

erleben und lernen

Internationale Zeitschrift für handlungsorientiertes Lernen

5/2017

## Head kommt noch Subhead kommt noch



- Selbstbilder und Fremdbilder
- Wer sind wir, und wenn ja: Wie viele?
- Salem revisited
- Handlungs- und Reflexionspädagogik
- Das Selbstbild von Erlebnispädagog\*innen aus Verbandssicht



# 24 Stunden draußen

## Ein wildnis- und erlebnispädagogisches Projekt zum Thema Suchtprävention

von Christiane Müller

Es ist Ende Juli, die Ferien stehen kurz bevor, und die Oberstufenschüler der Waldorfschule Rosenheim befinden sich mitten in dem Thema Sucht und Suchtprävention innerhalb der Oberstufentage. Hierzu wurden viele Vorträge und Projekte gestaltet. Einige Schüler sind auf den Zusammenhang zwischen Natur und Suchtprävention gestoßen und haben beschlossen, einen Selbstversuch zu starten mit der Frage: „Was macht es mit uns, 24 Stunden draußen zu verbringen?“ Der Lehrer, Herr B., der von meiner Arbeit als Wildnis- und Erlebnispädagogin auch im Bezug auf Suchtprävention gehört hatte, holte mich ins Boot.

### Vorüberlegungen

Meiner Erfahrung nach ist es so, dass unser alltags-getrimmter Geist erst mal sehr damit beschäftigt ist, in der Natur anzukommen, denn diese ist für die meisten von uns eine nicht alltägliche Umgebung. Viele Menschen und eben auch Kinder und Jugendliche sind es gewohnt einem permanenten Programm zu folgen und Verpflichtungen zu erfüllen. Die Erholungsräume werden schnell mit Aktivitäten gefüllt: Freunde treffen, Medienkonsum, Sportprogramm, Hobbys, Kino, Alkohol. Nichts tun, den Vögeln lauschen oder die Wolken beobachten, stehen selten auf der Agenda. Aber genau das ist die Herausforderung. Was passiert, wenn wir keinen Plan haben? Wer sind wir, wenn wir nichts zu erfüllen haben? Auf was richten wir unsere Aufmerksamkeit, wenn wir keinen künstlichen Reizen ausgesetzt sind? Und was motiviert uns, wenn uns niemand sagt was zu tun ist? Wichtig ist bei unserer Unternehmung, die Grundbedürfnisse der Teilnehmer\_innen zu sichern. Auch ist unser Unternehmen kein Überlebenstraining.

### Der Tag des Geschehens

Am Morgen begegnen wir uns das erste Mal alle in der Schule, von dort aus soll es losgehen. Neun jugendliche Schüler im Alter von 16 Jahren stehen in der Aula inmitten des Trubels der Oberstufentage und sehen sehr unschlüssig aus. Die Ju-

gendlichen merken, dass ihr Unternehmen eine Herausforderung darstellt und nicht so berechenbar ist wie ein Projekt im Klassenzimmer.

Glücklicherweise befindet sich die Schule nicht weit weg von den nächsten Bergen, und dort gibt es einen genehmigten Platz, der für unsere Zwecke alle Voraussetzungen erfüllt. Am Parkplatz angekommen, wird gleich ausgeladen und alles in den Wald transportiert. Schon jetzt ist spürbar, wie die Natur auf uns wirkt.

Es dauert nicht lange und alle suchen sich einen Platz um die noch kalte Lagerfeuerstelle, um zu besprechen, was jetzt laufen soll. Der „Anführer“ der Truppe ruft: „Jetzt holen wir erst mal noch 'nen Kasten Bier“ und alle stimmen seinem Vorschlag zu. Das ist es, was so üblich ist, wer kennt das nicht? Eine gesellige Runde in der Freizeit wird schnell mit Alkohol in Verbindung gebracht. „Heute probieren wir das mal anders.“ ist, was ich den Jugendlichen erwidere. Der Widerstand ist deutlich zu spüren, aber fürs erste ist das Thema beendet.

