

Solotrekking als Weg zu sich selber

Übergangsrituelles Coaching mit Jugendlichen und Erwachsenen



Diplomarbeit NDS 3 angewandte Erlebnispädagogik

Daniel Rigling
Mettmenriedstrasse 25
8606 Nänikon

eingereicht: Juli 2012

planoalto
Institut für systemisches Handeln
Lehnackerstrasse 31
9033 Untereggen
in Zusammenarbeit mit CURAVIVA, Luzern

Solotrekking als Weg zu sich selber

Übergangsrituelles Coaching mit Jugendlichen und Erwachsenen

Abstract

Wenn wir uns in die Geschichte der Menschheit der letzten zehntausend Jahre vertiefen, sei das in der Steinzeit, bei den Kelten, den Germanen, in der Bibel oder bei den edlen Rittern des Hochmittelalters, so treffen wir immer wieder auf ähnliche Abläufe bei Menschen an Lebensübergängen: Sie ziehen sich für einige Zeit in die Einsamkeit der Natur zurück um etwas abzuschliessen und sich auf etwas Neues vorzubereiten.

Nur wir heute glauben ohne damit auszukommen. Sind die Massenbesäufnisse, die Raserunfälle und Schlägereien unter Jugendlichen oder die vielen Erwachsenen, die nicht in ihren Rollen sind, sich aufführen wie pubertierende Jugendliche und den vermeintlich verpassten Möglichkeiten in der Jugend nachtrauern vielleicht das Ergebnis der nicht gestalteten und bewusst gelebten Übergänge?

In einem Gespräch mit Theo Handschin, evangelischer Pfarrer in Greifensee, versuche ich die Frage zu ergründen, warum sich Jugendliche heute überhaupt noch konfirmieren lassen und wie der Pfarrer mit dem Anspruch umgeht, dass die Konfirmation ja eigentlich der Übergang der Jugendlichen in die Erwachsenenwelt bedeutet.

Zum Schluss zeige ich an einem durchgeführten und einem geplanten Projekt auf, wie die Begleitung von Erwachsenen und Jugendlichen in schwierigen Situationen auf einem Solotrekking aussehen könnte.

Inhaltsverzeichnis

1.	Vorwort	5
2.	Ausgangslage	5
2.1	These	5
2.2.	Hypothese	5
3.	Geschichtlicher Exkurs	6
3.1.	Urzeiten	6
3.2.	Kelten	6
3.3.	Germanen	6
3.4.	Bibel	7
3.5.	Die Gralslegende	7
3.6.	Die nordamerikanischen Indianer	8
4.	Heutige Situation	9
4.1.	Einleitende Gedanken	9
4.2.	Brauchen moderne Menschen überhaupt übergangsrituelles Coaching?	10
4.3.	Interview mit Theo Handschin, Pfarrer in Greifensee	12
5.	Projekt „Einzelbegleitung - Solotrekking“	14
5.1.	Ausgangslage	14
5.1.1.	Person	14
5.1.2.	Situation	14
5.2.	Zielsetzung, Auftrag	15
5.3.	Durchführung	15
5.3.1.	Auf dem Trekking	15
5.3.2.	Mit Naturmaterialien die Lebens- und Lernlinie legen	16
5.3.3.	Das Camp	17
5.3.4.	Leitbildentwicklung – Einstieg mit dem Presencing-Prozess	18
5.3.5.	Über den Prozess nachdenken	20
5.3.6.	Lebensgeschichten erzählen	20
5.4.	Auswertung	21
6.	Projekt „Primgreif“	22
6.1.	Ausgangslage	22
6.2.	Zielsetzung	22
6.3.	Projektbeschrieb	23
6.4.	Aktuelle Situation	25
7.	Reflexion	27
8.	Quellenverzeichnis	29
9.	Anhang	29

1. Vorwort

Seit Urzeiten sind Übergangsrituale als Teil persönlichkeitsbildender Entwicklung in unseren menschlichen Kulturen vorhanden. Wir kennen den Übergang von der Kindheit in die Erwachsenenwelt, Heirat, Familiengründung, Übergang vom Erwerbsleben in die Pension oder früher den Übergang aus der Jägergruppe in den Ältestenrat / Rat der Weisen und schliesslich der Tod.

In der heutigen Zeit scheinen viele dieser Riten (oder zumindest das bewusste Begleiten dieser Übergänge) verloren gegangen zu sein oder vordergründig an Wichtigkeit verloren zu haben.

Die Kirche hat mit ihren Ritualen bei vielen Menschen keine Wichtigkeit mehr, der Staat, z.B. mit der Jungbürgerfeier, kann oder will diese Aufgabe nicht übernehmen und in den Familien werden die Traditionen nicht mehr gepflegt, altes Wissen wird nicht mehr an die Kinder weitergegeben.

Aber nichtsdestoweniger scheint es mir wichtig, dass wir uns auch in der heutigen Zeit wieder auf die Rituale von bewusstem Abschied, Übergang und Neuanfang im Sinne von persönlichkeitsbildender Entwicklung besinnen oder wie ein guter Freund einmal zu mir gesagt hat: „Du solltest den Kleiderschrank zuerst ausmisten, bevor du neue Kleider kaufst!“

2. Ausgangslage

2.1 These

Viele Menschen gestalten heutzutage ihre Lebensübergänge nicht mehr bewusst. Sie schliessen alte Geschichten oftmals nicht ab, sondern stürzen sich sofort in neue und vergessen dabei, dass uns unsere Entwicklungsgeschichte eigentlich etwas anderes gelehrt hat.

2.2 Hypothese

Solotrekking in der Natur helfen Menschen, sich von alten Geschichten zu verabschieden, Antworten auf Fragen zu bekommen und etwas Neues zu beginnen.

3. Geschichtlicher Exkurs

3.1. Urzeiten

Wo der Beginn unserer Kultur liegt, bleibt im Dunkel der Vergangenheit verborgen. Einzige Zeugen davon sind die vielen überlieferten Märchen, Mythen und Legenden. Wenn wir uns vorstellen, dass unsere Vorfahren während Hundertausenden von Jahren als Jäger und Sammler von den Steppen und Savannen Afrikas bis zu den Tundren Russlands und Mitteleuropas am Ende der Eiszeiten unterwegs waren und nach den Gesetzen der Natur gelebt haben, so können wir nur erahnen, welches reichhaltige archaische Programm bis heute in unseren Genen vorhanden ist.

„Wir selbst sind die Nachfahren jener Wildbeuter und tragen einen Teil deren Wildheit als evolutives Erbe in uns“ (Schröder, 1999, S. 22).

Und wenn wir mit heutigen Kulturen in Afrika, Asien oder Amerika Vergleiche vornehmen, so stellen wir fest, dass diese viele Ähnlichkeiten aufweisen, auch was deren Übergangsrituale anbetrifft, so dass wir davon ausgehen können, dass die gleichen Muster auch auf unsere Vorfahren der Alt- und Jungsteinzeit zugetroffen haben.

3.2. Kelten

Von den Kelten ist uns nichts Schriftliches überliefert, ihr Wissen haben sie immer nur mündlich weitergegeben, vieles auch wieder in Form von Mythen und Legenden.

Die Vermutung liegt sogar nahe, dass die Wurzeln der „christlichen“ Gralslegende um König Artus in die keltische Zeit zurückreichen.

Was wir wissen, stammt aus Vermutungen und Spekulationen auf Grund von Grabfunden. Die schriftlichen Hinweise der römischen Geschichtsschreiber hingegen können nicht als objektiv angesehen werden.

Spannend wird es allerdings, wenn wir den keltischen Jahreslauf anschauen:

Das keltische Jahr beginnt erstaunlicherweise nicht mit dem Frühling oder dem Sommer, sondern es beginnt mit dem Winter, dem Samhain-Fest (heute Halloween) am 31. Oktober bei Sonnenuntergang. Es muss also zuerst etwas abgeschlossen werden, bevor etwas Neues anfangen kann.

3.3. Germanen

Wie eingangs bereits erwähnt, geben uns Sagen, Legenden und Lieder immer wieder Hinweise auf altes Brauchtum einer Kultur.

In der „Edda“, einer altnordischen Liedersammlung aus dem 13. Jahrhundert, wird in einer Göttersage ein Übergangsritual beschrieben. Odin, der höchste Gott der Germanen, hängt neun Nächte lang fastend an der „Weltesche Yggdrasil“ und erhält am Ende das geheime Wissen:

Odins Runenwerbung

*„Ich weiss, dass ich hing am windigen Baum,
neun Nächte lang mit dem Ger verwundet,
geweiht dem Odin, ich mir selbst,
an jenem Baum da jedem fremd,
aus welcher Wurzel er wächst.*

*Sie spendeten mir weder Speise noch Trank,
nieder neigt ich mich, nahm auf die Runen,
nahm sie fragend auf,
nieder dann neigt ich mich.“*

(von Lüpke & Koch-Weser, 2009, S. 132)

3.4. Bibel

Wenn wir uns der Bibel zuwenden, so finden wir überall Passagen, die aussagen, dass Menschen auf Berge steigen, in Höhlen klettern oder in die Wüste wandern, dort von „Gott“ seine Zeichen und Symbole erhalten und anschliessend geläutert, weiser in die Zivilisation zurückkehren. Denken wir an dieser Stelle an Moses, der auf den Berg Sinai gestiegen ist und dort die 10 Gebote erhalten haben soll; oder an Jesus, der alleine in die Wüste ging und dort den Kampf mit dem Teufel aufgenommen hat – in allen Fällen: Alleine in der Natur!

