

# Grenzen suchen

## Eine Ausbildung in Erlebnispädagogik in der kanadischen Wildnis

von Barbara Kilchenmann

**Im letzten Sommer wagte die Autorin im Rahmen eines Ausbildungskurses in Erlebnispädagogik gemeinsam mit zwei Frauen und vier Männern – alle Fachleute aus dem Bereich Beratung, Erziehung, Schulung und Therapie – eine ungewöhnliche Auseinandersetzung mit sich und der kanadischen Wildnis. Was sie dabei erfahren und gelernt hat, berichtet sie im nebenstehenden Artikel.**

... Motorenlärm, mir dröhnt der Kopf, ich werde hin und her geschüttelt – unter mir ein endloser Teppich von Flüssen, Seen und Wald, ein gigantisches Muster in Blau und Grün.

Seit einer Stunde fliegt die Cessna über den kanadischen Busch, immer weiter weg von jeglicher Zivilisation. Wassern, ausladen – schon stehe ich bis zu den Knien im Wasser – nach einem letzten eleganten Abschiedsbogen verschwindet das kleine Wasserflugzeug am Horizont.

Stille – tiefe Stille. Jetzt gibt es kein Zurück mehr, jetzt wird es ernst. 200 Kilometer liegen zwischen uns und der nächsten Zivilisation. Hier gibt es kein Dach über dem Kopf, keinen Arzt, kein Einkaufszentrum – und doch wollte ich es, das große Abenteuer.

Stunden später: Müde und etwas verwirrt sitzen wir am Lagerfeuer. Die dringenden Arbeiten sind erledigt, die wichtigsten Bauten unseres Lagers stehen: das Foodlager, ein mindestens drei Meter hoher Turm, auf dem wir die Nahrung bärensicher aufbewahren können, das WC-Loch, der Holzvorrat, die Zelte – unser erstes Zuhause im Busch ist eingerichtet.

Zum Lager: Im Idealfall sollte ein Lager nahe am Wasser aufschlagen werden und in der Umgebung reichlich Holz vorhanden sein. Die Plätze für alle Tätigkeiten wählt man so, daß sie einander nicht stören und den Lebens- und Kochbereich nicht verschmutzen. Man bestimmt eine Stelle am Wasser, von der ausschließlich das Trinkwasser entnommen wird. Weiter flußabwärts bestimmt man dann Stellen, wo man

sich wäscht, Kochgeräte reinigt, Kleider wäscht, Fische ausnimmt etc. Die Feuerstelle, der Mittelpunkt des Lagers, ist Treffpunkt, Wärme- und Lebensquelle und zugleich Abfallvernichter und muß immer sauber gehalten werden. Das wichtigste an der Lagereinrichtung ist, daß die Zelte einen Abstand vom restlichen Lager haben. Überraschenden nächtlichen Bärenbesuch vermeidet man mit Fernhalten jeglicher Duftstoffe aus dem Zelt, wie z.B. Kosmetika, Lebensmittel, Kleider, die nach Fisch riechen, etc.

Auch in bezug auf die Nahrung lohnt es sich, Mühe und Zeit zu investieren, um einen guten Lagerplatz zu finden. Gibt es in der Umgebung Beeren, Flechten, Pilze, Fische, Kleinwild? Lassen sich Tierspuren finden von Wildwechsel oder Kot?

Unser Verhalten in der Wildnis richten wir generell nach der Einsicht, daß der Mensch hier der Eindringling ist, der sich anpassen und einfügen muß – zu seinem eigenen Schutz und zum Schutze der Natur. Hier lassen wir uns von dem alten Indianerspruchwort leiten: »Laß nichts zurück als deine Fußspuren, und nimm nichts mit als deine Erinnerungen.«

Aus! Das Element Wasser hat gesiegt, unser Feuer ist erloschen! Eng zusammengedrängt stehen wir unter der schützenden Plache und schauen in den strömenden Regen hinaus mit ernsten, nachdenklichen und zum Teil skeptischen Gesichtern. Ob wohl die Zelte dicht sind? Es ist empfindlich kühl, alles ist tropfnaß. Das Feuer muß wieder her. Plötzlich ist allen klar:

Feuer ist überlebenswichtig! Es bietet Wärme, Schutz und Licht, bringt Wasser zum Kochen, hilft, Nahrung zu konservieren, und eignet sich dazu, Signale abzugeben.

