurden und u.a. die amerikanische Naturpädagogik angeregt haben. Nach diesem anwendungsorientierten Ansatz lassen sich Bedingungen genauer bestimmen, unter denen neue Erfahrungen in optimaler Weise zu Differenzierung und Integration der Persönlichkeit beitragen.

### **Was heißt optimale Erfahrung?**

Diese Frage unterstellt, dass Erfahrung suboptimal sein kann, dass es gewissermaßen unterschiedliche Qualitäten der Erfahrung und des Erlebens gibt. Amerikanische Forscher haben den Begriff des „flow“ geprägt und beschreiben ihn als einen inneren Zustand, in dem sich ein Individuum befindet, wenn es die Erfahrung macht, dass es ganz in seiner aktuellen Tätigkeit aufgeht. Das Glücksgefühl, das mit einer Erfahrung einhergeht beruht darauf, dass das Verhältnis zwischen den individuellen Fähigkeiten und den situativen Anforderungen so erlebt wird, dass es einen optimalen Ansporn für die weitere Entwicklung der Persönlichkeit und ihrer Möglichkeiten darstellt. In welcher Weise dieser Zugang zur Analyse menschlichen Erlebens für die Erlebnispädagogik fruchtbar gemacht werden kann, ist Gegenstand der folgenden Darstellung. Die Anregungen sind in vier zentrale Abschnitte gegliedert, die sich als Grundbedingungen optimaler Erfahrung verstehen lassen.

### **Begeisterung und Neugier**

Es ist eine allgemeine Beobachtung, dass im alltäglichen Erleben der meisten Menschen in der Regel besondere und angemessene Herausforderungen fehlen. Entweder überwiegt die Anspannung, der Stress, das Unvermögen, oder der Alltag wird beherrscht von Routine, vom langweiligen Alltagsgeschäft. Der Alltag scheint allgemein darunter zu leiden, dass er Situationen und Erfahrungen vermissen lässt, die einerseits spannend und aufregend sind, die andererseits aber auch die Möglichkeit zu optimaler Bewältigung bieten. Dies ist insbesondere bei den Menschen der Fall, mit denen wir es beruflich zu tun haben: Heranwach-

sende, Problem-Familien, Menschen mit Behinderung, psychisch Kranke. Entweder stehen Sorgen und Ängste im Vordergrund, die die Lebensbewältigung täglich schwer machen, die die Jugendlichen, die Heimbewohner, die Eltern oder auch uns selbst bedrücken und das Gefühl geben, den gestellten Anforderungen im sozialen Umfeld nicht zu genügen. Oder es herrschen über weite Zeitspannen Langeweile vor, in denen Fähigkeiten brachliegen, in denen die Zeit totgeschlagen werden muss oder in denen nichts naheliegender ist, als Spannung in einer gefährlichen, selbstschädigenden oder sozial missbilligten Tätigkeit zu suchen.

Was also Not tut und vor allem unseren Klienten im Alltag meistens fehlt, ist ein Empfinden der optimalen Herausforderung. Dieser Zustand liegt zwischen Überforderung und Unterforderung, er tritt dann ein, wenn wir auf eine Sache neugierig sind, wenn wir etwas spannend finden, wenn wir uns durch eine Aufgabe angesprochen und gefordert fühlen. Erlebnispädagogische Maßnahmen zielen darauf ab, im Alltag Punkte zu setzen, die die Routine unterbrechen und Ängste in den Hintergrund treten lassen. Erlebnispädagogik eröffnet einen Raum, in dem Neues erfahren werden, Kompetenzen ausprobiert und Unsicherheiten abgebaut werden können. Der Schlüsselbegriff dafür ist: Begeisterung. Was ist das? Begeisterung kann in erster Linie dann entstehen, wenn alle Alltagssorgen vergessen werden, wenn man ganz in dem aufgeht, was man tut und sich im Moment um nichts anderes kümmert als um das, was das augenblickliche Erleben ausmacht.

Die erste - und oftmals nicht leichte - Aufgabe, die uns als Erlebnispädagogen also zukommt, ist die, bei den Menschen, die wir erreichen wollen, Begeisterung zu wecken. Dies beinhaltet, dass wir unsere Maßnahmen in verschiedenen Schritten vorbereiten mit dem Ziel, die Aussicht auf ein positives Erlebnis zu vermitteln. Stichworte dazu sind: Spaß und Spiel bei der Sache zu betonen, den Alltag strukturieren, gemeinsame Planung und Vorbereitung, Ängste abzubauen, der Gruppe ein Ziel setzen.

### **Konzentrierte Aufmerksamkeit**

Die Welt, die uns täglich umgibt, ist von Reizen übervoll. Ständig werden wir von Sinnesindrücken überflutet, die wir nur unvollständig verarbeiten können. Dies führt dazu, dass wir in der Flut von Eindrücken oft von dem abgelenkt werden, was wir eigentlich tun wollen. Wenn wir uns etwa mit einem Freund auf der Straße unterhalten, so werden wir durch Geräusche des Verkehrs, durch die vorübergehenden Passanten, durch Werbeschilder und

Auslagen in Schaufenstern und viel andere Dinge vom Inhalt des Gesprächs abgelenkt. In solchen Situationen fällt es schwer, konzentriert bei der Sache zu bleiben.