Aber nicht nur Moses und Jesus, sondern auch Mohammed und Buddha haben wesentliche Einsichten gefunden, während sie alleine in der Natur waren.

3.5. Die Gralslegende

„Die Gralslegende wird für eine der ganz grossen Geschichten des Mittelalters und für die tiefgründigste europäische Sage überhaupt gehalten“ (von Lüpke & Koch-Weser, 2009, S.142). Der heilige Gral wird oft als der Abendmahlkelch Christi dargestellt, als Diamanten oder als Stein der Weisen. Die Handlung um König Artus und die Ritter der Tafelrunde spielt im 6. Jhr. n. Chr., vermischt aber Elemente der Kreuzzüge, die rund 500 Jahre später stattgefunden haben, die Wurzeln der Sage reichen jedoch in vorchristlich-keltische Zeiten zurück. Widersprüchliche Varianten von Schauplätzen und Zeiten sowie unterschiedliche Gralslegenden lassen darauf schliessen, dass es sich eher um mythische Geschichten und Landschaften handelt, in der Ritter wie Artus, Gawain, Lancelot, Galahad oder Parzival aus den geschützten Räumen ihrer Burgen aufbrechen (etwas abschliessen und hinter sich lassen), ins Unbekannte vorstossen (die Schwelle überschreiten), um dann geläutert und gereinigt wieder zurückzukehren. Jeder Ritter musste dies alleine tun, ja es wurde sogar für ehrlos angesehen, die Suche nach dem

Gral in Gruppen anzugehen. Jeder musste es alleine tun und in den Wald eindringen, „dort wo es ihn am finstersten dünkte und er weder Weg noch Steg fand“ (Campell, 1994, S. 250).

3.6. Die nordamerikanischen Indianer

Für die weissen Missionare, die vor mehr als 200 Jahren mit den Indianern in den weiten Wäldern und Ebenen des nordamerikanischen Kontinents in Kontakt gekommen sind um ihnen das Wort Gottes näher zu bringen, muss die indianische Geisteswelt mit ihren Menschen und den Ritualen in der Natur eine enorme Herausforderung gewesen sein. Denn sie sahen sich als Bestandteil einer grossen Familie von Lebewesen, einer Verwandtschaft mit allem, was auf dieser Erde und am Himmel war und wirkte.

Sie mussten mitansehen, wie Männer und Frauen verschiedensten Alters immer wieder für einige Tage in der Wildnis verschwanden, um dann bei ihrer Rückkehr festlich empfangen und in einer neuen Rolle wieder in den Stamm integriert zu werden.

Die heutige Forschung zeigt auf, dass es in ganz Nordamerika, von den Tundren Alaskas bis in die heissen Wüsten von Texas und New Mexico, mit kleinen Unterschieden vergleichbare Übergangsrituale gab und bis in die heutige Zeit gibt.

Diese Traditionen waren in der Regel Männern und Jungen vorbehalten (für letztere war es der Übergang ins Erwachsensein). Es gibt aber auch Berichte, nach denen diese Übergangsrituale ebenso von Frauen und Mädchen durchgeführt worden sind.

Bis in die frühen siebziger Jahre war es den Indianern per Gesetz verboten ihre Religion zu leben und ihre Rituale durchzuführen, deshalb wurden sie eben über Jahrzehnte im Geheimen durchgeführt und von Generation zu Generation weitergegeben. Das Interesse an den indianischen Traditionen stieg dann in den sechziger Jahren. Vorallem das junge Amerika begann sich für die Geisteswelt und die Rituale der Ureinwohner zu interessieren. Als anfangs der siebziger Jahre das Verbot für die Indianer ihre Religion zu leben aufgehoben wurde, waren es die Hippie- und New Age- Bewegung, welche das alte Wissen aufnahmen. Aber nicht nur sie, sondern auch ökologische und psychologische Gruppierungen versuchten und versuchen bis heute, das indianisch-schamanische Wissen und die Arbeit in und mit der Natur in ihre Arbeit miteinzubeziehen.

4. Heutige Situation

4.1. Einleitende Gedanken

Wir sehen also, dass Übergangsrituale im Eigentlichen und Initiationsrituale im Speziellen schon seit Zehntausenden von Jahren Bestandteil unserer menschliche Kultur sind.

Aber wenn praktisch alle Kulturen in der Vergangenheit solcher Riten bedurften um das traditionelle Wissen zu überliefern, die Weltsicht zu erneuern und das Überleben ihrer Gemeinschaft zu garantieren, dann stellt sich die Frage, wieso wir in der modernen Welt glauben, ohne derartige Riten auszukommen, denn ihr Verlust ist überall spürbar (vgl. von Lüpke & Koch-Weser, 2009).

Denn die Übergangsrituale an sich sind nicht exotisch, sondern die Tatsache, dass die moderne westliche Lebensweise diese einst völkerübergreifende Kulturform praktisch abgeschafft hat ohne zu ahnen, dass dieses alte Wissen in uns abgespeichert ist. Forscher wie der Biologe Rupert Sheldrake (1993) gehen davon aus, dass jede Aktivität im Universum einen Abdruck hinterlässt und auf noch unbekannte Art gespeichert wird. Sheldrake bezeichnet dies als „morphologisches Feld“. Jedesmal wenn eine Aktivität im Universum stattfindet, die einer früheren Aktivität gleicht, so greift die Natur seiner Ansicht nach auf die vorhandene Struktur zurück, ganz egal, ob es sich um einen physikalischen Vorgang oder ein Verhalten handelt (vgl. Sheldrake, 1993).

Während der Ausdruck „Initiationsritual“ den Übergang vom Jugendlichen zum Erwachsenen bedeutet, so verstehen wir unter „Übergangsritual“ alle andern Rituale im Leben eines Menschen, die einen Wandel beinhalten, sei das zum Beispiel Taufe, Heirat oder letzte Ölung.

Ich möchte die Aufzählung sogar noch ausweiten: Ich bin der Meinung, dass jede soziale Änderung und Wendezeit im Leben eines Menschen (wie Schule beenden, Lehre beginnen, Trennung, Rente, Kündigung, Umzug, Berufswechsel usw.) einen bewussten Umgang im Sinne eines übergangsrituellen Coachings zur Persönlichkeitsentwicklung bräuchte.

„Im Mittelpunkt all dieser Zeremonien stand und steht die Absicht, Menschen über schwierige Veränderungen im Leben hinwegzuhelfen und die schmerzhaft Wandlung selbst in einen grösseren Sinnzusammenhang zu stellen“ (von Lüpke & Koch-Weser, 2009, S. 118).

Ohne diese rituellen Übergänge können persönliche Krisen nicht verstanden und bewältigt werden und somit sind die Protagonisten nicht bereit, grössere soziale Verantwortung in der Gemeinschaft zu übernehmen.

Wie der französische Ethnologe Arnold van Gennep in seinem Werk „Übergangsrituale“ (vgl. van Gennep, 2005) darlegt, haben alle Kulturen der Welt Strukturen entwickelt um die komplexen Aufgaben in einer Gemeinschaft zu übernehmen und zu bewältigen.

Er schreibt in diesem Zusammenhang von drei Phasen:

1. **Abtrennung:** Der Protagonist verlässt das bisherige Umfeld (Familie, Schule / Arbeit, soziales Umfeld, Alltag) und schliesst damit ab.
2. **Schwelle:** An einem einsamen Platz draussen in der Natur überschreitet er symbolisch eine Schwelle und betritt einen Platz, wo er mit sich und seinen Gedanken alleine ist und findet Antworten auf seine Fragen.
3. **Wiedereingliederung:** Aus der Schwellenwelt kehrt der Protagonist zurück, nimmt dabei alle Erkenntnisse mit und setzt sie im Alltag um.

T. S. Eliot bringt es in „Little gidding“ auf den Punkt:

*„Etwas zu beenden heisst etwas anzufangen.
Wir beginnen immer mit einem Ende“ (Eliot, 1988, S. 333)*

4.2. Brauchen moderne Menschen überhaupt übergangsrituelles Coaching?

Die Pubertät ist für die Jugendlichen eine besondere Situation; alles ändert sich. Der Körper wird umgebaut, neue Gefühle entwickeln sich, neue Rollenbilder entstehen und neue Beziehungen. Ohne Vorbereitung werden die Jugendlichen in die Erwachsenenwelt geworfen, aber Hilfe aus der Erwachsenenwelt, von den Eltern zum Beispiel, kommt nichts oder nur ganz wenig.

Diese Übergangsphase ist gekennzeichnet durch Fragen wie: Wer bin ich? Was kann ich? Wie möchte ich sein? Wie sehen mich die andern? So werden Äusserlichkeiten wichtig wie Haare, Kleidung, Aussehen um eine eigene Identität zu erlangen. Nur ist die Sinnfindung letztendlich eine Lebensaufgabe des Menschen und Identität und Sinndefinitionen wandeln sich im Verlaufe eines Lebens. Mit der Berufswahl sind viele Gefühle und Werte verbunden. Auch die Geschlechtsidentität ist eine Aufgabe, die bewältigt werden muss und die nicht nur ein biologisches Erbe darstellt: Die Akzeptanz des eigenen Geschlechts und des damit verbundenen Äusseren, die Sexualität.

