

## Erlebnispädagogik - Fels

### Qualifikationen der ausführenden Pädagogen

Im Bereich des Klettersports orientieren wir uns an den Sicherheitsstandards des Deutschen Alpenvereins (DAV). Die Mitarbeiter verfügen über Qualifikationen im Toprope- und Vorstiegsklettern, sowie dem Begehen von Klettersteigen und Höhlen. Alle Mitarbeiter bringen langjährige Erfahrungen in den jeweiligen Bereichen mit und legen Wert auf regelmäßige Schulung im Bereich der Sicherheit und Krisenmanagement durch ausgebildete Fachübungsleiter der jeweiligen Fachverbände.

### Zielsetzungen

Das Medium Klettern kann zur Stärkung der sozialen Kompetenzen, durch selbst organisiertes Handeln, welches in der Gruppe und kommunikativ passiert, beitragen. Eine kreative Auseinandersetzung mit anderen und einem beziehungsorientierten Verhalten sind von Bedeutung. Die Entwicklung von neuen individuellen Plänen und Zielen für die Zukunft im Alltag. Klettern findet in einem sicheren Rahmen statt, in dem vielfältige Erfahrungen gesammelt werden können.

Klettern ist ein so genannter Risikosport, welcher jedoch durch den Einsatz von sicheren Materialien und dem richtigen Umgang damit, kalkulierbar wird. Die Situation am Seil hat für die Teilnehmer Ernstcharakter, da sie mit den eigenen Fähigkeiten und Grenzen konfrontiert werden, die es anzunehmen und bestenfalls zu überwinden gilt. Demnach eine unmittelbare Erfahrung des eigenen Körpers und individuellen Wahrnehmungen, die unausweichlich sind. Die Erfahrungen bewegen sich jedoch nicht nur im negativen Bereich, wie z.B. Respekt vor dem Fels und den Anforderungen, sowie der eintretenden Angst, sondern ebenso gut mit positiven Auswirkungen auf Mut, Geschicklichkeit und den eigenen Möglichkeiten.

Wir sehen Klettern unter dem Gesichtspunkt des **>gegenseitigen Vertrauens<** und unter dem **>Teamgedanken<**. Klettern wird somit zu Teamarbeit mit dem Ziel, Verantwortung als Sichernder für den Kletternden zu übernehmen. Kommunikationen untereinander, eingeschlossen der richtigen Kommandos, sind für das Klettern von wichtiger Bedeutung. Das Team soll ein Gefühl für den anderen bekommen und dessen Grenzen erkennen lernen, genauso wie die eigenen. Ein akzeptierender Umgang damit und der gemeinsame Austausch darüber sollen den Teilnehmern neue Erfahrungen, vor allem im Bereich der Selbstwahrnehmung, eröffnen. Die individuelle emotionale Betroffenheit ist in diesem Zusammenhang ausschlaggebend, denn sie bietet die Chance eigene Fähigkeiten besser einschätzen zu können. Die Kraft der Überwindung und das Meistern der Herausforderungen schafft Selbstvertrauen und Selbstsicherheit. Aus der stattfindenden Selbstreflexion, dem Erkennen der eigenen Fähigkeiten und dem Tolerieren der eigenen Grenzen heraus, kann sich Toleranz auch gegenüber den anderen Teilnehmern entwickeln. Die durch das Wissen der eigenen Stärken, Schwächen und Grenzen erworbene Sensibilität macht dies möglich. Vor allem hilfreich in diesen Extremsituationen ist der erlebnispädagogische Ansatz, der keinen Leistungsdruck bzw. Leistungsanspruch an die Teilnehmer stellt. Sie können dadurch mit Spaß sich den Herausforderungen stellen und leichter psychische, physische und motorische Erfahrungen machen. Klettern vermittelt durch seine vielfältigen