Die Aufmerksamkeit ist ein Schlüsselement beim Erleben. Dies hängt damit zusammen, dass Menschen ihre Aufmerksamkeit bewusst steuern können. Weil sie bewusste Wesen sind, sind sie nicht willenslose Opfer der über sie hereinströmenden Informationsflut. Menschen können über ihr Erleben entscheiden und sind deshalb in die Lage versetzt, Erfahrungen aktiv auszuwählen. Was wir täglich erfahren, ist zum Großteil auf Entscheidungen darauf zurückzuführen, welche Sinneseindrücke aktiv aufgenommen und verarbeitet werden. Wenn man unterstellt, dass die gesamte Persönlichkeit letztlich nichts anderes ist, als die Summe aller gemachten Erfahrungen, dann hängt die Entwicklung und Ausprägung unserer Identität ganz wesentlich davon ab, welche Sinneseindrücke wir in jedem Moment auswählen und wie sehr wir die Fähigkeit entwickeln, unser Sinnessystem auf das jeweils Ausgewählte zu konzentrieren.

Die Qualität des Erlebens ist daher zu einem ganz erheblichen Maß von zwei Dingen abhängig: Erstens, dass aus der Flut von (inneren und äußeren) Sinneseindrücken eine bewusste Auswahl getroffen wird und zweitens, dass psychische Energie gebündelt auf die Sache oder Aufgabe gerichtet wird, die es zu bewältigen gilt.

Wie lässt sich nun dieses Erkenntnis in die Erlebnispädagogik einbringen? Welche Konsequenzen können wir für unsere Maßnahmen daraus ziehen? Erlebnispädagogik zielt darauf ab, dass die Wahrnehmung für neue Eindrücke geschärft wird. Dabei kann es sich um Wahrnehmungen der Natur, des anderen Menschen oder unserer Selbst handeln. Deshalb kommt es bei erlebnispädagogischen Unternehmungen immer wieder darauf an, dem Detail und dem Augenblick die größte Bedeutung zukommen zu lassen. Dafür gibt es immer wieder unendlich viele Anhaltspunkte, die an anderer Stelle etwa mit den Stichworten „Kundschaft“, „Dorfanalyse“ oder „Spurensicherung“ (Isenberg 1987) umschrieben werden: Beobachtung und Bestimmung von Tieren und Pflanzen in der freien Natur, genaues Registrieren der Wetterentwicklung bei einer Bergwanderung, Knotenschule beim Klettern und beim Segeln, Markieren von Orientierungspunkten bei einer Höhlenwanderung, Kartieren eines Stadtteils, Indiziensuche bei Umweltschädigungen. Viele dieser Dinge lassen sich einbauen in Rätselspiele, in Erkundungs- und Geländespiele, wo es darauf ankommt, aus der Umgebung die relevante Information herauszufiltern und präzise zu registrieren.

Nicht zuletzt sollte die konzentrierte Aufmerksamkeit auch dem gelten, was in der Gruppe und in einem selbst vor sich geht. Dazu eignen sich bestimmte Situationen ganz besonders,

etwa wenn bei Windstille das Boot ganz ruhig auf dem Wasser liegt und das geschäftige Treiben an Bord zum Erliegen gekommen ist, oder wenn nach einer anstrengenden Skitour der Wind um die Hütte pfeift, während wir uns am Kachelofen wärmen. Stimmungen und Ruhe, die dann entstehen, bieten gute Bedingungen für das Wahrnehmen unseres eigenen Befindens.

### **Unmittelbare, ganzheitliche Erfahrung**

Den meisten Lernprozessen fehlt im Alltag die Unmittelbarkeit. Notwendige Lerninhalte und neues Wissen werden in der Regel über Medien gelernt. Die Lebenszusammenhänge in der modernen Gesellschaft sind zu komplex, als dass jeder sich alle notwendigen Kenntnisse aus unmittelbarer Anschauung aneignen könnte. Hier liegt der entscheidende Unterschied zwischen (formaler) Bildung und Lebenserfahrung. Der überwiegende Teil allen formalen Wissens, über das wir verfügen, haben wir uns indirekt über Unterricht, Bücher und andere Medien erworben.

Dem steht in der Erlebnispädagogik das Postulat der Unmittelbarkeit gegenüber. Unmittelbar erfahren bedeutet, mit allen verfügbaren Sinnen eine Sache aufnehmen, prüfen, beurteilen können. Jeder soll mit seiner ganzen Person am Erfahrungsprozess teilnehmen und dabei alle seine Fähigkeiten einbringen können. „Learning by doing“ heißt die Devise im erlebnispädagogischen Setting und damit ist gemeint, dass durch eigene Erfahrung effektiver gelernt werden kann als über abstrakte Vermittlung.

Die weitreichendsten Erkenntnisse erhält der Lernende dadurch, dass seine Handlungen beobachtbare Wirkungen haben. Wenn wir beispielsweise die Segel setzen und einen bestimmten Kurs steuern, so können wir am Verhalten der Segel, an der Geschwindigkeit des Bootes und an seiner Lage im Wasser unmittelbar ablesen, wie effektiv unsere Segelkünste sind. Wir können ausprobieren, was passiert, wenn wir die Segel „dichtholen“ oder „auffieren“, wenn wir etwas „abfallen“ oder das Boot besser „trimmen“. Eigene Handlungen haben also unmittelbare Folgen, für die der Handelnde nicht nur die Verantwortung trägt, sondern die er auch selbst unmittelbar zu spüren bekommt.