Wie alle andern entferne ich von kleinen Ästen die nasse Rinde und schneide feine Späne. In Gedanken höre ich unseren Ausbilder Jörg sagen: »Tragt immer in einem absolut wasserdichten Plastiksack trockene Birkenrinde als Zunder und Zündhölzer mit euch!« Jetzt sehe ich uns das Feueranzünden üben mit Magnesiumstab und Taschenmesser. Es genügt nicht, die Methoden zu kennen; man muß sie auch beherrschen. Bilder steigen in mir auf, Bilder vom Feuer, wie es lodert und brennt, uns Wärme und Licht spendet, uns die Kleider trocknet und unser Essen kocht. Ich sehe unsere Gesichter vom flackernden Feuerschein erhellt, versunken in sich oder in Gespräche. Der Film »ATRA – Am Anfang war das Feuer« fällt mir ein, und plötzlich kann ich einfach so nachempfinden, warum Menschen der Urzeit das Feuer schützten wie ihr Leben und was die Erfindung des Feuermachens bedeutete.

Unsere Feuerrituale als wichtiger Bestandteil der Ausbildung tauchen auf, wie wir der Natur und ihren Kräften danken und um Unterstützung und Schutz bitten. Feuer, Wasser, Erde, Luft – die vier Elemente, die vier Himmelsrichtungen, alles fügt sich auf einmal zusammen, ist direkt erlebbar, macht Sinn auch auf einer tieferen Ebene: Die Lebensphilosophie der Indianer, sich als Teil der Natur zu verstehen, Pflanzen und Tiere als Brüder und Schwestern zu bezeichnen, die berühmte Rede des Häuptlings Seattle, in der er fragt: »Wie kann man den Himmel verkaufen oder kaufen oder die Wärme der Erde? Wenn wir die Frische der Luft und das Glitzern des Wassers nicht besitzen – wie könnt ihr es von uns kaufen?« All das ist plötzlich da: in mir, um mich!

Iiuh, nein! Ein Platsch Regenwasser läuft mir den Nacken runter und holt mich in die Gegenwart zurück! Fertig – es geht wieder darum, Feuer zu machen, zu kochen – der Magen knurrt. Die Realität hat mich wieder, und es wartet keine warme, gemütliche Stube dort gleich um die nächste Ecke. Unser Outdoor-Abenteuer dauert noch etwas,

und zwar draußen und bei jedem Wetter. Eigenschaften wie aushalten, anpacken, sich gegenseitig unterstützen und helfen sind gefragt, und trotzdem: Genau dieses Nebeneinander von alltäglich Konkretem und Spirituellem fasziniert mich und entspricht einem Teil meiner innersten Seele.

Wieder unterwegs! Vor mir auf dem Rucksack zur Kanuspitze hin ausgerichtet liegen Karte und Kompaß. Von hinten tönt fragend Marcells Stimme: »Weißt du, wo wir sind?« Ehrlich gesagt, nicht so ganz genau. So einfach ist das mit der Orientierung gar nicht. Ist das da drüben nun die kleine Insel oder die dahinter liegende größere oder bereits das Festland? »Achte auf den Horizont, die Höhe der Bäume, die Flußwindungen, die Distanzen...!« Am Anfang ist mir das neben der Kanutechnik alles ein wenig (zu) viel. Doch ich mache Fortschritte und freue mich darüber. Marcel, mein Steuermann, ein geübter Rafter, gibt klare Anweisungen. Ich komme weiter, nicht nur kilometermäßig. Als wir die Bootsmannschaften neu zusammensetzen, werde ich zur stolzen Steuerfrau, und Silvana und ich wachsen im einzigen Frauenboot bald zu einem guten Team zusammen.