### Der wilde Wald und die Musik verbinden

Ich hole den Redestein raus und erkläre seine Funktion: Der Stein macht die Runde und derjenige, der ihn hat, kann sprechen. Alle anderen hören aufmerksam zu. Das Schöne daran ist, dass diejenigen, die sonst so oft das Wort haben, auch mal denen zuhören, die sonst eher selten

sprechen. Und so niemand redet dazwischen. Also gibt es keinen Grund, um Aufmerksamkeit zu ringen. So erfahre ich die Namen der Jugendlichen und was sie gerade bewegt. Jetzt ist Gemeinschaft spürbar. Spontan fällt mir ein Lied ein: „Fly like an eagle“. Es ist durch das call-and-response (Vor- und Nachsingen) ganz leicht zum Mitsingen.

### Zwischengedanken dazu

Wie wunderbar Musik eine Gruppe belebt und wie viel Freude durch das gemeinsame Singen entsteht, beeindruckt mich immer wieder! So unscheinbar die Musik in unserem Unternehmen sein mag, ist sie doch eine tragende Säule. Sobald die Gruppe unruhig oder zerfahren wird, fange ich an zu singen, und meist finden alle schnell wieder zusammen. Es ist ganz egal ob wir gerade gemeinsam am Feuer sitzen oder uns beim Holz sammeln gegenseitig zusingen. Die Musik wird einfach in das Geschehen integriert. Man sollte nicht unterschätzen wie viel sich in den Jugendlichen bewegt in dieser Umgebung. Nie hat einer von ihnen im Wald übernachtet und ausnahmslos sind es alle gewohnt, immer erreichbar zu sein, eingebunden im sozialen Netz mit Handys und Computer unter dem Druck der Rivalität und der Zugehörigkeit. Hier draußen ist es anders. Stille, Bachrauschen, Feuerknistern. Die Masken, die im Schulfeld so wichtig sind, fallen nach und nach ab und die Jugendlichen lernen sich gegenseitig kennen und werden auch immer offener, sich selbst zu begegnen. Die Musik spielt dabei eine wichtige Rolle, da sie die Möglichkeit eröffnet, sich in den Klängen zu begegnen und die Gruppe zu erleben, ohne sich darstellen zu müssen.

Mittlerweile haben sich am Himmel Regenwolken gebildet. Es ist nun die Aufgabe der Jugendlichen, mit Planen und Seilen ein Dach zu bauen. Es dauert eine ganze Weile, bis alle Planen regensicher hängen und genügend Feuerholz für die Nacht gesucht und gesägt wurde. Das Ergebnis sorgt für Zufriedenheit. Jetzt ist Zeit zu schauen, was entsteht. Die Jungs sind im Wald und am Wasser unterwegs, einige Mädchen chillen unter der Plane. Es wird geschnitzt „und ich habe Gelegenheit, mich mit den einzelnen Jugendlichen zu unterhalten.“



So ein Glück, dass es hier oben weit und breit kein Handynetz gibt, denn spätestens jetzt wäre die gewohnte Handlung aufs Handy zu schauen. Ich unterhalte mich mit zwei Jugendlichen und Herrn B. über unsere Wahrnehmung und die Sinne. Welchen Sinn benutzen wir am meisten? Wie selten registrieren wir die Gerüche um uns herum! Was hören wir gerade, und können wir Entfernungen durch Geräusche abschätzen? Die Neugierde wächst. In meiner Materialkiste habe ich Augenbinden und ein paar Jugendliche haben Lust auf ein Experiment. Sie verbinden sich die Augen, dann schlage ich 20 Meter entfernt mit einem Stock an einen Baum. Dem Geräusch folgend, können sie mich also finden. Der erste Versuch klappt gut, also nochmal.

Diesmal ist es schwieriger. Ein steiler Hang, dichtes Unterholz und das Bachrauschen machen es nicht einfach dem Klopfen zu folgen. In der Runde besprechen wir die Erlebnisse. Alle sind erstaunt, wie schnell die anderen Sinne den Sehsinn ersetzen und wie schön es ist, bewusst zu riechen, zu hören und zu spüren.



