

Erlebnispädagogisches Klettern im Freien –

„Affen am St. Joseph Krankenhaus“

D. Schiemann

Es ist bereits dunkel. Nur der Mond und die kleinen Solarlämpchen an der mächtigen Rotbuche auf dem Gelände des St. Joseph Krankenhauses erhellen die Szenerie. Mit Klettergurt und Helm erklimmt Max die riesige, dichte Baumkrone. Unten am Stamm sichern ihn sein Vater und ein Mitarbeiter der KJP, angeleitet vom Erlebnispädagogen.

Seit August 2010 haben mehrere hundert Kinder, Jugendliche, und Erwachsene, zum Teil Eltern, aber auch Mitarbeitende des St. Joseph Krankenhauses, die Rotbuche mit ihrer beeindruckenden Krone erklettert. Inzwischen ist dieser Baum zu einem Ort für ein erlebnispädagogisches Projekt an der Kinder- und Jugendpsychiatrie in Berlin Tempelhof geworden. Die KJP des St. Joseph Krankenhauses in Berlin bietet den Monkeybaum als erlebnispädagogische Methode an.

Definition / Beschreibung: Klettern

Das Klettern lässt sich nicht als Teildisziplin des Bergsports beschreiben. Zu variantenreich zeigt sich der Klettersport in seinen zahlreichen unterschiedlichen Formen wie klassisches Alpinklettern, Sportklettern, alpines Sportklettern, Wettkampfklettern und Bouldern. Auch das Klettern an künstlichen Kletterwänden in Kletter- und Turnhallen fällt darunter (vgl. WINTER 2000, S. 9-11).

Das Sportklettern als die am meisten verbreitete Form des Kletterns besteht in der Bewegung an Fels- oder Kletterwänden, wobei nur die natürlichen Gesteinsstrukturen an der Felswand oder die

vorgesehenen Griffe und Tritte der künstlichen Kletterwand benutzt werden. Aufgabe ist das Durchsteigen einer Klettertour bis zum Ende ohne Sturz ins Seil. Seile, Karabiner, Kletterhelme und Klettergurte dienen als Sicherung und nicht als technische Kletterhilfen bei der Fortbewegung. Gesichert ist der Kletterer stets durch den Sicherungspartner oder ein Sicherungsteam. Mittels diverser technischer Hilfsmittel wird diese Sicherungsaufgabe unternommen.

Beschreibung des Monkeybaums

Im Grunde ist der Monkeybaum nichts anderes als eine mobile Kletterstation. Das System besteht aus kompakten Kunststoffplatten oder „Monkeys“, Spanngurten und Klettergriffen. Die Kunststoffplatten lassen sich mit Hilfe von Spanngurten am Baum befestigen. Das Spannsystem hält die baumschonenden Platten rutschfest am Baum und kann später wieder abgenommen werden. Auf diesen Kunststoffplatten lassen sich verschiedene Klettergriffe montieren (z.B. Tiergriffe), mit denen sich der Baum erklettern lässt.

Idee und Umsetzung

Die Idee zum Monkeybaumprojekt entstand auf dem „Bildungsforum Internationaler Spielmarkt“ in Potsdam 2010. Dort trafen sich an zwei Tagen im Mai viele Akteure der Erlebnispädagogik. Hier entdeckte ich zum ersten Mal den sogenannten Monkeybaum. Dieser wurde bisher vor allem für kurze Aktionen, z.B. Straßenfeste angeboten. Der große Vorteil des Monkeybaumes ist, dass man pädagogisch und therapeutisch im Freien, direkt vor der Haustür, arbeitet. Der Monkeybaum ist im Vergleich zur Kletterwand günstig und schnell montiert. Der geeignete Platz war in meinem Kopf bereits fest verankert. Es sollte die Rotbuche auf dem Gelände unserer Klinik sein, zentral gelegen, groß gewachsen, ein geeigneter Baum. Der Leiter des Pflege- und Erziehungsdienstes und der Chefarzt der Kinder- und Jugendpsychiatrie konnten schnell für das Projekt

gewonnen werden. **Inhalte** sollten sein: Gegenseitiges Kennenlernen – Klettern am Monkeybaum- Erlernen von Seil- und Sicherungstechnik – Übungseinheiten zum Thema „Verantwortung übernehmen, etwas wagen, Umgang mit Ängsten, Grenzen spüren.“

Vom Ursprung der Idee

Die Idee kam Franz J. Müller (Kletterexperte aus Kaiserslautern) im Herbst 2006 bei einer Wanderung auf dem Rheinsteig. Oberhalb des Rheintals stand eine mächtige Buche mit freier Sicht nach allen Richtungen und einem imposanten Tiefblick auf den Rhein. Inspiriert durch seinen Abenteuerdrang und seine Arbeit im erlebnispädagogischen Bereich stellte sich ihm die Frage nach einer Möglichkeit, diesen Baum im Sportkletterstil zu erklettern. Die Idee war geboren und sie hat Franz Müller seitdem gefesselt.

Nach dem Test der ersten Prototypen aus Holz begannen die Detailentwicklung und betriebswirtschaftliche Überlegungen. Franz Müller meldete seine Idee im Januar 2007 als Patent an. Dies wurde inzwischen europaweit erteilt.