Die Erfahrung, dass das eigene Handeln Wirkungen zeigt, hängt eng mit der Unterscheidung zwischen „Erlebnis“ und „Abenteuer“ zusammen. Wenn man an Abenteuer denkt, dann verbindet man damit ein Kribbeln im Magen, ein Schwindel, ein Hochgefühl, das sich in brenzlichen Situationen ganz von alleine einstellt. Ein Abenteuer kann einen

ergreifen, mitreißen, jemandem einen "kick" vermitteln, ohne dass derjenige, der es erlebt, die Lage unter Kontrolle haben muss. „Erlebnis“ als aktiv hergestellte Erfahrung setzt sich von Abenteuer ab, indem die Kontrolle über die Situation von den Beteiligten aktiv ausgeübt wird. D.h. Gefahren und Risiken werden bewusst eingeschätzt und es werden gezielte Vorkehrungen zu ihrer Überwindung getroffen. Im Zentrum des Geschehens stehen die eigenen und die gemeinsamen Fähigkeiten, um selbstgewählte Herausforderungen zu meistern.

Durch eigenes Handeln spürbare Wirkungen erzielen, das gilt auch für den Entscheidungsprozeß in der Gruppe. Mitbestimmung und Selbstorganisation sind Merkmale, die erlebnispädagogische Maßnahmen von vorgefertigten Lernprogrammen absetzen. Jedem Teilnehmer sollte es möglich sein, auf Planung, Durchführung und Reflexion der Unternehmungen Einfluss zu nehmen und sich selbst mit seinen Wünschen und Kompetenzen einzubringen. Die Eigenschaften der Erlebnismedien (wie etwa Seegang, Wetter, Windverhältnisse, Entfernungen, Steigungen am Berg) und ihr Verhältnis zum dem, was jeder mitbringt (etwa Ausrüstung, Kondition, Geschicklichkeit) setzten aber dem Verhalten auch Grenzen. Jeder Teilnehmer muss sich mit diesen Grenzen auseinandersetzen und spürt dabei auch die Grenzen eigener Möglichkeiten.

Unmittelbare Erfahrung zwingt zum Handeln. Wer handelt, geht immer auch das Risiko des Scheiterns ein. Deshalb ist es gerechtfertigt, dass erlebnispädagogische Maßnahmen immer auch Versuchsfelder sind, um Fähigkeiten und Entwicklungsmöglichkeiten zu testen. Ein Zuschauer handelt nach dem Grundsatz: „Wer nicht handelt, macht sich nicht lächerlich!“ und vergibt sich dabei wesentliche Lernchancen.

Allerdings gilt auch: Ganzheitliche Erfahrung beruht auf einem relativen Gleichgewicht zwischen Fähigkeiten und Anforderungen. Deshalb ist bei jeder Maßnahme zu prüfen, welche Vorerfahrungen, Anknüpfungspunkte und Grundlagen in der Gruppe vorhanden sind.

### **Anderen das Erlebte mitteilen**

Manche Erlebnispädagogen schwören auf den recht irreführenden Grundsatz: „Erleben statt reden!“ Irreführend deshalb, weil er unterstellt, dass Reden das Erleben behindert. Das muss aber nicht immer der Fall sein. Es gibt Momente, in denen nicht darauf verzichtet werden kann, dass sich die Teilnehmer nach dem Erlebnis über das austauschen,

was sie erlebt haben. Die Aufgabe, die dem Erlebnispädagogen hier zukommt, besteht darin, in der Gruppe Kommunikationsfähigkeit über das Erlebte herzustellen und zu ermutigen. Dafür gibt es mehrere wichtige Gründe.

Indem ich mich mit jemand anderem darüber austausche, was ich sehe, höre und empfinde, versichere ich mich über die Wirklichkeit der Welt. Insbesondere in Situationen, in denen jemand Neues und Ungewohntes erfährt, hat er das Bedürfnis nach dieser Versicherung durch Gespräch und Austausch mit anderen. Wenn mein Gegenüber mir bestätigt, dass er ähnliches erfahren hat wie ich, fühle ich mich wohler in meiner Haut. Ich stehe wieder mehr auf dem Boden der „Tatsachen“, während ich vorher vielleicht unsicher war, ob ich mir nur etwas einbilde. Nachträglich darüber zu sprechen, wie man Angst hatte, sich über einen senkrecht abfallenden Felsvorsprung abzuseilen, und darzustellen, wie man diese Angst überwunden hat, das bringt einem den anderen näher. Aber erst der Austausch darüber, das gegenseitige Teilhaben lassen erzeugt diese Gewissheit, dass es den anderen ähnlich gegangen ist wie einem selbst. Erst durch den Austausch über das, was wir erleben, werden Erfahrungen zur gemeinsamen Wirklichkeit.

Sich anderen mitteilen ist die Voraussetzung dafür, verstanden zu werden. In seinen Freuden, Hoffnungen und Befürchtungen verstanden zu werden gehört zu den grundlegendsten Bedürfnissen jedes Menschen. Erlebnissituationen eröffnen deshalb auch neue Kommunikationsmöglichkeiten, weil die Situation neue Verhaltensmuster und Kompetenzen fordert, die im Alltag nicht zum Einsatz kommen. In der erlebnispädagogischen Reflexion wird dafür gesorgt, dass dieses Anders-sein-können und Sich-anders-erleben des einzelnen nicht übersehen, sondern aktiv zur Sprache gebracht wird.