Bei ungelösten Identitätsanteilen lässt sich häufig beobachten, wie sich Jugendliche an Statussymbole klammern und so versuchen, Defizite, innere Leere und Sinnlosigkeitsgefühle auszugleichen. Man fühlt sich nicht mehr als sich selber, hat keine Gefühle für die eigenen Bedürfnisse, sondern muss sich von äusseren Faktoren (Statussymbole) oder von

gesellschaftlich negativ bewerteten und problematischen Verhaltensweisen (Schlägereien, Randalismus) „Stärkungsanteile“ holen.

Ein häufiger und psychologisch ungünstiger Modus in der Identifikationsfindung ist die Identitätsdiffusion. Sie äussert sich u.a. im Unvermögen aus Entmutigung sich auf Werte, Ziele und Entscheidungen einzulassen und festzulegen und führt meistens zu einem Ausweichen vor altersentsprechenden Anforderungen bis hin zur Regression auf frühere Entwicklungsstufen so etwa Passivität, Übergabe der Initiative an die Umgebung, Leben in einer Phantasiewelt. Häufig verbunden mit der Identitätsdiffusion ist eine Arbeitslähmung und damit eine Störung der natürlichen Leistungsbereitschaft, die zum Ausdruck kommt in der grossen Mühe, sich auf anstehende notwendige Arbeiten einzulassen (vgl. Frick, 1995).

Die Jugendlichen orientieren sich an der Welt unreifer Erwachsenen, wie sie ihnen in Film und Fernsehen vorgegaukelt wird und versuchen sich und ändern mit allem was „Action“ bietet Mut, Ausdauer und Coolness zu beweisen. Die Raserunfälle, Schlägereien und Massenbesäufnisse sind dann Schlagzeilen in den Tageszeitungen und die wachsende Gewalt an Schulen, die Bildung von jugendlichen Banden, die zunehmenden Kriminalität zeigen auf, wie sehr die Gesellschaft die pubertierenden Jugendlichen alleine lässt.

Einiges davon, was Jugendlichen mitgegeben werden kann, ist durch die Eltern nicht vermittelbar, denn diese handeln aus ihrer eigenen Geschichte heraus. Durch Wesensähnlichkeiten entstehen so leicht Verwicklungen. Insofern ist es für aussenstehende, vertrauenswürdige Personen einfacher, Jugendliche auf ihrem Reifungsprozess zu begleiten.

In der Geschichte der Menschheit finden wir immer wieder Beispiele, die das zeigen: So war es beispielsweise bei den Kelten Brauch, die Kinder ab dem Zeitpunkt der Pubertät dem Nachbarn anzuvertrauen und dafür im Gegenzug dessen Kinder im Hause willkommen zu heissen. Auf diese Weise wurden die durch grosse Nähe und Ähnlichkeit sowie mögliche persönliche Verstrickungen entstehende Dynamik zwischen Kindern und Eltern weitgehend verhindert. Auch heute können wir diese Dynamik oft beobachten: Wie schwer fällt es doch Eltern, die eigenen Kinder für etwas zu motivieren und zu unterstützen und wie leicht fallen einem die selben Aufgaben bei Kindern von Nachbarn oder Freunden (vgl. Redl, 2009).

Statt die Jugendlichen zu unterstützen und sie in die Welt der Erwachsenen zu begleiten, haben viele Erwachsene Angst vor den Jugendlichen und meinen, sich gegen sie schützen zu müssen.

„Es nützt nichts, sich über die Jugend aufzuregen. Wer das tut, hat vergessen, dass über tausenden von Jahren unsere Gattung überleben konnte und Kulturen erhalten blieben, weil es Übergangsrituale gab. Auch heute haben die Erwachsenen den Schlüssel in der Hand. Wer bereit ist, sollte nicht länger zögern, damit wir uns an die Arbeit machen und die Jugendlichen zu Erwachsenen machen können, anstatt ihnen weiter zu erlauben, sich selbst zu initiieren“ (Steven Foster im Gespräch mit von Lüpke & Koch-Weser, 2009, S.100).

Aber ist die Mehrheit der Erwachsenen dazu überhaupt in der Lage? Wenn ich mich in meinem Umfeld umschaue, so kommen mir berechtigte Zweifel. Statt sich verantwortungsvoll dem Leben und seinen Herausforderungen zu stellen, idealisieren viele Erwachsene die Jugend und träumen vermeintlich verpassten Chancen nach. Ich habe es in meinem Umfeld schon einige Male erlebt, dass Männer zwischen 35 und 45, verheiratet, Kinder, gesicherte berufliche Stellung, fast von einem Tag auf den andern ihre Familien verlassen haben mit der Begründung, sie bräuchten ein neues Leben in dem eine Familie mit Kindern keinen Platz mehr hätte.

Da stellt sich mir dann natürlich die Frage, ob da in der Jugendzeit wohl ein altes archaisches Programm nicht ablaufen konnte oder durfte.

Aufgrund meiner Beobachtungen und Überlegungen bin ich fest davon überzeugt, dass wir Menschen wieder bewusst gestaltete Übergangsrituelle Anlässe brauchen.

4.3. Interview mit Theo Handschin, Pfarrer in Greifensee

(Theo Handschin ist evangelischer Pfarrer in der Pfarrei Greifensee und u.a. verantwortlich für die Jugendseelsorge und den Konfirmandenunterricht)

DR: Theo, herzlichen Dank, dass du dich zu diesem Interview bereit erklärt hast.

Was kommt dir in den Sinn, wenn du im Zusammenhang mit deinem Konfirmandenunterricht den Ausdruck „Übergangsritual“ hörst?

TH: (lacht) Überleben in der Wildnis – Schwitzhütte!

Ich mag mich erinnern, dass die Übernahme von alten Ritualen aus der indianischen Kultur vor etwa 20 Jahren im Konfirmandenunterricht gang und gäbe war. Die Jugendlichen zogen mit ihren Betreuern in die Wildnis und haben für einige Tage dort gelebt.

DR: Und heute?

TH: Heute suchen wir eher die Beheimatung in kirchlichen Ritualen und den Bezug zu eigenen Traditionen, davon haben wir ja auch eine ganze Menge.

Ich frage meine Konfirmanden und Konfirmandinnen am Anfang des Jahres:

„Warum machst du das?“

Und die Antworten sind jeweils sehr überraschend:

„Weil es für mich wie dazu gehört.“ – „Ich möchte erwachsen werden.“

Ich stelle auch immer wieder fest, dass im Jahr des Konfirmandenunterrichts Familienstrukturen, die gefährdet sind, gefördert werden; es scheint mir, dass Familiensysteme durch diese Rituale unterstützt, oft neu konstituiert und dadurch stabiler werden.

Die Konfirmation ist natürlich auch der Abschluss der kirchlichen Ausbildung, die Bestätigung der Taufe und ein Bekenntnis zu unserem Wertesystem.

DR: Wie nimmst du das Bewusstsein deiner Konfirmandinnen und Konfirmanden wahr, bei dem was sie machen?

TH: Mich beeindruckt immer wieder die Ernsthaftigkeit, mit der sie sich in die Gespräche eingeben und wie offen sie für neue Fragen und Fragestellungen sind. So konnten es zum Beispiel in Taizé einige kaum glauben, dass während der Meditation 5000 Menschen in einem Raum für volle acht Minuten absolut ruhig sein konnten. Oder spannend ist auch, wie sie sich intensiv darüber Gedanken machen, was das Leben wohl bringen wird, was ihre Wünsche, Ziele und Lebensträume sind. Natürlich gibt es immer wieder Jugendliche, die sich einzelnen Themen verschliessen und zum Beispiel nicht über das Thema „Sterben“ reden möchten, das ist durchaus verständlich und hat auch seinen Platz. Es ist ihnen jedoch sehr wohl bewusst, dass sie einem Übergang sind.

DR: Du hast vorhin die Wünsche und Lebensziele erwähnt. Was magst du mir davon erzählen?

TH (lacht): Reisen steht ganz weit oben, die Welt entdecken!

Natürlich hätten es einige am liebsten vom Reisebüro fixfertig organisiert und man bräuchte sich nur noch in den Flieger zu setzen, aber das sind Einzelfälle. Die meisten haben den Traum, die Welt auf eigene Faust zu erkunden, die alten „Lehr- und Wanderjahre“ eben!

Spannend finde ich, dass materielle Wünsche wie eigenes Haus, teures Auto eher die Ausnahme sind.

DR: Übergansrituale leben ja auch von der Bewegung, innerlich wie äusserlich. Wie gehst du dies an?

TH: Ich bin ihr Begleiter in einer Übergangssituation. Wir gehen sicher einmal im Konfirmationsjahr auf eine mehrtägige Reise. Einmal waren wir in München – Dachau. Das war dann Aufarbeitung von Geschichte, auch von eigener Geschichte. Wir hatten einen Jungen dabei, dessen Grosseltern als Kinder im KZ Dachau waren und überlebt haben.....

Die letzten Jahren waren wir jeweils in Taizé im Burgund.

DR: Wo und wie spielen Naturerlebnisse bei diesen Reisen eine Rolle?

TH: Nun, die Kontemplation, wie wir sie in Taizé erleben, könnte ebenso gut woanders passieren, abseits der Zivilisation in der Natur, das habe ich mir auch schon überlegt.