«Hörst du das Rauschen da vorne? Aufgepaßt!« Sicher kurven wir durch die schnellere Strömung – beinahe – ein Ruck geht durch das Kanu, und wir sitzen fest. Wie die Lorelei sitzen wir nun da und versuchen, mit allen möglichen Ränken wieder loszukommen – wenn möglich, ohne auszusteigen (das Wasser ist hier brusttief) oder ohne zu kentern. Noch ein Ruck und noch ein Ruck – endlich geschafft! Strahlend und verschwitzt, sonst aber trocken, fahren wir weiter.

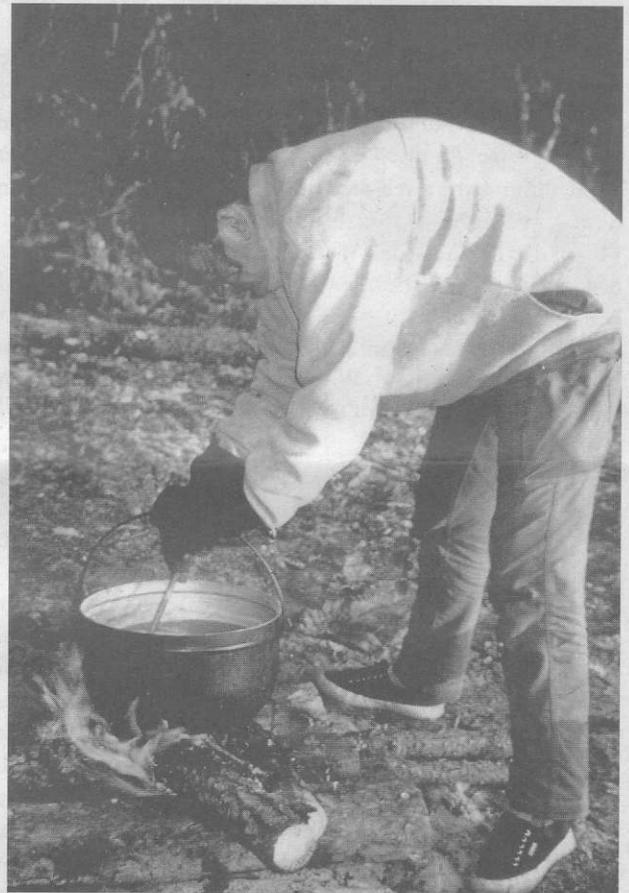
Nicht alle Strecken können gefahren werden. Dann heißt es ausladen und alles tragen, auch die Boote. In der Fachsprache heißt das dann Portagen, in der Praxis heißt das: sich anstrengen. Das gefällt mir sehr, das Unterwegssein. Immer weiter paddeln auf Bächen, Flüssen und Seen, zu Fuß vorankommen auf Portagen, unser Lager immer wieder an einem neuen Ort aufschlagen, mal die ganze Gruppe, mal in kleineren Gruppen, auf Expeditionen gehen, erforschen, sich ausprobieren... das ist so ein anderes Leben als der Schweizer Alltag!