Ein Teil gemeinsamer Wirklichkeitskonstruktion ist die Vereinbarung von Regeln. Das Erleben neuer Situationen bringt die Notwendigkeit aber auch die Chance mit sich, dass ebenso neue Vereinbarungen getroffen werden. Erlebnispädagogik heißt auch, dass die Gruppe in die Lage versetzt wird, sich eigene Regeln zu setzen und diese ggf. zu korrigieren. Dies ist nur möglich, indem man miteinander diskutiert und jeder über seine eigenen Erfahrungen berichtet.

Die gemeinsame Erinnerung an ein Erlebnis stärkt die Gruppenidentität. Die Erfahrung, dass man Ängste, Gefahren, Hindernisse, Anstrengung und Erschöpfung gemeinsam erlebt und durchgestanden hat, wird oft erst im nachhinein richtig spürbar. Es hat den Anschein, dass gerade das gemeinsame Erleben ungewöhnlicher Situationen den

Gruppenzusammenhalt stärkt. Hier finden viele unserer Teilnehmer etwas, was ihnen im Alltag oftmals fehlt: Die Zugehörigkeit zu einer Erlebengemeinschaft. Die Gruppe sucht in der Regel nach Ausdrucksmöglichkeiten für diese Gemeinsamkeit. Dies kann unterstützt werden durch "Stimmungsblitzlichter", Erlebnisberichte, aber auch Fotos, sofern sie kommunikationsfördernd eingesetzt werden.

### **Schlussbemerkung**

Unter vier Schlagworten wurden einige Grundbedingungen optimalen Lernens diskutiert und in Ansätzen auf die erlebnispädagogische Arbeit übertragen. Dabei wurde hauptsächlich der Zweck verfolgt, Erkenntnisse aus der Erlebnisforschung so aufzuarbeiten, dass sie in der Praxis nicht nur nachvollziehbar, sondern auch umsetzbar erscheinen. Die vier dargelegten Aspekte eignen sich aus verschiedenen Gründen als Eckpfeiler der erlebnispädagogischen Handelns. Zum einen decken sie ein breites Spektrum der Erkenntnisse ab, mit denen Erlebnispädagogik theoretisch begründet werden kann. Dies ist angesichts scheinbarer Beliebigkeit vorhandener Ansätze besonders wichtig. Zum zweiten geben sie Kriterien an die Hand, nach denen erlebnispädagogische Konzeptionen nach ihrer Qualität und Indikation beurteilt werden können. Denn mit einer Bedingungsanalyse des Erlebens lassen sich auch seine Anwendungsmöglichkeiten und Grenzen bestimmen. Zum dritten eignen sie sich als Grundraster zur Planung, Durchführung und Reflexion konkreter erlebnispädagogischer Maßnahmen.

## **Gruppenstruktur, Zusammenhalt und Selbstvertrauen als relevante Erfahrungen bei erlebnispädagogischen Segelmaßnahmen**

Der folgende Bericht nimmt Bezug auf eine Evaluationsstudie, in welcher zwei Gruppen 11-13jähriger SchülerInnen als TeilnehmerInnen einer jeweils einwöchigen erlebnispädagogischen Segelfreizeit einbezogen waren (ausführlich in Moch 2002). Eine Gruppe war eine bestehende Gymnasialklasse, die andere Gruppe war eine neu zusammengestellte Projektgruppe mit Hauptschülern. Mit Fragebogen, Soziogrammen sowie mit Erlebnisberichten wurden Ihre Einschätzungen zum Gruppenzusammenhalt, zum Selbstvertrauen, zur Wertschätzung der Natur sowie zu herausragenden Erlebnissen vor, unmittelbar nach und etwa 4 Wochen nach Ende der Maßnahme erhoben.