Ein eindrucksvolles Übergangsritual haben wir vor etwa zwei oder drei Jahren in der Osternacht durchgeführt: In der Nacht hatten wir in Greifensee den Ostergottesdienst gefeiert und wanderten anschliessend mit den Konfirmanden drei Stunden lang auf die

andere Seeseite nach Maur, wo eine Reihe von Ruderbooten am Steg vertäut bereitlagen. Nun bestiegen die Konfirmandinnen und Konfirmanden zu zweit oder zu dritt die Boote und ruderten über den See zurück nach Greifensee. In der Zwischenzeit hatten die Angehörigen auf der Wiese vor dem Schloss das Osterfeuer entzündet; und es war wunderschön anzusehen, wie die Jugendlichen in Ruhe und Einkehr über das dunkle Wasser zum Licht des Feuers fuhren, das uns schon von weit her über den See willkommen hiess, und die Freude war deutlich spürbar, als sie dann morgens um drei Uhr am Osterfeuer von ihren Eltern und Freunden wieder herzlichst begrüsst wurden.

Das war sehr eindrücklich!

DR: Theo, ich danke dir ganz herzlich für dieses Gespräch.

5. Projekt „Einzelbegleitung - Solotrekking“

5.1. Ausgangslage

5.1.1. Person

Peter * (36), Lehrer an einer Schule im Kanton Zürich, getrennt lebend, drei Kinder.

* alle Namen der Personen sind geändert

5.1.2. Situation

Peter hatte sich im Sommer 2010 auf eine Affäre mit einer Arbeitskollegin eingelassen und dies im November 2010 seiner Frau gebeichtet. Trotz allen Versuchen die Beziehung in einer Paartherapie zu retten, hat der Vorfall im Januar 2012 zu einem Bruch der Beziehung geführt.

Peter wohnte bis Januar 2012 mit Unterbrüchen (Timeout) bei seiner Familie, hatte sich in dieser Zeit aber in ein Schneckenhaus zurückgezogen, wurde depressiv und trauerte der Arbeitskollegin nach, welche die Affäre beendet und die Schule im Sommer 2011 verlassen hatte. Nachdem er im Januar 2012 bei einem Freund untergekommen war, wohnt er seit Anfang Mai in einer eigenen Wohnung.

Die Gespräche mit seiner Frau in der Trennungsmediation gestalten sich als schwierig, mittlerweile haben sie jedoch immerhin eine Einigung gefunden, wann und wie oft er die Kinder sehen und zu sich nehmen kann.

Peter hat durch Zufall erfahren, dass ich an meinem Projekt „Solotrekking mit Übergangsrituellem Coaching zur Persönlichkeitsentwicklung“ arbeite und mich angefragt, ob ich mir vorstellen könnte, so ein Projekt mit ihm durchzuführen.

Nach einer kurzen Bedenkzeit habe ich zugesagt.

5.2. Zielsetzung, Auftrag

Im Rahmen unseres Vorbereitungstreffens möchte ich von Peter wissen, wie es ihm im Moment geht.

Was für persönliche Ziele hat er sich vorgenommen?

Was erwartet er von mir, von einem Trekking in der Natur und von meinem Coaching?

Peter: „Ich fühle mich schuldig meinen Kindern gegenüber, dass sie ohne Vater in der Familie aufwachsen werden – und da können sie doch nichts dafür. Ich weiss, dass Väter manchmal abwesend sind, obwohl sie bei ihren Familien leben. Dies jedoch lasse ich für mich nicht gelten, ich habe in unserer gemeinsamen Zeit häufig mit den Kindern etwas unternommen – und dass das in der Art wie bisher nicht mehr möglich ist, da fühle ich mich schuldig.

Auch die Vorwürfe von Bettina (Ehefrau) schmerzen, wenn sie mir vorwirft, mich einfach aus der Verantwortung zu stehlen; das wirft mich immer wieder aus der Bahn. Aus ihrer Sicht hat sie ja vielleicht Recht, aber die Aussage greift zu kurz.

Ich möchte Ruhe finden, zu mir finden, Antworten auf die Frage finden: Wer bin ich, was brauche ich? Ich möchte, dass mich mein Umfeld in einem breiteren Spektrum kennenlernen kann. Das bedeutet für mich, dass ich bereit sein darf, mich auch in einem breiten Spektrum zu zeigen und nicht nur so, wie ich vermute, dass mich die andern sehen möchten.

Ich freue mich sehr auf dieses Trekkingwochenende. Zwei Tage Zeit für mich zu haben und mich mit mir beschäftigen zu können wird mir gut tun. Meistens geht es mir ja gut, wenn ich mich ablenken kann, bei der Arbeit beispielsweise. Aber ich möchte mich nicht dauernd von aussen berieseln lassen müssen, sondern möchte die Energien, die in mir sind kennen lernen.“

Wir vereinbaren, ins Zürcher Oberland zu gehen, damit Peter an seinen Zielen arbeiten kann.

5.3. Durchführung

5.3.1. Auf dem Trekking

Wir treffen uns mit Sack und Pack in der S5 nach Rüti, wo wir zuerst einmal die Einkäufe fürs Wochenende tätigen. Anschliessend fahren wir mit der S26 nach Wald. Dort verteilen wir als erstes Pfanne, Kanne, Esswaren und Wasservorrat auf unsere beiden Rucksäcke und machen uns dann ruhig auf den Weg durch das Sagenraintobel hinauf Richtung Alp Scheidegg.

Nach einer guten Stunde rasten wir im Tobel und ich ermuntere Peter zu einer ersten Übung:

5.3.2. Mit Naturmaterialien die Lebens- und Lernlinie legen

Ich erläutere Peter den Auftrag, nämlich mit Naturmaterialien seine Lebens- und Lernlinie darzustellen: „Nimm dir soviel Zeit dazu, wie du brauchst und lass dich von deiner Intuition leiten.“ Peter entfernt sich ein wenig vom Rastplatz und beginnt sogleich mit der Arbeit.

Nach einer guten halben Stunde kommt er zurück und meint, er sei fertig. Wir gehen zusammen hin und ich frage ihn: „Was magst du mir zu deiner Lebens- und Lernlinie erzählen?“

„Mein Lebens- und Lernweg ist bis jetzt immer schnurgerade verlaufen, deshalb habe ich ihn auch aus dünnen Ästen gelegt. Auf der linken Seite habe ich die für mich negativen Erlebnisse markiert, auf der rechten die positiven. Da, auf der linken Seite nahe beieinander, waren mit 20 zwei Erlebnisse: Die Trennung meiner Eltern, und da, bei diesem Ästchen, war ich das erste Mal so richtig verliebt; aber sie wollte nichts von mir wissen.

Diese Astgabel, wo ein Zweig von links her in die Lebenslinie mündet, symbolisiert den Moment, wo ich Bettina kennengelernt habe. Wir haben dann später zwei lange Reisen nach Südamerika unternommen (zwei stilisierte Hütten aus vielen kleinen Ästchen). Dann kamen die Kinder auf die Welt (mehrere parallel zum „Weg“ verlaufende Äste, die den Weg verbreitern), meine Aussenbeziehung zu Claudia (steht rechts am Weg) noch vor der Geburt des dritten Kindes und schliesslich das Chaos in meinem Leben (Äste liegen zickzack). Wie geht es weiter?“



→ „Du sagst, in deinem Weg sei links negativ und rechts positiv. Schau mal, wo du selber stehst, nämlich links! Mach einen bewussten Schritt über die Linie auf die rechte Seite, betrachte dein Werk aus der Distanz und überlege dir, wo die wichtigen Punkte sind!“

Peter verharrt eine Weile in der Stille, dann signalisiert er mir, dass er bereit ist zur Weiterarbeit.

→ „Steh nun über deine Linie und geh von Punkt zu Punkt; lass dir Zeit und fühl in deinen Körper hinein!“

Er startet mit der Trennung der Eltern und dem „Unglücklich-verliebt-sein“, geht weiter zum Punkt, an dem er Bettina kennen gelernt hat, dann zur Geburt der Kinder und bleibt längere Zeit beim Symbol der Aussenbeziehung mit Claudia stehen. Dort schüttelt es ihn heftig durch.....

→ „Wo hat sich jetzt etwas verändert? Was möchtest du ändern? Was ist dir wichtig?“

Peter geht unverzüglich zur Astgabel, die das Kennenlernen von Bettina zeigt und dreht sie so, dass das Ästchen von rechts in den Weg mündet.

„Mein Weg im Chaos ist zu schmal, die quergestellten Ästchen blockieren, ich möchte das Bild umbauen.“

Peter lässt das Chaos stehen, verbreitert aber den Weg dabei und symbolisiert die Öffnung in die Zukunft mit einer Astgabel.



„Was nimmst du von dieser Arbeit mit?“

Peter lacht, nimmt sich diese Astgabel, entrindet sie vollständig und befestigt sie am Rucksack. Wir trinken noch etwas, packen dann die Rucksäcke und machen uns wieder auf den Weg Richtung Alp Scheidegg.

5.3.3. Das Camp

Auf einem bewaldeten Grat abseits der Alp finden wir einen Lagerplatz. Wir richten uns mit den Planen häuslich ein, entfachen ein Feuer und beginnen alsbald mit Rüsten und Kochen unseres Eintopfgerichts „Jambalaya“.



Nach dem Essen ziehen plötzlich Gewitterwolken aus Südosten auf, der Wind frischt auf und zerrt an den Planen. Wir jedoch setzen uns darunter und ich führe Peter mit den 12 Fragen des Presencing- Prozesses auf eine Erkundungsreise durch die Zukunftsideen.

Er hört den einzelnen Fragen zu und notiert die Antworten, Gedanken und Ideen, die auftauchen.