Aber ist das wirklich so anders als zu Hause? Nahrung suchen – essen, Lager – Dach über dem Kopf, reisen – vorwärtskommen, das Ziel erreichen. Die Parallelen sind offensichtlich. Doch der Lebensstil ist hier einfacher, scheint karger und ist für mich dadurch reicher. Viele Ablenkungen fallen weg, Wichtiges läßt sich müheloser von Unwichtigem unterscheiden. Unsere Masken fallen, unser Handeln, Können und Wissen wird auf elementare Weise wichtig, Schummeln und »So-tun-als-ob« ist nicht mehr möglich, sofort ersichtlich, wenig sinnvoll, ja kann sogar gefährlich sein. Der einzelne ist für die Gruppe und die Gruppe für den einzelnen wichtig. Mir und den andern werden meine Stärken und Schwächen bewußt, wo kann ich helfen, anpacken, wo brauche ich Unterstützung? Welche Rolle habe ich in der Gruppe, und wie verändert sie sich? Alte bekannte Muster wiederholen sich, neue Verhalten werden ausprobiert. Die Reise geschieht nicht nur im Außen, sondern auch innen. Baumstämme im Fluß – innere Barrieren und Grenzen: beidem muß ich mich stellen. Vielleicht heißt die Lösung »überwinden«, vielleicht »akzeptieren«. Wahrnehmung, Einschätzung, Anerkennung und Respekt sind wichtige Begleiter dieser Reise. Wieviel von alledem werde ich mit nach Hause nehmen?

In unseren abendlichen Runden, den Gruppengesprächen, gibt es viel zu reflektieren. Die Einzelgespräche, die unser Leitungsteam Monika und Jörg mit uns machen, helfen dem einzelnen, sich zurechtzufinden, den persönlichen Prozeß zu verstehen.

Wer erlebnispädagogisch arbeiten will, z.B. Jugendliche an ihre Grenzen, zu neuen Erlebnissen führen, muß sich selber in Grenzsituationen erfahren haben. Ich weiß, wovon unsere Leiter sprechen. Ein Jahr zuvor war ich mit

Monika und Jörg im Rahmen eines Therapieprogramms mit neun Jugendlichen ein halbes Jahr unterwegs, davon drei Monate unter gleichen Bedingungen im kanadischen Busch. Die deutlichen Parallelen zwischen unserer Ausbildungsgruppe und den Jugendlichen des Therapieprogramms erstaunen mich, die Themen bleiben die gleichen: Umgang mit Hunger, Durst und fehlenden Konsumgütern (Entzug), Konfrontation mit sich selber und der Gruppe, Umgang mit Angst, Gefahr, Stress, Alleinsein, die Herausforderung, täglich neuen Situationen, dem Wetter, Nässe, Kälte, der Natur, den Tieren



*Es spendet Wärme, Licht, Schutz und bringt das Wasser zum Kochen: das Feuer.*

ausgesetzt zu sein, sich orientieren im Außen und Innen. Im Unterschied zu den Jugendlichen fällt uns Ausdauer und Konzentration einfacher, unsere Frustrationstoleranz ist höher, wir schöpfen Kraft aus der Schönheit der Natur und verfügen aufgrund unserer Lebenserfahrung über mehr inneren Boden und Standhaftigkeit. Wieweit sich in unserer Gruppe jedoch individuelle oder gruppale Themen bei längerem Aufenthalt verschärft oder aufgelöst hätten, ist schwer abzuschätzen. In

dieser Ausbildungsgruppe wurde mir deutlich, was für eine Leistung jugendliche TeilnehmerInnen eines solchen Projektes erbringen.

Die größte Herausforderung steht uns noch bevor: der »Single«, eine Art Initiation – drei Nächte allein im Busch! Dazu nehmen wir wenig Material mit: Schlafsack, Matte, eine kleine Plache, Schnur, Taschenmesser, Eßgeschirr, 300 Gramm Korn pro Tag (wie immer) und persönliche Kleidung.