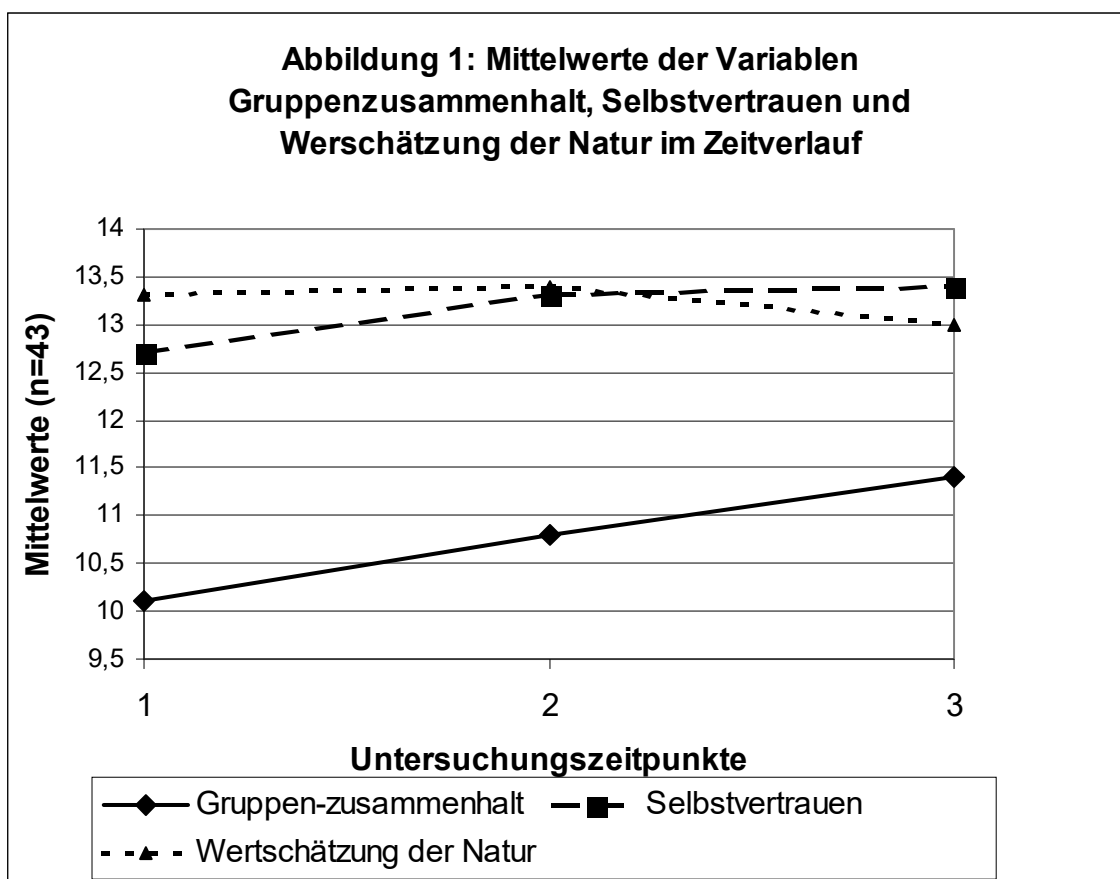
Untersucht werden die Einschätzungen der SchülerInnen in Bezug auf Gruppenstruktur, Gruppenzusammenhalt, Selbstvertrauen und Naturerleben. Daten zu diesen Aspekten wurden mit verschiedenen Methoden zu mehreren Zeitpunkten erhoben.

Die zentralen Fragestellungen der Untersuchung lauteten:

- (1) Lassen sich im Verlauf einer einwöchigen erlebnispädagogischen Segelmaßnahme bei Jugendlichen Veränderungen in bezug auf Gruppenstruktur, sozialen Zusammenhalt, Selbstvertrauen, und Naturerleben feststellen?
- (2) Gibt es diesbezüglich unterschiedliche Veränderungen bei Jungen und Mädchen, sowie bei bestehenden und neu zusammengesetzten Gruppen?
- (3) Welche Erlebnisse und Erfahrungen tragen im einzelnen zu den Veränderungen bei?

Die Ergebnisse aus den quantifizierenden Fragebögen zu den Erlebnismerkmalen "Gruppenzusammenhalt", "Selbstvertrauen" und "Naturerleben" sind in Abbildung 1 auf der nächste Seite dargestellt. Für jedes Merkmal wurden für jeden Erhebungszeitpunkt (vor der Maßnahme, am Ende der Maßnahme, 4 Wochen nach der Maßnahme) der Mittelwert gebildet.





### Gruppenzusammenhalt

Während der gesamten Erhebungsphase, also sowohl während der Maßnahme als auch in den 4 Wochen danach ist eine kontinuierliche Zunahme des Gruppenzusammenhalts festzustellen. Analysiert man die beiden Schülergruppen getrennt, so stellt man fest, dass in der bestehenden Gymnasialklasse vor allem während der Maßnahme (T1 – T2) ein deutlicher Zuwachs zu verzeichnen ist. Demgegenüber braucht die neu zusammengestellte Hauptschülergruppe die gesamte Beobachtungsphase (T1 – T3), um eine bedeutsame Zunahme im Gruppenzusammenhalt zu erreichen. Zwischen den Geschlechtern zeigte sich in diesen Daten kein bedeutsamer Unterschied. Insgesamt lässt sich sagen, dass Zusammengehörigkeit und gegenseitiges Vertrauen sich sowohl während, aber auch noch nach der Maßnahme in positiver Weise verändert.

Die bisher dargestellten Resultate werden durch die schriftlichen Äußerungen 4 Wochen nach der Segelwoche bestätigt und illustriert. Mit knapp einem Fünftel aller Statements stellen positive soziale Erfahrungen, nach den Segelerlebnissen, den bedeutendsten Erfahrungsbereich für die SchülerInnen dar. Einzelne Äußerungen waren etwa: "... das gemein-

same Lernen der Knoten..."; "... dass man mit Freunden zusammen war"; "... dass die Gemeinschaft unserer Klasse jetzt besser zusammenhält. " Ein Teilnehmer berichtet: „Am besten hat mir gefallen, wie man auf einem Schiff (Kutter) zusammenarbeitet. Wenn dies nicht der Fall wäre, hätte man große Probleme.“ Ein anderer betont: „Der Zusammenhalt beim Segeln ist sehr wichtig.“ Die Erinnerung an das gemeinsame Erleben mit anderen hat also auch vier Wochen nach der Segelwoche noch erhebliche Bedeutung.