5.3.4. Leitbildentwicklung – Einstieg mit dem Presencing-Prozess

(nach Otto Scharmer, MIT; aus Presence und Sensing: in der Gegenwart dir Zukunft erspüren)

1. Was sind die bedeutendsten Möglichkeiten, die dir dein Leben gerade bieten?
Was sind in deiner jetzigen beruflichen und persönlichen Situation die bedeutendsten Herausforderungen?
2. Stell dir vor, du willst dich auf deine weitere Lebensreise gut vorbereiten.
Welchen Fragen können dir helfen, deine momentane Situation besser und tiefer zu erkunden?
3. In welchen Situationen hast du das Gefühl, dass sich dein Herz öffnet?
Wofür bist du zu begeistern? Was magst du wirklich gern?
4. Stell dir vor, du würdest deinen Lebensfilm zu dem Moment deines Lebens vorspulen, wo es Zeit für dich ist zu sterben.
Stell dir vor, du schaust in diesem Moment auf deine Lebensreise als Ganzes zurück:
Was möchtest du in diesem Moment sehen, woran möchtest du dich erinnern?
5. Du kommst jetzt in die Gegenwart zurück.
Stell dir vor, du könntest eine Verbindung herstellen zu dem, was in deinem Leben alles möglich gewesen wäre – wir nennen es hier dein höchstmögliches Selbst.
Stell dir vor, du könntest eine Frage an dein höchstmögliches Selbst richten, auf die du auch eine bedeutungsvolle Antwort bekommen wirst.
Welche Frage willst du deinem höchstmöglichen Selbst stellen?
6. Halte nun inne, bleibe ganz in der Stille und höre sehr aufmerksam auf die Antworten, die das höchstmögliche Selbst dir geben will. Bleibe dran, höre zu und schreibe sie auf.
7. Richte nun deine Aufmerksamkeit auf deine privaten und persönlichen Visionen und Ziele:
Was sind die wesentlichen Elemente der Zukunft, die du in deinem Leben schaffen möchtest?
8. Stell dir vor, du willst deine Visionen Wirklichkeit werden lassen:
Wovon musst du dich verabschieden? Welcher alte Kram, welches Alte müsste weg?
9. In welchen Situationen in deinem momentanen Leben erlebst du bereits die Samen und ersten Triebe (die Vorboten) der Zukunft, die du schaffen willst?
10. Richte deine Aufmerksamkeit auf die nächsten drei Monate:
Stell dir vor, du könntest in einer Art Treibhaus – wie in einem Mikrokosmos – die Samen und Triebe deiner höchstmöglichen Zukunft entwickeln und weiter erkunden.
Welche konkreten Idee, Bilder und Modelle entstehen bei dieser Vorstellung?
11. Welches sind die zentralen Partner und Helfer, die dich dabei unterstützen, ein solches Modell deiner höchstmöglichen Zukunft zu entwickeln?
12. Stell dir vor, du legst dich darauf fest, dein Vorhaben Wirklichkeit werden zu lassen.
Welche konkreten ersten Schritte wirst du in den nächsten 7 Tagen gehen?

In der Zwischenzeit haben sich überall Gewitterzellen aufgebaut. Blitze zucken, der Donner grollt und rundherum schüttet es wie aus Kübeln, über uns aber bleibt es wie durch ein Wunder trocken.

Wir beenden für heute die Arbeit und kriechen in die Schlafsäcke.

Am nächsten Morgen führen wir nach dem Morgenessen die Arbeit fort. Aber weil erneutes Donnerrollen in der Ferne zu hören ist, entscheiden wir uns das Camp abubrechen und uns an einen geschützten Ort zurückzuziehen. Dort fahren wir mit dem Presencing-Prozess weiter.

Mittlerweile entlädt sich das Gewitter genau über der Alp Scheidegg – Sturmwinde peitschen den Regen horizontal über die Ebene und bei den ständig krachenden Donnerschlägen verstehen wir unser eigenes Wort nicht. Gottlob sind wir sicher in unserem Unterstand.

Am frühen Nachmittag lässt das Gewitter nach und wir entschliessen uns den Rückweg nach Wald unter die Füsse zu nehmen. Wir gehen ein Stück weit auf der Strasse und nehmen dann die Abzweigung das Sagenraintobel hinunter.

5.3.5. Über den Prozess nachdenken

Peter bekommt die Aufgabe für einige Zeit still über die Prozesse, in denen er steht oder die angefangen haben, nachzudenken:

Was erscheint mir merkwürdig? Wo stehe ich jetzt? Was haben der Lebens- und Lernweg und der Presencing-Prozess in mir ausgelöst?

So wandern wir eine Zeit lang schweigend nebeneinander her, bis Peter, wie vereinbart, von sich aus das Schweigen bricht. So gehen wir zum Abschluss des Wochenendes in eine letzte Übung.

5.3.6. Lebensgeschichten erzählen

Welche Geschichten sind es wert erzählt zu werden? Welche Geschichten möchtest du erzählen? Es geht nicht darum, Geschichten ungeschehen zu machen, sondern erlebte Geschichten aus einer andern Perspektive zu betrachten und den Fokus auf etwas Neues zu legen.

Peter lässt sich gerne auf die Arbeit ein und während wir ruhig Richtung Wald hinunterziehen, erzählt er 20 Minuten lang seine Geschichte(n) und ich höre schweigend zu.

Auf dem Weg hinunter kommen wir an der Stelle vorbei, wo er am Tag vorher seine Lern- und Lebenslinie gelegt hat.

Da packt er mit den Worten: „Hier muss ich noch etwas zurücklassen!“, ein grosses Stück eines Baumstammes und wirft es mit seiner ganzen Energie ins Bachbett hinunter.

Schliesslich erreichen wir den Bahnhof Wald, wo wir bereits von unserem „Taxidienst“ erwartet und sicher nach Hause gefahren werden.

5.4. Auswertung

Wir treffen uns ein paar Tage nach dem Outdoor-Wochenende zu einer Auswertung und Reflexion und ich lasse Peter erzählen:

„Die **Astgabel**, die ich als Symbol für den sich öffnenden Weg in die Zukunft aus dem Lern- und Lebensweg mitgenommen habe, hat mich ja während des ganzen Wochenendes begleitet. Sie hat nun bei mir in der Wohnung einen besonderen Platz erhalten als Sinnbild für dieses Wochenende und für die neuen Türen und Wege, die sich mir eröffnen. Ich habe sie an der Wohnzimmerwand befestigt, so dass ich sie immer sehe, wenn ich das Wohnzimmer betrete.

Ich werde mir in den nächsten Tagen einen **Ring** kaufen, sozusagen als Reminder für mich selber. Er ist dann immer bei mir und soll mich daran erinnern, meinen Weg zu gehen.

Ich will soweit kommen, dass ich ich sein kann und nicht so, wie die andern mich sehen wollen oder was ich glaube, dass die andern von mir erwarten.

Ich werde bewusster mit meinem **Freundeskreis** umgehen. Dass der sich ändert und ändern wird, ist mir klar. Menschen in meiner Umgebung wissen nicht so recht, wie sie mit mir und der Situation zwischen Bettina und mir umgehen sollen und sich vermeintlich von mir abwenden. Das kann ich nur herausfinden, wenn ich direkt auf sie zugehe.

Meine **Schuldgefühle** habe ich im Sagenraintobel gelassen, als ich den Baumstamm ins Bachbett hinuntergeworfen habe. Da habe ich richtig gespürt, wie ich durch die Energie, die dazu nötig war, auch etwas ablegen konnte.

Meine nächsten konkreten Schritte werden sein den Ring zu kaufen und in den Sommerferien für mich im Tessin auf ein mehrtägiges Trekking von Hütte zu Hütte zu gehen, ruhig meinen Weg gehen.

Und nach diesem Wochenende weiss ich, dass es gut herauskommt. Stell dir doch nur einmal vor, was für ein Glück wir in der Nacht mit den Gewittern hatten: Diese schweren Gewitter rund um uns herum! In Turbental zerschlugen pingpongballgrosse Hagelkörner Autoscheiben, Gewächshäuser und Obstplantagen, die Greifenseeegend und das weitere Zürcher Oberland wurde von schweren Gewitterstürmen heimgesucht, nur über unserem Camp blieb es, bis auf einige Regentropfen und ein bisschen Wind, ruhig. Da muss es jemand gut mit mir meinen!“

6. Projekt „Primgreif“

6.1. Ausgangslage

An der Primarschule Greifensee hat es, wie in vielen andern Schulen auch, in jedem Jahrgang zwei bis drei Kinder, meistens Knaben, die durch ihr Verhalten auffallen. Sie verweigern die Arbeit, stören andere Kinder und zeigen keinen oder wenig Respekt vor den Lehrpersonen und Schulleitern. Oft fallen diese Kinder auch in ihrem Freizeitverhalten auf, wie sie sich in den Wohnquartieren verhalten; und diese Vorkommnisse wirken sich dann auch auf den Schulalltag aus.

Die Elternarbeit gestaltet sich in diesen Fällen oft als schwierig, weil einige Eltern die Situation manchmal nicht sehen wollen oder können und andere oft aber schlicht und einfach mit der Situation überfordert sind.

Den Bildungsauftrag wahrzunehmen wird mit diesen verhaltensauffälligen Kindern jedoch zunehmend schwierig bis unmöglich, insofern es ausreicht, einen Schüler / eine Schülerin in der Klasse zu haben, der / die 90% der Energie einer Lehrperson verbraucht.

Das führt dann dazu, dass Lehrpersonen den Beruf an den Nagel hängen oder, wie an der Primarschule Greifensee geschehen, sich in ärztliche Behandlung begeben müssen, für Wochen krank geschrieben sind und dann manchmal gar nicht mehr an die Arbeit zurückkehren.