Jörg und Monika setzen uns aus. Ich erhalte einen wunderschönen Platz. Schnell erkunde ich ihn und entscheide: hier essen – dort schlafen. Sofort fange ich mit dem Bau meines Unterschlupfes, meines Shelters an. Ich arbeite konzentriert und schnell – die ganze vorige Nacht hat es geregnet, und da sind schon wieder Wolken am Himmel. Ich weiß, ich werde mich erst sicher und wohlfühlen, wenn ich mein Dach über dem Kopf habe. Baumstämme, Äste, Moos, die Plache – das Wetter hält, ich bin ganz im Baufieber. Am späten Nachmittag stehe ich stolz, mit Blasen an den Händen, schmutzig und verschwitzt vor meinem Werk, meinem Zuhause. Von diesem Ort aus nehme ich nun gelassen Besitz von meinem Revier. Nach dem Abendessen sitze ich noch lange am Feuer, schreibe Tagebuch und betrachte den Sternenhimmel. Nach Mitternacht krieche ich in meinen Shelter. Trotz der vielen Geräusche – das war das Platschen eines Bibers, das war..., das ist... – schlafe ich bald ein.

Da! Ein Knacken – ich bin hellwach, es ist Morgen, die Sonne scheint. Mein Herz schlägt wie wild. Weg ist die Gelassenheit, mein ganzer Körper ist in Alarmbereitschaft. Was war das? Wieder ein Knacken – ein großes Tier – ein Schnüffeln ganz nah an meinem Shelter ein Bär? Ich greife zu Tasse und Löffel und veranstalte einen Riesenlärm. Dann erstarre ich – ist es weg? Nein! Ein erneutes, näheres Knacken und Schnüffeln. Ich lärme und schreie, dann verharre ich. Nach mir endlos erscheinender Zeit wage ich mich zögernd aus meinem Bau. Nichts, ein unschuldiger, sonniger Morgen. Hat mir meine Phantasie einen Streich gespielt? Aufmerksam gehe ich zu meinem Eßplatz.

Also doch: ein Schwarzbär! Auf der Suche nach Nahrung hat er meinen Lagerplatz ziemlich verwüstet. Beeindruckt stehe ich vor den Spuren seiner

Krallen, der Schreck fährt mir in die Glieder. Hinsetzen, eine Beruhigungsgarette rauchen und überlegen: Bärenunfälle sind selten, Schwarzbären greifen nicht einfach an, wichtig ist: Disziplin mit Eßwaren, respektieren ihrer Reviere und Wildwechsel sowie im Notfall: Rückzug!

Zurück aus dem »Single« gibt es viel zu erzählen und auszutauschen. Es ist schön, die anderen wiederzusehen, die Sicherheit der Gruppe zu haben. Alle sind stolz – das war echt ein Erlebnis! Viel Zeit bleibt uns nicht mehr. Die Reise aus dem Busch beginnt. Der Fluß bietet viele anspruchsvolle Wildwasserstellen. Wir fahren nun lockerer und genießen die wilde Flußlandschaft. Es ist Anfang September, der Herbst beginnt. Der »Indian Summer« mit seinem wunderschönen farbigen Wald, den kalten Nächten und kühlen, nebligen Morgen hat Einzug gehalten.

Der letzte Abend. In einer »cabin« haben wir eine Flasche Rotwein gekauft. Wir lassen sie in der andächtigen Runde kreisen. Morgen also ist es soweit. Will ich wirklich raus? Wieder geht es mir zu schnell. Wehmütig stellen wir drei Frauen uns noch einmal vor den Mond und singen – nach vier Wochen gut aufeinander eingestimmt – »Der Mond ist aufgegangen«. Die Nacht ist kalt. Ich schlüpfe gleich mit den Kleidern in den Schlafsack.

Am nächsten Morgen liegt feiner, leichter Nebel über dem Fluß. Wir paddeln mit Handschuhen an den Händen. Zunehmender Lärm der Zivilisation trifft auf unsere empfindlich gewordenen Ohren. Einige rümpfen die Nase: Abgase! Wir legen beim Ausgangspunkt, bei der Flugbasis an. Die Leute freuen sich, uns heil und ganz wiederzusehen. Ja, alles ist gut gegangen.

Die Zivilisation hat mich wieder. Der Wechsel geht schnell, meine Seele ist langsamer. Auspacken, umpacken, duschen... Zum Glück habe ich noch Ferien!