## **Gruppenstruktur**

Zur Analyse der Gruppenstruktur wurden zu drei Zeitpunkten Soziogramme erhoben mit der Fragestellung: „Wen würdest Du als 1. Offizier auf eine Weltreise mitnehmen?“. Die Ergebnisse zeigen folgendes:

(1) Die Gruppenstruktur verändert sich im Verlauf der Maßnahme wesentlich. Das ist daran zu erkennen, dass über die Hälfte aller TeilnehmerInnen nach der Maßnahme andere Partner als "ihre 1. Offiziere" wählen als vorher. Von insgesamt 48 TeilnehmerInnen entscheiden sich 27 nach der Maßnahme für eine(n) andere(n) Mitschüler/Mitschülerin als vorher (20 von 34 Jungen und 7 von 14 Mädchen). Im Verlauf der Segelmaßnahme werden viele Schüler offensichtlich veranlasst, sich - durchaus nach inhaltlichen Gesichtspunkten, hier: gemeinsame Erfahrungen beim Segeln - auf neue Beziehungen einzulassen.

(2) In den Wochen nach der Segelmaßnahme stellt sich zum Teil die alte Gruppenstruktur wieder her. Zum Teil bleiben jedoch auch die neu aufgenommenen Beziehungen noch Wochen nach der Maßnahme konstant. Im einzelnen: Von den 27 TeilnehmerInnen, die während der Maßnahme eine Veränderung ihrer ersten Wahl vorgenommen hatten, kehrten 10 zu ihren ursprünglichen 1. Wahlen zurück (5 von 20 Jungen; 5 von 7 Mädchen). Demgegenüber bleiben 8 (ausschließlich Jungen) bei ihren am Ende der Maßnahme gewählten Beziehungen. Die übrigen wählen wiederum neue Personen. Insgesamt scheinen in der Gymnasialklasse, die als bereits bestehende Gruppe am Segelprojekt teilnahm, die Ursprungsbeziehungen konstanter zu sein: nur 10 von 24 Personen wählten nach der Segelwoche eine andere Person als vorher. In der neu zusammengesetzten Hauptschülergruppe waren es 17 von 25 Personen.

(3) Es fällt auf, dass insgesamt wenige Wahlen zwischen den Geschlechtern vorkommen. Dies trifft besonders auf die Erhebung vor der Segelwoche zu. Allerdings erhöht sich die Anzahl der Wahlen zwischen Jungen und Mädchen unmittelbar nach der Maßnahme.

(4) Vorher nicht gewählte Personen können nach der Maßnahme Wahlen auf sich ziehen. Dies trifft bei den hier untersuchten Gruppen allerdings nur auf Jungen zu: Von den 18 Jungen, die vorher keine Wahl bekommen hatten, konnten 5 nach der Segelwoche mindestens ein Gruppenmitglied für sich gewinnen. Allerdings verloren auch 5 andere ihre Wahlen, so dass die Anzahl der nichtgewählten Gruppenmitglieder im Verlauf in der Gesamtgruppe in etwa gleich bleibt. Es kommt jedoch auch vor, dass vorher unbedeutende Mitglieder zu zentralen Figuren werden: Ein Hauptschüler konnte die Anzahl der auf sich vereinigten Wahlen von 3 auf 8 steigern, auch in der Gymnasialklasse zeigen sich für einzelne Teilnehmer deutliche Positionsveränderungen, die allerdings nur teilweise stabil gehalten werden.

### **Selbstvertrauen**

Die Ergebnisse wurden bereits in Abbildung 1 illustriert. Trotz relativ hohem Anfangswert ( $M_{T1} = 12,7$ ) zeigt sich eine deutliche Steigerung im Verlauf der Segelwoche. In der Zeit danach ist keine bedeutsame Veränderung mehr festzustellen, das erreichte Niveau wird allerdings stabilisiert, der Zuwachs insgesamt erweist sich am Ende der Erhebung als bedeutsam. Getrennte Analysen der beiden Gruppen sowie der beiden Geschlechter ergab allerdings, dass die Steigerung des Selbstvertrauens nur in der Gymnasialklasse und insgesamt nur für die Jungen nachgewiesen werden konnte. In der Entwicklung ihres Selbstvertrauens haben Jungen von Beginn an eine etwas bessere Startposition als Mädchen und vergrößern ihren Vorsprung im Verlauf der Maßnahme geringfügig.

Welche zusätzlichen Hinweise können wir zum Merkmal Selbstvertrauen den schriftlichen Äußerungen entnehmen? Zu den Erfahrungselementen, die wahrscheinlich zur Selbstwertsteigerung beitragen, gehören Äußerungen zum Thema: "Aktiv-sein-können; vielseitige Handlungsmöglichkeiten nutzen; Freizeit weg von zuhause". Hier wird vor allem betont, dass eigenständige Aktivitäten, in ungewohnter Umgebung, ohne Einschränkung durch Erwachsene, auch z.T. zu ungewöhnlichen Tageszeiten als besonders reizvoll empfunden wurden. Entsprechende Äußerungen waren: "wir fuhren Kajak und mehr ..."; "... dass wir erst so spät (am Abend) zurückkamen."; "... einfach so dasitzen und das Wasser genießen." Es fällt auf, dass die Hauptschüler diesen Aspekt deutlich häufiger erwähnen als die Gymnasiasten. Zum anderen spielte hier das Thema: "eigene Fähigkeiten einbringen und steigern; eigene Wirksamkeit erfahren" eine bedeutende Rolle. Sich mit den Naturgewalten zu messen, "...sich auf dem Boot aus(zu)kennen ...", das Bedienen der Segel, das "Knoten üben", das "alleine segeln" und insbesondere das "Trimmen" wurden als Erfahrungen gewertet, die sich mit hoher Wahrscheinlichkeit in gestärktem Selbstvertrauen niedergeschlagen haben. Ein Teilnehmer berichtet über sein wichtigstes Erlebnis: „...das man auf dem