In der Volksschule haben wir aber den Auftrag, alle Kinder in die Klassen aufzunehmen und zu unterrichten. Die kantonalen Schulgesetze und Verordnungen bieten jedoch für den Umgang mit verhaltensauffälligen Schülerinnen und Schüler keine Unterstützung, deshalb sind die Schulgemeinden und Schuleinheiten gefordert.

6.2. Zielsetzung

Die Primarschule Greifensee hat sich zum Ziel gesetzt, Klassen und Lehrpersonen zu entlasten und verstärkt mit verhaltensauffälligen Kindern zu arbeiten und da kann die erlebnispädagogische Arbeit in der Natur neue Wege aufzeigen.

Lehrerschaft und Schulleitung sind seit dem Beginn des Schuljahres 2011 / 2012 daran ein Konzept „Umgang mit schwierigen Schülerinnen und Schülern“ zu entwickeln. Teilprojekte darin sind u.a. ein Verhaltenskodex, Prävention mit Arbeit in den Klassen und Elterneinbezug und ein Massnahmenkatalog bei Verletzung der Grundregeln. Ein Teil dieses Massnahmenkatalogs beinhaltet auch die Möglichkeit einer erlebnispädagogischen Intervention.

Aus diesem Grund haben der Schulsozialarbeiter und ich das Teilprojekt „Erlebnispädagogische Intervention für Mittelstufenschülerinnen und – schüler“ ausgearbeitet (siehe Anhang 1).

Schulpflege und Schulleitung der Primarschule Greifensee haben im April 2012 grünes Licht für einen Pilotversuch im September 2012 und für einen zweiten im Verlaufe des Schuljahres

2012 / 2013 gegeben. Somit haben wir die Möglichkeit mit verhaltensauffälligen Kindern jeweils eine 2 ½ tägige erlebnispädagogische Intervention durchzuführen, in der die Kinder an ihren individuellen Zielen arbeiten und lernen Verantwortung für sich selber zu übernehmen und Schritte auf neuen Wegen zu gehen.

6.3. Projektbeschreibung

Sozialauffällige Schülerinnen und Schüler der Mittelstufe, welche durch länger andauerndes störendes Verhalten auffallen, durchlaufen als Teil des Konzeptes „Umgang mit schwierigen Schülerinnen und Schülern“ eine 2 ½ tägige erlebnispädagogische Gruppenintervention.

Sie sind als Gruppe mit Trekking und Klettern (Outdoor kochen und übernachten, klettern an geeigneten Kletterwänden) in verschiedenen Naturräumen der Voralpen in der Schweiz unterwegs.

Auftrag

Durch die Auseinandersetzung mit sich und der Gruppe in einer anderen (ungewohnten) Situation soll das soziale Denken, die Gruppenfähigkeit sowie das Selbstwertgefühl gefördert und gestärkt werden. In der Lernzone (Chaoszone) sind Grundbedürfnisse wie Wärme, Trockenheit, sofortverfügbares Essen und Trinken nicht immer auf Anhieb da; jeder Einzelne muss sich dafür einsetzen, damit die ganze Gruppe weiter kommt. Die Erfahrung, sich selber einsetzen zu müssen um die Grundbedürfnisse menschlichen Lebens befriedigen und somit in der Natur auch „überleben“ zu können – und dies auch zu schaffen - gibt Selbstvertrauen und führt zu einer Ausweitung der persönlichen Komfortzone.

Maximale Gruppengrösse:	4 - 6 Kinder
Dauer:	2 ½ Tage (Mittwochmittag – Freitagnachmittag)
Leitung:	Daniel Rigling, Peter Jakoubek
Ort:	in der Natur der CH-Voralpen

Selektion

1. Über eine solche Massnahme entscheidet die „Fachgruppe Soziales“.
2. Auf Lehrer-, Schulleitungs- und Schulsozialarbeiterebene haben bereits intensive Gespräche, Vereinbarungen und begleitende Beratungen statt gefunden. Ebenso sind die Eltern bereits eingebunden.
3. Ein definitiver Vorentscheid für die Teilnahme an der Intervention bedarf der Zustimmung der „Fachgruppe Soziales“ gemeinsam mit der betreffenden Lehrperson.
4. Vom einzelnen Kind benötigt es ein gewisses Mass an Bereitschaft sich diesem Prozess zu stellen. Im Rahmen eines Schulischen Standortgesprächs unter der Führung der

Schulleitung werden Eltern und Kind über die Massnahme informiert. Sie unterzeichnen eine Vereinbarung, dass sie mit der Massnahme einverstanden sind.

Ablauf

1. In einem Vorgespräch wird der Teilnehmende auf die Intervention vorbereitet. Es werden Ziele festgehalten, welche einerseits vorgängig durch die Fachgruppe Soziales und durch die betreffende Klassenlehrperson definiert, aber auch durch den Teilnehmenden ausgearbeitet wurden.
2. Durch den Einbezug der Eltern wird eine Verbindung der Schule zum Elternhaus hergestellt und auch auf dieser Ebene werden verbindliche Ziele einfließen.
3. Diese Ziele werden auf einem speziellen Formular mit dem Teilnehmenden schriftlich festgehalten.
4. In einem Gruppengespräch mit allen Teilnehmenden werden die gegenseitigen Ziele und Vereinbarungen ausgetauscht.
5. 2 ½ tägige erlebnispädagogische Intervention, in deren Verlauf Ziele und Vereinbarungen erreicht werden, die im Schulalltag umgesetzt werden können.

Inhaltliche Details der Intervention

- Gemeinsame Bahnfahrt zum Ausgangspunkt
- Essenseinkauf und Verteilen des gemeinsamen Materials auf die Rucksäcke
- gemeinsames Trekking zum Übernachtungsplatz (Laucheren)
- Campbau mit Planen / Schlafcamp, Kochcamp, Versammlungscamp
- Holz suchen und Essenszubereitungen über dem Feuer
- Übernachtung draussen im Schlafsack unter den Planen
- Ev. Verdienen von Lebensmitteln durch Mithilfe auf einer Alp
- Je nach Auftrag und Zielen: Gruppendynamische Kooperationsspiele, Kletteraktivitäten, Höhlenbegehung
- 2. Nacht „Sternencamp“:
Jeder Teilnehmer / jede Teilnehmerin baut sich ein Solocamp 30 – 50 m vom Basis-Camp entfernt und verbringt dort 1 Nacht und 1 Vormittag für sich mit seinen / ihren Zielen
- Verfassen eines Erlebnisberichtes, z.B. in Form eines Vortrages / einer Präsentation
- Auseinandersetzen mit Lern- und Lebenszielen und diese vertiefen

6.4. Aktuelle Situation

Seit Anfang Juli 2012 sind fünf Knaben bekannt, welche an der Intervention teilnehmen werden. Diese fallen schon seit der Unterstufenzeit durch ihr Verhalten auf. Es haben früher schon verschiedene Gespräche zwischen Lehrperson, Schulleitung, Eltern und Kind stattgefunden, und der Schulsozialarbeiter war und ist immer wieder involviert. Deshalb hatte die „Fachgruppe Soziales“ den Vorentscheid gefällt, mit diesen fünf Kindern und ihren Eltern das Gespräch über eine mögliche erlebnispädagogische Intervention zur Stützung und Unterstützung anzugehen. Die Schule kann diese Intervention nicht verordnen, da ist sie auf die Unterstützung von Eltern und Kind angewiesen. Aber wenn alle Beteiligten einverstanden sind, dann wird es „obligatorisch“.

Mittlerweile haben unter der Führung der Schulleitung alle fünf Schulischen Standortgespräche stattgefunden. Dabei anwesend waren jeweils das Kind, die Eltern, die Lehrperson, der Schulleiter und der Sozialarbeiter. An diesem Gespräch wurde den Eltern und dem Kind erläutert, was die Schule mit dieser Intervention beabsichtigt und wie der genaue Ablauf ist. Anschliessend wurden vom Kind und den Eltern aber auch von der Lehrperson und dem Schulsozialarbeiter mögliche Ziele ausgearbeitet, die dem Kind auf seinem schulischen und privaten Weg behilflich sein könnten.

Erfreulich ist, dass alle fünf Eltern und die Kinder mit dem Angebot einverstanden sind und an der Intervention teilnehmen werden:

Martin (11)*

ist krampfhaft auf Suche nach Liebe, Zuneigung und Anerkennung, möchte überall der Erste und Beste sein, schafft das aber selten, schuld sind immer die andern. Er versucht sich die Freundschaften mit Geschenken oder Drohungen und Erpressungen zu erkaufen.

Ziel: Kann Freundschaften auf eine positive Art aufbauen und pflegen, kann Verantwortung für sich und die Gruppe übernehmen, kann sein Verhalten und dessen Wirkung realistisch einschätzen.

Dominik (10)

erklärt auf dem Schulareal jeweils lauthals, was er alles weiss und kann, bleibt dann aber, wenn es draufankommt, den Beweis schuldig; und mit jedem Vorfall belächeln ihn die Kameraden ein bisschen mehr.

Ziele: Ist eigenständig und kann Verantwortung für sich und andere übernehmen, kann sein Verhalten und dessen Wirkung realistisch einschätzen.

Andreas (10)

lebt manchmal in einer Scheinwelt und beschuldigt Kinder Missetaten begangen zu haben oder erzählt Dinge erlebt zu haben, die nachweislich nicht stimmen. Das schwächt seine soziale Stellung massiv.