Bewegungsabläufe ein ungewohntes Körpergefühl, ermöglicht den Muskelaufbau und erfordert eine Balancefähigkeit (Körperspannung) bei den Teilnehmern. In der Seilschaft liegt die Sicherheit des Kletternden immer in den Händen des Sichernden, und später beim Wechsel auch umgekehrt. Die Teilnehmer müssen sich somit ihrem jeweiligen Seilpartner anvertrauen und in unterschiedlichen Situationen auch die Möglichkeit des „Sich-Fallen-Lassen-Können“ haben. Dies stärkt das gegenseitige Vertrauen und dient somit als Grundlage zwischenmenschlicher Interaktion. Geschwindigkeit hat beim Klettern vorerst nichts zu suchen, da es um die eigene Schnelligkeit und die volle Konzentration auf sich und den Partner, geht. Klettern lädt aber auch zum Wettkampf ein. Das Bezwingen einer schwierigen Route oder das schnellere Begehen dieser, ermöglicht konkurrierendes Verhalten und Wettkämpfe. Dies ist nicht negativ zu sehen, wenn dabei beachtet wird, wer sich mit wem misst und wie viel Wertigkeit dem beigemessen wird. Soziale Kompetenzen zeigen sich hier im persönlichen Ehrgeiz im Wettbewerb mit adäquaten >Gegnern< und die eigene Stärke als Hilfestellung für andere einzusetzen. Hier zeigt sich wiederum die Bedeutung der Teamfähigkeit. Mut, Durchhaltevermögen, Technik, Kraft und Ausdauer auf Seiten des Kletternden und Sensibilität, Verantwortung, Kommunikations- und Motivationsfähigkeit beim Sichernden. Dies verdeutlicht den Teilnehmern, dass sich das Team aus allen Stärken der Teilnehmer zusammensetzt und die individuellen Schwächen durch gegenseitige Hilfe kompensiert werden können. Es bedarf der Abklärung, wer sich bei wem sicher fühlt, d.h. wem vertraue ich mein Leben an. Eine Schwierigkeit hierbei ist es die eigene Unsicherheit in der Gruppe zu formulieren, ohne die Schwäche oder fehlende Kompetenz bei dem Gegenüber zu suchen. Die Notwendigkeit beim Klettern ist es sich immer auf die Gruppe zu beziehen. Die Teilnehmer stehen mit Tipps und Tricks zur Hilfe, helfen somit weiter und dies kann Entlastung in schwierigen Situationen bedeuten. Jeder Teilnehmer kann eigene kreative Ideen einbringen und sein Wissen an passender Stelle zur Verfügung stellen. Lernfeld hierbei ist es eine gemeinschaftliche Problembewältigung in Kooperation mit den Anderen zu entwickeln. Die Schulung der Kommunikationsfähigkeit ist hier unerlässlich, denn zur vereinten Zielerreichung wird die Fähigkeit benötigt, sich seinem Partner/der Gruppe in Stresssituationen mitteilen zu können. Da Klettern ohne Materialien unsicher sein kann, muss man sich vor Aufbruch an den Fels die erforderlichen Materialien zusammenpacken. Hier ist es wichtig nichts zu vergessen, da sonst ein Sicherheitsrisiko besteht. Dies erfordert von den Teilnehmern Umsicht, Organisation und die richtige Vorbereitung.

Dies alles ist uns wichtig, um die Kinder und Jugendlichen in ihrer **Persönlichkeitsentwicklung** und dem Erlernen **neuer Kompetenzen** zu fördern und zu begleiten. Indem das Erlernte in den pädagogischen Alltag übertragen wird, können **negativ-soziale** (wie z.B. individuelle Verhaltensauffälligkeiten) wie auch **psycho-soziale Belastungen** bewusster und – mit Hilfe des begleitenden Gesprächs – allmählich vermindert oder gar aufgelöst werden. **Vielfältigkeit** im eigenen Handeln kann den **Umgang mit Problemen und Konflikten** erleichtern. Die freie Zeit bewusst zu nutzen und dadurch zu erfahren, wie und womit man einen Tag sinnvoll strukturieren kann, kann das Gefühl und die Sicherheit einer **Haltgebenden Regelmäßigkeit** vermitteln.

Ökologische Kompetenzen werden durch direkte Naturerfahrungen vermittelt und in einen unmittelbaren Bezug zum Leben empfunden. Diese Art des Erlebens ist den teilnehmenden Jugendlichen oft fremd. Es stellt einen Kontrast zur bekannten Lebenswelt, welche durch unterschiedliche Medien vermittelt werden, her. Im aktiven und selbständigen Handeln erleben die Teilnehmer die Welt nicht aus >2.Hand<, sondern erleben einen augenblicklichen Zugang zum Lebensraum Fels.

Dominik Weyrauch

Dipl.Soz.Arb.

Verantwortlicher EP-Klettern