Segelboot gebraucht wird und sich die anderen auf einen verlassen müssen. Denn wenn man nur rumsitzt kann das Boot kentern wenn man als Trimmer arrangiert ist.“ Aber auch die Prüfung zum Jüngsten-Segelschein wurde mehrmals als besonderes Erlebnis hervorgehoben, beispielsweise: „...als wir den Segelschein machten, wo wir allein an der Pinne saßen und kein Lehrer oder Mitarbeiter im Boot war.“

### **Naturerleben**

Neben den Aspekten des Gruppen- und Selbsterlebens wurde in der Erhebung auch das Erleben der Natur einbezogen. Gefragt wurde nach dem Wunsch, sich in freier Natur aufzuhalten und Naturereignisse zu genießen, aber auch nach der möglichen Beeinträchtigung der Natur durch die wirtschaftlich-technologische Entwicklung. Die Antworten auf die entsprechenden Fragen im Fragebogen zeigen, dass die allermeisten Schüler großen Wert darauf legen, sich in freier Natur aufzuhalten, Naturereignisse genießen und ihre Beeinträchtigungen durch die moderne Zivilisation gut einschätzen können. Vor diesem Hintergrund lässt sich im Verlauf der Segelmaßnahme keine Steigerung beobachten. In den Wochen danach lässt sich sogar eine geringe Abnahme der skalierten Mittelwerte feststellen, die allerdings nicht bedeutsam ausfällt. Diese recht hohe Wertschätzung der Erlebnisse in freier Natur wird durch die schriftlichen Äußerungen der SchülerInnen bestätigt. Allerdings rangiert die Häufigkeit entsprechender Statements erst an vierter Stelle nach den Kategorien "Segelerfahrung", "Soziale Erfahrung" und "Aktiv-sein-können; vielseitige Handlungsmöglichkeiten nutzen; Freizeit weg von zuhause". Einzelne Äußerungen beziehen sich auf besondere Naturereignisse bzw. -erscheinungen (starke "Böen"; landschaftliche Besonderheiten wie: "Marienschlucht"; "Teufelstisch"; Tiefe des Bodensees; Fische) sowie auf Aktivitäten in der Natur ("Nachtwanderung"; "Baden vom Boot aus"; "hart am Wind fahren").

Die Gymnasiasten nennen die Naturerfahrung deutlich häufiger als die Hauptschüler als bedeutsamstes Erlebnis.

### **Schlussfolgerungen**

Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass erlebnispädagogische Kurzzeitmaßnahmen in Bezug auf zentrale Aspekte des sozialen Erlebens deutliche Wirkungen bei den TeilnehmerInnen zeigen. Ihren Selbstäußerungen ist zu entnehmen, dass insbesondere während der Maßnahme der soziale Zusammenhalt in der Gruppe wächst. Zusätzlich wirkt das Gruppenerlebnis auch im späteren Alltag nach. Die TeilnehmerInnen betonen insbesondere die Erfahrung, dass sie als Gruppe in einer neuen, ungewohnten Umgebung mit Herausforderungen konfrontiert waren, die sie gemeinsam bewältigt haben. Ein Teilnehmer beschreibt dies mit

den Worten: „Am besten hat mir gefallen, dass man auf einem Schiff in einer Gruppe zusammenarbeitet. Wenn dies nicht der Fall wäre, hätte man große Probleme.“

Die Gruppenstruktur verändert sich im Verlauf und nach der Maßnahme sehr deutlich. Nach Abschluss des Erlebnisprojekts wählen über die Hälfte einen anderen Teilnehmer als primäre Bezugsperson als vor der Maßnahme. Auch eher randständigen SchülerInnen gelingt es, im Verlauf der Maßnahme mehr Wahlen auf sich zu ziehen. Die Vermutung liegt nahe, dass die Auseinandersetzung mit einem neuen Medium die Gruppenmitglieder dazu veranlasst, in ihren Beziehungen neue Präferenzen zu setzen. Dies kommt etwa in Statements zum Ausdruck: „Ich habe neue Freunde gefunden.“ „Ich konnte mich richtig in die Klasse einleben.“ Hier dürften auch spezifische Fähigkeiten einzelner TeilnehmerInnen eine besondere Rolle spielen, was ein Teilnehmer mit den Worten zum Ausdruck bringt: „... und die Prüfung (zum Jüngsten-Segelschein) hat besonders Spaß gemacht, weil jeder sein Bestes gegeben hat.“ Allerdings spricht einiges für die Annahme, dass die Gruppenstruktur sehr vom aktuell erlebten Kontext abhängt und sich diesem anpasst.