Ziele: Kann Freundschaften aufbauen und pflegen, kann sein Verhalten und dessen Wirkung realistisch einschätzen.

Felix (11)

zeigt ein destruktives, impulsives ich-bezogenes Sozialverhalten, hat keine Achtung vor der Privatsphäre anderer, zerstört andern Kindern die Sachen oder belästigt sie mit sexistischen Äusserungen oder Texten.

Ziele: Kann Verantwortung für die Gruppe wahrnehmen und im Team arbeiten, kann Freundschaften aufbauen und pflegen, kann sein Verhalten und dessen Wirkung realistisch einschätzen.

Nathan (10)

zeigt ein sehr impulsives, ich-bezogenes Sozialverhalten, alles muss sich um ihn drehen, fällt in der Klasse auf durch ständige Zwischenbemerkungen, mit denen er seine Klassenkameraden und Klassenkameradinnen beleidigt, muss so seine eigenen Schwächen verdecken.

Ziele: Kann sich auf sich selber besinnen und die eigenen Stärken wahrnehmen, kann Freundschaften aufbauen und pflegen, ist sich bewusst, wie er auf andere wirkt, kann sein Verhalten und dessen Wirkung realistisch einschätzen.

* alle Namen der Kinder sind geändert

Als Naturraum haben Peter Jakoubek und ich uns für das Gebiet Fuedergg – Laucheren zwischen Oberiberg und Hoch Ybrig entschieden und dort einen einsamen Platz im Wald abseits der Wanderwege entdeckt mit Frischwasser in der Nähe.

Nach den Sommerferien werden wir mit jedem einzelnen Teilnehmer zusammensitzen und mit ihm seine Ziele ausformulieren. Wir werden den Knaben nochmals klar machen, was diese Intervention für sie bedeutet und was dies für eine Chance ist.

In einem nächsten Schritt kommt die ganze Gruppe zusammen. In diesem Gruppengespräch werden die gegenseitigen Ziele und Vereinbarungen ausgetauscht und die Intervention auch inhaltlich vorbereitet.

7. Reflexion

Mit dieser erlebnispädagogischen Intervention und dem darin integrierten Solo betreten wir an unserer Schule Neuland. Es freut mich natürlich sehr, wie gross die Unterstützung und Anerkennung von Schulleitung und Schulpflege einerseits, aber auch von den Kolleginnen und Kollegen und den Eltern andererseits ist.

Mir ist jedoch wichtig, das Umfeld darauf hinzuweisen, dass wir von dieser Intervention keine sofortigen Wunder erwarten sollten. Die Natur streut einen ersten Samen aus, damit die Teilnehmenden neue Wege und neue Verhaltensmuster kennenlernen und diese dann in einem langsamen Prozess umsetzen können. Vielleicht finden sie eine kleine Abzweigung auf ihrer bisherigen Lebensautobahn und einen schmalen Pfad, der durchs Dickicht führt, und vielleicht fühlt sich dieser Weg so spannend an, dass er sich lohnt gegangen zu werden.

Ich glaube auch nicht, dass sich Peters Leben von Grund auf und sofort ändert, aber er hat auf seinem Solo im Zürcher Oberland Hinweise aus der Natur erhalten, die es ihm ermöglichen können einen feinen Spurwechsel vorzunehmen.

Eigentlich ist die Situation ja paradox: In früheren Kulturen gehörte es zum Lebensplan, alleine loszuziehen, bevor die Krise da war. Heute warten wir, bis uns die Krise erfasst hat und gehen dann los, meist zum Arzt oder Therapeuten. Aber viele Menschen können heute ja auch nicht mehr alleine sein und Stille auf sich wirken lassen, selbst dann haben sie den Kopfhörer im Ohr und lassen sich mit Musik berieseln.

Eine Frage, die bei unserem schulhausinternen Projekt von einigen Seiten gestellt wird, lautet, warum an diesem Projekt nur die „schwierigen“ Schülerinnen und Schüler teilnehmen können oder anders herum gefragt: Muss man sich nur möglichst „doof“ aufführen und kommt dann in den Genuss eines solch tollen Erlebnisses?

Die Fragen sind natürlich berechtigt und ich bin der Meinung, dass im Sinne von Prophylaxe und Persönlichkeitsentwicklung eigentlich jede Schülerin und jeder Schüler die Möglichkeit haben müsste, an solchen persönlichkeitsbildenden Outdoor-Anlässen und Solos teilzunehmen. Denn wie eingangs erwähnt ist unsere Kulturgeschichte voll von Märchen, Mythen und Legenden, die auf unsere Outdoor-Vergangenheit hinweisen und da sind wir Mentorinnen und Mentoren, Lehrerinnen und Lehrer, Erlebnispädagoginnen und Erlebnispädagogen gefragt, unsere Kindern an diesem Reichtum wieder teilhaben zu lassen.

Meine Hypothese, ob Solotrekking in der Natur Menschen helfen, sich von alten Geschichten zu verabschieden, Antworten auf Fragen zu bekommen und etwas Neues zu beginnen, lässt sich bis jetzt nur teilweise verifizieren. Bei Peter hat die Einzelbegleitung einiges ausgelöst, er hat Antworten auf Fragen bekommen und sich auch einige Ziele setzen können. Das Projekt mit unseren Schülern und Schülerinnen wird erst stattfinden und auf die Erfahrungen und Rückmeldungen aus diesen Tagen bin ich jetzt schon sehr gespannt.

Sollte sich meine Hypothese bestätigen, so wäre es interessant, der Frage nachzugehen, ob die Natur und ihre Elemente auch wirken, wenn sich eine Person gänzlich dagegen sträubt.

Ich für mich habe die Antwort auf meine Hypothese gefunden: Erlebnisse in der Natur sind Erlebnisse für die Seele und „aus Erlebnissen der Seele werden Spuren im Gehirn“.

Mit diesem Zitat von Manfred Spitzer (Spitzer, 2003, S.3) beende ich meine Arbeit.

8. Quellenverzeichnis

- Campell, J., Der Heros der tausend Gestalten, Berlin 2011
Campell, J., Der Flug der Wildgans, München 1994
Eliot, T.S., Werke 4: Gesammelte Gedichte 1909 – 1962, Frankfurt 1988
Foster, S. / Little M., Vision Quest, Braunschweig 1991
Frick, J., Dauert die Jugend zu lang?, NZZ 1995
Redl, F., Übergangsrituale, Klein Jasedow 2009
Schröder, I., Politische Ökologie: Wa(h)re Wildnis, Berlin 1999
Sheldrake, R., Das schöpferische Universum, Berlin 1993
Spitzer, M., Lernen. Gehirnforschung und die Schule des Lebens, Heidelberg, Berlin 2003
van Gennepe, A., Übergangsrituale, 3. erweiterte Auflage, Frankfurt 2005
von Lüpke, G. / Koch-Weser, S., Vision Quest, Klein Jasedow 2009

9. Anhang

1. Projekt „Erlebnispädagogische Intervention für Mittelstufenschülerinnen und – schüler“

Projekt

„Erlebnispädagogische Intervention für Mittelstufenschülerinnen und – schüler“

von Peter Jakoubek und Daniel Rigling

1. Theoretische Grundlagen
2. Projektidee
3. Ziele
4. Aufbau, Kosten
5. Selektion
6. Inhaltliche Details

1. Theoretische Grundlagen

Lernen ist ein wichtiger Bestandteil des menschlichen Lebens. Wir lernen von Geburt an durch ein selbstverständliches „Mitleben“ und alltägliches „Dabeisein“. Es ist ein Anliegen der Pädagogik im Rahmen initiierten Lernens dem jungen Menschen zur Persönlichkeitsentwicklung und sozialen Integration Inhalte, Werte und Fähigkeiten vermitteln. Für gewisse Personengruppen reichen diese alltäglichen „Lernprogramme“ nicht, sondern sie benötigen unterstützende und zusätzliche Lern- und Förderangebote. Für den Bereich des sozialen Lernens, der Förderung von Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit bietet sich die Erlebnispädagogik an.

Die Erlebnispädagogik versucht den Alltagssituationen bewusst und gezielt zu entrinnen und sich in eine andere Situation (Zone) zu begeben.

• Lernen in Situationen mit Ernstcharakter

Von besonderer Bedeutung für das Setting ist in einer erlebnispädagogischen Massnahme der Ernstcharakter einer Situation. Es müssen Lernsituation gefunden werden, deren Charakter derart beschaffen ist, dass sich Aufgaben und Anforderungsstruktur als natürlichen Sachzwang ergeben.

• Gruppenorientierung

Erlebnispädagogik stellt sich überwiegend als gruppenpädagogisches Angebot dar. Sozialpädagogische Angebote zielen dabei auf die Förderung von sozialen Kompetenzen und Kooperationsfähigkeit durch das Arrangement von Lernsituationen, die verdeutlichen, dass Zusammenarbeit notwendig ist.

• Erlebnischarakter

Die bisher genannten Merkmale liessen sich auch in alltäglichen Situationen konstruieren. Charakteristisch für die Erlebnispädagogik ist, dass die Lernsituationen aussergewöhnlich sind, d.h. vielfältig, nicht alltäglich, real und ernsthaft sein müssen, um so Grenzerfahrungen zu ermöglichen. Ungewöhnliche und ausserordentliche Situationen erhöhen die Chance, dass aus einem Ereignis ein nachhaltig wirkendes Erlebnis wird. Deshalb findet Erlebnispädagogik mit Distanz zum Alltag statt.