Einige Tage später. Ein neues, anderes Kanada zeigt sich mir – touristisch erschlossen bis ins letzte Detail. Der Boden unter meinen Füßen wird wackelig. Ich brauche noch etwas Ruhe, muß die Ausbildung, die Buschzeit für mich abschließen. Was haben mir diese vier Wochen gebracht? Ich konnte in Ruhe stressfrei lernen und erfahren. Das war für mich letztes Jahr während meiner

Mitarbeit im Projekt mit Jugendlichen nicht möglich. Ich war damals an der Leitung beteiligt und lernte dabei viel über deren Anforderungen und Belastungen. Die beiden Buschaufenthalte fügen sich jetzt wie Puzzlesteine zu einem Ganzen zusammen. Für meine heutige Arbeit in der Anschlußphase eines erlebnispädagogischen Projekts bringt es mir die Erfahrung und das Wissen, welche Prozesse in der Erlebnisphase möglich sind. Ich kann wesentlich bei der Transferarbeit mithelfen. Die Ausbildung hat mir Wissen, Können und Sicherheit gegeben, um eigenständig erlebnispädagogische Projekte zu leiten.

Mir persönlich haben die beiden Wildnisaufenthalte Tore zu neuen Welten geöffnet. Und ich verstehe heute C.G. Jung, wenn er sagt: »Erst wenn wir unsere Wildnisseele gefunden haben, finden wir inneren Frieden und Erfüllung!« Mein Selbstvertrauen, meine Verbindung zu Erde und Natur und mein Vertrauen ins Leben und die Existenz wurden durch all diese Erfahrungen gestärkt, und ich nehme sie als Geschenk mit in den Alltag.

---

#### *Informationen zum organisatorischen und pädagogischen Hintergrund; Zielgruppe*

Die Ausbildung richtete sich an Fachleute aus dem Bereich Sucht, Therapie, Schul- und Erziehungswesen mit Lust am Lernen. Die Gruppengröße war beschränkt auf höchstens zehn TeilnehmerInnen.

Unsere Gruppe bestand aus sieben Personen: drei Frauen und vier Männern – SozialarbeiterInnen und -pädagogInnen, ein soziokultureller Animator, eine Kindergärtnerin, ein Pfarrer. Alle waren entweder in der Sucht- und/oder Jugendarbeit tätig. Bei allen TeilnehmerInnen war sowohl der berufliche wie der persönliche Aspekt (Selbsterfahrung) Motivation für diese Ausbildung.

Der Ausbildung liegt folgendes Verständnis der Erlebnispädagogik zugrunde: Die Natur und das Erlebnis dienen der Beziehungsarbeit. Das Erleben in der Natur erleichtert – und ermöglicht oft erst – die pädagogische und therapeutische Intervention und schafft so die Voraussetzung, daß eine

markante Veränderung gemacht werden kann. Innerhalb dieses Prozesses kommt der leitenden Person eine zentrale Bedeutung zu; das Projekt kann nur so wirksam sein, wie die persönliche Haltung und die pädagogische und therapeutische Arbeit des Leitungsteams es ermöglichen.

### Ziel der Ausbildung

Ziel dieses Ausbildungskurses ist es, über die eigene konkrete Erfahrung mit der Natur und die Auseinandersetzung mit anderen Menschen lernen, was der erlebnispädagogische Ansatz bieten kann und wo die persönlichen Fähigkeiten und Grenzen liegen. Die TeilnehmerInnen sollten nach der Ausbildung fähig sein, ein eigenes Projekt zu planen, zu organisieren und durchzuführen.

### Mittel und Methoden

■ Inhalt: »Selbsterfahrung«

Wer Jugendliche zu neuen Erlebnissen führen will, muß sich selber in Grenzsituationen erfahren haben.

Grenzerfahrung: körperliche Anstrengung; psychische Belastungen wie Gefahren, Stress, Angst, Alleinsein; existentielles Erleben von Nässe, Kälte, Hunger, Durst...