### Das Feuer in der Mitte

Da der Hunger nicht mehr weit ist und die Gruppe haufenweise Würstchen eingekauft hat, brauchen wir auf jeden Fall bald ein Feuer. So setze ich mich an die Feuerstelle, spiele etwas mit meinem Feuerstein herum, schlage mit dem Eisen ein paar Funken und schon ist das Interesse entzündet. Einer erzählt mir gleich davon,

### Einige Wortmeldungen:

**Mutiger Hase:** „Ich finde hier in der Natur kommt man voll von diesem Alltagsstress runter. Einfach mal nur das Leben leben! Was ich mitnehme ist, dass ich einfach mal öfter in die Natur gehen werde.“

**Mama Igel:** „Man hat hier 'ne ganz andere Stimmung in sich, der Wald hat eine besondere Atmosphäre und man ist mehr mit sich selbst beschäftigt und nicht immer mit dem Außen.“

**Das Wiesel:** „Eines habe ich verstanden: Wenn wir eine Kiste Bier gehabt hätten, wäre das alles nie passiert.“

dass er schon mal selber Feuer gemacht hat und möchte mir mein Werkzeug am liebsten aus der Hand nehmen. „Wie genau hast du das damals gemacht? Welche Materialien hast du verwendet? Wie hast du Funken erzeugt?“ Das sind die Fragen die aufkommen. Andere Methoden werden diskutiert, z. B. zwei Stöcke aneinander reiben, oder nein, doch eher auf einem Holz am Boden drehen, oder war es auf einem Stein? Diese Art des Fragens und Lernens ist eine Methode, die sich bei den Wildnispädagogen „Coyoteteaching“ nennt. Dabei wird ganz „nebenbei“ die Aufmerksamkeit auf die Sache gelenkt, die mit einer notwendigen Aufgabe in Verbindung steht. Durch gezielte Fragestellungen wird das Interesse vertieft. Die Fragen werden mit ehrlichem Interesse und auf Augenhöhe gestellt. Fragen sind die Aufforderung dazu, genau zu werden und die Neugierde dadurch zu schüren.

Es ist mühsam, ein Feuer auf diese Art und Weise zu entzünden. Es dauert eine ganze Weile und hier und da wird die Frustrationsgrenze deutlich. Ich stimme das Lied „Firechild sing“ an und bald besingen ein paar der Jugendlichen ihr kleines Zundernest. Es bleibt anstrengend, aber der Hunger auf Würstchen treibt

uns voran bis alle es geschafft haben. Das Feuer brennt, die Würstchen brutzeln, die Augen leuchten, das Essen über dem eigenen Feuer schmeckt fantastisch!

Zum Schluss brennt ein großes Feuer in unserer Mitte. Ich stimme nochmals unsere beiden Lieder an und alle steigen ins Singen mit ein. Danach geben sich die Jugendlichen gegenseitig Tiernamen wie „zarter Marienkäfer“ und „mutiger Hase“. Mich beeindruckt, wie genau sie sich anschauen um den richtigen Namen zu finden. Und erst als wirklich alle einen passenden Namen haben löst sich die Runde auf und wir schlüpfen in unsere Schafsäcke.

### Abschluss

Am Morgen gilt es nicht viel Zeit zu verlieren, da wir pünktlich um 9 Uhr an der Schule sein müssen. Eine Katzenwäsche im Bach, lauwarmen Kaffee aus der Thermoskanne und ein kleines Brezenfrühstück in der Runde. Dann wird alles wieder zusammengepackt, natürlich ohne Spuren zu hinterlassen.

Es ist beeindruckend, wie die Gruppe in der kurzen Zeit zusammengewachsen ist und jeder ganz selbstverständlich seinen Beitrag leistet. „Wir sind ein Team“ – das ist nun spürbar. Auch Herr B. ist angetan von den Jugendlichen und freut sich über den Zusammenhalt. Mir ist nun wichtig, nochmal den Redestein in die Runde zu geben mit den Fragen: „Was nimmt jeder mit? Was habt ihr gelernt?“ Und die wichtigste Frage: „Warum glaubt ihr, hat die Natur einen Einfluss auf das Suchtverhalten?“ Mit diesen Fragen beschließen wir unser Experiment und die Antworten sind so, dass der Lehrer und ich mit Tränen in den Augen dasitzen und tief gerührt sind. Hauptsächlich haben die Jugendlichen erfahren, wie entspannend die natürliche Umgebung für sie ist. Keiner hat sein Handy groß vermisst, und die innere Ruhe ist bei jedem angekommen.

### Autor

*Christiane Müller*, Jahrgang 1980, Erzieherin, Erlebnispädagogin (Patermann und Geringer), Wildnispädagogin (Wildnisschule Chiemgau, Dirk Schröder), Gründung und Leitung der Wildnisschule Wildnuss.

Kontakt: [raumwandler@googlemail.com](mailto:raumwandler@googlemail.com), [www.wildnuss.de](http://www.wildnuss.de)