• Pädagogisches Arrangement

Erlebnisträchtige Situationen werden erst dann zum erlebnispädagogischen Arrangement, wenn sie pädagogisch instrumentalisiert werden. Dazu gehören

einerseits gezielte Planungen und Realisierungen von Angeboten, andererseits aber auch – was wichtig für den Erfolg der Massnahme ist – die Begleitung von erlebnispädagogisch geschulten Begleitern.

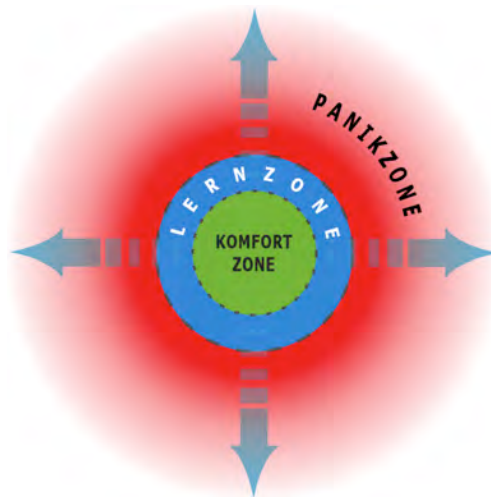
- **Lösungsorientiert**

Die systemische Erlebnispädagogik ist lösungsorientiert.

Jedes Problem enthält auch seine Lösung. Wir wählen statt der Problembille die Lösungs- oder Ressourcenbrille. Jedes Handeln mit dieser Sichtweise erweitert das Repertoire der Möglichkeiten. Die Energie stecken wir in das Finden der Lösung.

Mögliche Auseinandersetzungen für den Einzelnen und die Gruppe:

- wir müssen unter Umständen auf etwas verzichten
- wir müssen Wagnisse eingehen und Mut beweisen
- es gilt Neues und Unbekanntes zu probieren
- bekannter Komfort wird verlassen
- wir könnten Misserfolge erleben



Die **Komfortzone** (innerer grüner Bereich) stellt alle unsere bekannten Gewohnheiten im Handeln, Denken oder Fühlen dar. Dazu gehören sowohl positive als auch negative Erfahrungen, sowie konstruktive und destruktive Verhaltensweisen. Es ist unser jetziger Erfahrungshorizont.

Wenn wir etwas lernen oder verändern wollen, müssen wir das Bekannte verlassen und den risikobehafteten Weg ins Unbekannte einschlagen. Wir wissen nicht, was uns erwartet und ob wir den neuen Herausforderungen gewachsen sind. Deshalb bleiben wir tendenziell lieber "zu Hause" im bekannten Umfeld, welches wir unter Kontrolle haben. Hinzu kommt: Je grösser unser Erfahrungsschatz ist, desto mehr Gründe haben wir, um in dieser schon "so grossen" Komfortzone zu verweilen.

Viele Menschen fahren in ihren Familien z.T. schon seit Generationen auf der selben „Verhaltensautobahn“. In vielen Fällen bräuchte es dringend neue Bilder, Muster und Verhaltensweisen. Die Erlebnispädagogik kann diese Wege aufzeigen.

Sich in die **Lernzone oder Risikozone** (blauer Bereich) zu begeben bedeutet Risiken eingehen.

Dieses Prinzip gilt sowohl für Einzelpersonen als auch für Gruppen. Mit jedem Schritt ausserhalb unserer Komfortzone wird sie grösser. Neue Handlungen, Gedanken und Gefühle erweitern sie. Kurz gefasst: Wir wachsen .

Der Schlüssel zur Entwicklung ist die Risikobereitschaft.

In der **Panikzone oder Chaoszone** (äusserer roter Bereich) liegen Anforderungen, die die Handlungskompetenz des Individuums übersteigen. Das Risiko und die Gefahr erscheinen zu gross, daher ist Lernen in dieser Zone nicht möglich.

Die Erlebnispädagogik nutzt die Lernmöglichkeiten an der Grenze zwischen Komfort- und Lernzone. Der kritische Moment des Wechsels von der Komfort- in die Lernzone hängt jedoch in starkem Masse von den Vorerfahrungen des Individuums ab und es liegt in der Kunst des Leiters Situationen zu schaffen, die für keinen der Teilnehmer eine Unterforderung, aber auch für keinen eine Überforderung darstellen. Nur so ist eine Lernerfahrung für alle möglich.

(nach Senninger)



2. Projektidee

Sozialauffällige Schülerinnen und Schüler der Mittelstufe, welche durch länger andauerndes störendes Verhalten auffallen, durchlaufen als Teil des Massnahmenkatalogs „Umgang mit schwerführbaren Klassen und Schülern“ eine 2,5-tägige erlebnispädagogische Gruppenintervention.

Wir sind als Gruppe in verschiedenen Naturräumen der Schweiz unterwegs mit Trekking und Klettern (Outdoor kochen und übernachten, klettern an geeigneten Kletterwänden)

3. Ziel

Durch die Auseinandersetzung mit sich und der Gruppe in einer anderen (ungewohnten) Situation soll das soziale Denken, die Gruppenfähigkeit sowie das Selbstwertgefühl gefördert und gestärkt werden. In der Lernzone (Chaoszone) sind Grundbedürfnisse wie Wärme, Trockenheit, sofortverfügbares Essen und Trinken nicht immer auf Anhieb da; jeder Einzelne muss sich dafür einsetzen, damit die ganze Gruppe weiter kommt. Die Erfahrung, sich selber einsetzen zu müssen um die Grundbedürfnisse menschlichen Lebens befriedigen und somit in der Natur auch „überleben“ zu können – und dies auch zu schaffen - gibt Selbstvertrauen und führt zu einer Ausweitung der persönlichen Komfortzone.

4. Aufbau

Maximale Gruppengrösse: 4 - 6 Kinder
Dauer: 2,5 Tage (Mittwochmittag – Freitagnachmittag)
Leitung: Daniel Rigling, Peter Jakoubek
Ort: in der Natur der CH-Voralpen

5. Kosten

Kosten (4 SuS)	pro Person	Anzahl	Totalkosten	
Vikariatskosten	SFr. 75.00	12 h	SFr. 900.00	Dani Rigling (2.5 Tage)
Reise	SFr. 35.00	6	SFr. 210.00	4 Kinder + 2 Erw.
Material	SFr. 25.00	4	SFr. 100.00	4 Kinder
Essen	SFr. 33.00	2	SFr. 66.00	2 Leiter
Der Verpflegungsbeitrag von Fr. 33.--/Kind kann den Eltern in Rechnung gestellt werden!				
Total Kosten			SFr. 1'276.00	
Std. SSA		27 Std. zu Lasten SSA-Jahrespool		

6. Selektion

1. Über eine solche Massnahme entscheidet die „Fachgruppe Soziales“.
2. Auf Lehrer-, Schulleitungs- und Schulsozialarbeiterebene haben bereits intensive Gespräche, Vereinbarungen und begleitende Beratungen statt gefunden. Ebenso sind die Eltern bereits eingebunden.
3. Ein definitiver Vorentscheid für die Teilnahme an der Intervention bedarf der Zustimmung der „Fachgruppe Soziales“ gemeinsam mit der betreffenden Lehrperson.
4. Vom einzelnen Kind benötigt es ein gewisses Mass an Bereitschaft sich diesem Prozess zu stellen. Im Rahmen eines Schulischen Standortgesprächs unter der Leitung der Schulleitung werden Eltern und Kind über die Massnahme informiert. Sie unterzeichnen eine Vereinbarung, dass sie mit der Massnahme einverstanden sind.

7. Ablauf

1. In einem Vorgespräch wird der Teilnehmende auf die Intervention vorbereitet. Es werden Ziele festgehalten, welche einerseits vorgängig durch die Fachgruppe Soziales und durch die betreffende Klassenlehrperson definiert, aber auch durch den Teilnehmenden ausgearbeitet wurden.
2. Durch den Einbezug der Eltern wird eine Verbindung der Schule zum Elternhaus hergestellt und auch auf dieser Ebene werden verbindliche Ziele einfließen.
3. Diese Ziele werden auf einem speziellen Formular mit dem Teilnehmenden schriftlich festgehalten.
4. In einem Gruppengespräch mit allen Teilnehmenden werden die gegenseitigen Ziele und Vereinbarungen ausgetauscht.
5. 2.5-tägige erlebnispädagogische Intervention, in deren Verlauf Ziele und Vereinbarungen erreicht werden, die im Schulalltag umgesetzt werden können.



8. Inhaltliche Details der Intervention

Geplanter Ablauf:

- Essenseinkauf und Verteilen des gemeinsamen Materials auf die Rucksäcke
- gemeinsames Trekking zum Übernachtungsplatz (Voralpen)
- Campbau mit Planen / Schlafcamp, Kochcamp, Versammlungscamp
- Holz suchen und Essenszubereitungen über dem Feuer
- Übernachtung draussen im Schlafsack unter den Planen
- Ev. verdienen von Lebensmitteln durch Mithilfe auf einer Alp
- Je nach Auftrag und Zielen: Gruppendynamische Kooperationsspiele, Kletteraktivitäten, Höhlenbegehung
- 2. Nacht „Sternencamp“:
Jeder TN baut sich ein Solocamp 30 – 50 m vom Basis-Camp entfernt und verbringt dort 1 Nacht und 1 Vormittag für sich mit seinen Zielen
- Verfassen eines Erlebnisberichtes, z.B. in Form eines Vortrages / einer Präsentation
- Auseinandersetzen mit Lern- und Lebenszielen und diese vertiefen