Die beobachtete Steigerung des Selbstvertrauens ist im Verlauf der Maßnahme deutlich ausgeprägt, auch hier bleibt die eingetretene Veränderung in den Wochen nach dem Erlebnisprojekt stabil. Hierzu tragen vor allem die Erfahrungen bei, die den TeilnehmerInnen das Gefühl von Eigenständigkeit und Selbstwirksamkeit vermitteln. In dem Maße, in dem sich das ungewohnte Setting vom gewohnten, behüteten und oftmals auch eintönigen Alltag der TeilnehmerInnen abhebt, gewinnen Eigenaktivität, Kreativität und Selbständigkeit besonderes Gewicht.

Die geringsten Veränderungen zeigen sich bei den Einschätzungen zum Naturerleben. Für die überwiegende Zahl der TeilnehmerInnen ist dieses an sich schon belohnend. Dies gilt zum einen für Erfahrungen, die unmittelbar auf das Segeln bezogen sind („... beim Segeln, wenn man trimmen musste und als die Böen kamen.“, „Mein wichtigstes Erlebnis war der Montag, an dem (es) fünf bis sechs Windstärken hatte.“), aber auch für neu erworbenes spezifisches Wissen („Ich hatte nicht gewusst, dass der Bodensee an einigen Stellen so tief ist.“) oder sonstige Freizeiterlebnisse („Wasserschlacht“, „Schwimmen“, „Wanderung zur Ruine“). Insgesamt ist festzustellen, dass das Leben in der Natur über Tag und Nacht ganz wesentlich zum positiven Stellenwert und einer entsprechenden Erinnerung an die Maßnahme beiträgt.

Der Unterschied zwischen Mädchen und Jungen fällt insgesamt wenig ins Gewicht. Offensichtlich werden beide Geschlechter durch die Segelmaßnahmen in ähnlicher Weise ange-

sprochen. Dies gilt ohne Abstriche für die Einschätzungen bezüglich Gruppenzusammenhalt und Naturerleben, bei denen keine Unterschiede festgestellt wurden. Einschränkungen sich allerdings hinsichtlich der Gruppenstruktur und des Selbstvertrauens zu machen. Unter den Jungen erhielten einige wenige eine tonangebende Position, wodurch sie mehr Wahlen – auch von Mädchen – auf sich zogen. Auch die Tatsache, dass bei den hier untersuchten Gruppen waren sowohl der Skipper als auch die hauptverantwortlichen Gruppenleiter bei- desmal männlichen Geschlechts waren mag sich im Selbstvertrauen der Schüler und Schülerinnen unterschiedlich niedergeschlagen haben. In dieser Beobachtung zeigt sich erneut das Problem, dass noch stärker daran gearbeitet werden muss, die Bedürfnisse und Möglichkeiten beider Geschlechter gleichgewichtig zu berücksichtigen und zu fördern.

Insgesamt lässt sich festhalten, dass eine einwöchige erlebnispädagogische Segelmaßnahme im dargestellten Setting sowohl mit bestehenden als auch mit neu zusammengesetzten Gruppen nachweisbare Anstöße zur Stärkung des Selbstvertrauens sowie zur Kooperationsbereitschaft der TeilnehmerInnen gibt. Die an die Gruppe gestellte Herausforderung zur Bewältigung einer gemeinsamen Aufgabe aber auch die neue, ungewohnte natürliche Umgebung, die ihrerseits zu Eigenaktivität, Selbstverantwortung und neuen Verhaltensmuster auffordert, leisten dazu einen wesentlichen Beitrag.

## Literatur

zur Arbeit des Trägervereins sowie zur Evaluation seiner Maßnahmen:

- Haas, H. (1998): Alle in einem Boot: Sozialpädagogisches Segeln. In: Illustrierte Wochenzeitung, Nr. 28 (11.-17. Juli 98), S. 1-9.
- Moch, M. (1998a). Vier Schritte der optimalen Erfahrung - Praxisorientierte Anmerkungen zu den Grundlagen erlebnispädagogischen Lernens. In: Dilcher, R.& Stüwe, G. (Hrsg.) Tatort Erlebnispädagogik. Frankfurt: Fachhochschulverlag, S. 37-49.
- Moch, M. (1998b). Erlebnisqualität und subjektive Anforderung bei erlebnispädagogischen Segelmaßnahmen mit behinderten und nichtbehinderten Kindern und Jugendlichen. Sonderpädagogik, Jg. 28, H.1, S. 16-25.
- Moch, M. (1999). Kuttersegeln als integratives Medium in der Erlebnispädagogik. In: Markowetz, W.; Cloerkes, G. (Hrsg.) Freizeit im Leben behinderter Menschen. Universitätsverlag C. Winter Heiderberg, S. 314-327.
- Moch, M. (2002): Entwicklung von Gruppenstruktur, Zusammenhalt und Selbstvertrauen im Verlauf erlebnispädagogischer Segelmaßnahmen. Gruppendynamik und Organisationsberatung, Jg. 33, Heft 1, 83-95.
- Zube, M. (1991). Erlebnispädagogik als Unterstützung der Alltagspädagogik fester Gruppen. In: Bedacht, A. et al. (Eds.), Erlebnispädagogik - Mode, Methode oder mehr? München: Fachhochschulschriften, hrsg. v. Prof. Dr. J. Sandmann, Fachhochschule München, S. 172-177.
- Zube, M. & Moch, M.(1998). Kuttersegeln mit behinderten und nichtbehinderten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen. In: Dilcher, R.& Stüwe, G. (Hrsg.) Tatort Erlebnispädagogik. Frankfurt: Fachhochschulverlag, S. 120-132.