Soziale Erfahrungen: Zusammenleben in verschiedenen und wechselnden Gruppenzusammensetzungen; Wahrnehmung von Rollen, Konfliktlösungen. Gruppendynamik: Teamfähigkeit, Rollenverhalten, Führen/Geführtwerden, Einfühlungsvermögen, Autorität, Beziehungsfähigkeit, Abgrenzung, Gruppensituation und -wirkung.

■ Inhalt: Wildnis

Kennenlernen eines neuen Gebietes und das Befahren eines unbekanntes Flusses; elementares Leben in der Wildnis mit einfachsten Mitteln und karger Nahrung; das Erleben von Stress-Situationen und körperlicher Anstrengung; das tägliche Lernen und Reflektieren

■ Inhalt: Wildnisspezifische Techniken (Hard skills)

Umgang mit Karte und Kompaß, natürliche und künstliche Orientierungshilfen  
Unterwegs: Kanufahren, Flussbefahrung mit diversen Schwierigkeitsgraden, Gefahren

Lagerbau: Lebensmittellager, Stege, Organisation des Lagers, Hygiene, Bau von Feuerstellen, Werkzeug, etc.

Nahrung: allgemeine Ernährungslehre, Wilderness Cooking, sammeln und konservieren, eßbare Pflanzen und Pilze, Fallenstellen, Fischen, Brotbacken, Räucherofenbau, Getreide und Zubereitung, Menueplan, Einkaufsplan

Medizin: Notfalldispositiv, Prophylaxe, Erste Hilfe, Medikamente

Notmaßnahmen: Shelterbau, Notunterkunft, Rettung, Notsignale, Bären, Funkgerät, Waldbrand, Verirren, Stress

■ Inhalt: Theorie/Reflexion

Reflexion: tägliche Reflexion in Gruppensitzungen, Einzelgespräche, gruppendynamische Spiele

Konzeptentwicklung und Organisation

Aufgaben der Leitung

Auseinandersetzung mit der Erlebnispädagogik

### Leitung der Ausbildung

Geleitet haben diesen Ausbildungskurs »Erlebnispädagogik« die Sozialarbeiterin und Astrologin Monika Flückiger (Bern) und der Heilpädagoge Jörg Eichhorn (Basel). Beide haben große Erfahrung in der Durchführung erlebnispädagogischer Projekte (BIG TRAIL, TECTONA, TREK). Seit Jahren verbringen sie den Sommer in der Wildnis, leiten Reisen und führen Kurse durch. Öfter sind sie dort auch monatelang mit Jugendlichen unterwegs. (Viele dürften sich noch an die eindrücklichen 10 vor 10-Sendungen des Schweizer Fernsehen DRS vor wenigen Jahren erinnern. Damals wurde über das von ihnen geleitete Wildnisprojekt TREK

berichtet.) Der Ausbildungskurs »Erlebnispädagogik« vermittelt sog. »hard skills« (Techniken), »soft skills« (prozeßorientiertes Arbeiten) sowie Theorie und Methodik und bietet Gelegenheit zur Selbsterfahrung in Grenzsituationen.

Unterlagen über die Ausbildung und andere Spezialreisen erhalten Sie bei: Jörg Eichhorn, Riehenstr. 129, Postfach, 4021 Basel, Tel.: +41 61 /6 92 12 80, Fax: +41 61 /6 92 49 55

### Autorin

Barbara Kilchenmann, 43, ist Lehrerin und Sozialarbeiterin. Ihre Anschrift: Breitenrainplatz 26, Ch-3014 Bern, Schweiz

## Frontalunterricht

Mit der Moderations-Methode – Schule neu erleben. Probierset kostenlos. Institut Neuland Postfach 11 80 36121 Eichenzell Tel. (06659) 88-21 Fax 88-29



in der

Klemme