Bei Schwedelbach ist seit diesem Jahr der weltweit erste Kletterwald mit Monkeybäumen ausgewiesen. Das Unternehmen „ropeXcourse“ griff die Idee auf und ergänzte es um eine Aufbauanleitung sowie eine Sicherheitsausbildung für Pädagogen, die den Monkeybaum pädagogisch/therapeutisch nutzen wollen. Für weitere Information sei auf folgende Adressen verwiesen:

www.monkeyhardware.com

www.ropeXcourse.de

Erlebnispädagogisches – Monkeybaum Klettern

Besonders Kinder und Jugendliche begeistern sich für das Klettern. Es ist ein optimaler Sport, um sich zu erproben und Selbstvertrauen

zu gewinnen. Das Monkeybaum-Klettern gilt als Abenteuer- und Erlebnissportart. Gerade das „Erleben“ spielt in der heutigen Pädagogik eine gesteigerte Rolle. Dies hängt mit den sozialen und kulturellen Umfeldern zusammen, in denen viele Kinder und Jugendliche aufwachsen. Es fehlen ihnen sehr oft Erlebnisräume. Einige **Fördermöglichkeiten** sollen an dieser Stelle angeführt werden:

Emotional-affektiver Bereich

- ◆ Lernen mit Ängsten umzugehen
- ◆ Erfahren von gegenseitigem Vertrauen und Verantwortung
- ◆ Erfahren von Erfolgen
- ◆ Umgang mit den eigenen mentalen und physischen Grenzen erlernen

Wahrnehmungsbereich

- ◆ Förderung der taktilen Wahrnehmung durch Ertasten von verschiedenen Griffformen und Oberflächen
- ◆ Förderung der Raum-Lage-Wahrnehmung
- ◆ Förderung der kinästhetischen Wahrnehmung (Bewegungsempfinden)
- ◆ Förderung der Selbstwahrnehmung/Entwicklung des Körperschemas

Motorischer Bereich

- ◆ Erhöhung des Muskeltonus
- ◆ Förderung der Hand-Auge-Koordination
- ◆ Förderung der Bewegungskreativität
- ◆ Bewusstmachung von Bewegungen
- ◆ Erlernen von kontrollierten und ruhigen Bewegungen

Sozialer Bereich

- ◆ Kommunikation und Kooperation
- ◆ Verständnis für Fairness

Kognitiver Bereich

- ◆ Förderung von Problemlösungsfertigkeiten
- ◆ Förderung der Konzentration
- ◆ Entwicklung von Handlungskonzepten

Gerade wenn man mit Kindern und Jugendlichen arbeitet, kann es sich als sehr sinnvoll erweisen, den Klettersport auf spielerische Art und Weise zu entdecken. So wird in erster Linie der Erfolgsdruck von den Übenden genommen. Klettern steigert die Motivation (z.B. gibt es kein festes Ziel) und das Engagement beim Lernen, da das Klettern mit konkreten Aufgaben verbunden ist. Zudem gibt es die Möglichkeit, auch die Ängstlicheren oder Unsportlicheren bei entsprechender Einführung bei der Partnerarbeit einzubinden.

Durch das Klettern wird das Bedürfnis geweckt, die eigenen Grenzen immer weiter auszudehnen, Ängste zu besiegen und aus dem vollen Körpererleben ein starkes Selbstwertgefühl zu spüren. Lernen geschieht durch aktive Versuche. In diesem Prozess erarbeiten und konstruieren Menschen Erkenntnisse und eignen sich diese durch Erfahrungen, Fertigkeiten und Wertvorstellungen an.

Im Zeitalter von Hektik, Multimedia und Fast Food müssen Kinder und Jugendliche wieder lernen motorische Fähigkeiten, sowie das Gefühl für den eigenen Körper zu entwickeln. Kreativität, Phantasie, Träume und Neugierde sind Fertigkeiten, die erlernt werden können. Erlebnispädagogik bietet den Kindern und Jugendlichen **Erlebnis- und Erfahrungsräume** an, die sonst in der alltäglichen Pädagogik nicht ausreichend gegeben sind. Dadurch entsteht die Möglichkeit, Selbsterfahrungen zu machen, Handlungskompetenzen zu erlernen und Eigen- und Gruppenverantwortung zu übernehmen. Neben dem berechtigten Wunsch nach „Action“ und „Fun“ erleben die Jugendlichen gemeinsam mit dem Erlebnispädagogen das Gefühl von Zusammenhalt und Gemeinschaft.

Nach meiner fast dreijährigen Arbeit mit dem Monkeybaum und den gesammelten Erfahrungen kann ich konstatieren, dass mit diesem erlebnispädagogischen Angebot bei Kindern und Jugendlichen die Stärkung des Selbstvertrauens, das Vertrauen in andere Personen, die Übernahme von Verantwortung und eine bessere Körper- sowie Umweltwahrnehmung erreicht werden konnten.

Toprope Klettern

Als Toprope Klettern wird das Klettern mit Seilsicherung von oben bezeichnet. Der Monkeybaum wird in dieser Form angewendet. Das Kletterseil ist in einer Umlenkung am Ende der Kletterroute eingehängt. Beide Seilstränge reichen zurück bis zum Boden. Das eine Seilende bindet der Kletternde mittels eines Achterknotens direkt in seinen Klettergurt ein, der andere Seilstrang wird in ein Sicherungsgerät eingelegt. Der Sicherungspartner bedient das Gerät und zieht Seil ein. Das Toprope Klettern gilt als die sicherste Form des Kletterns. Durch das von oben kommende Sicherungsseil kann es zu keinen weiten Stürzen kommen (vgl. KRAUSS/SCHWIERSCH 1996, S. 257-259).

Sicherheit

Bei der Arbeit im erlebnispädagogischen Handlungsfeld hat der Erlebnispädagoge Sorge zu tragen, dass der höchstmögliche Sicherheitsstandard gegeben ist (Sorgfaltspflicht).

Sicherheitsmaßnahmen beziehen sich auf körperliche Risiken und auf seelische, geistige und ökologische Gefahren (vgl. REINERS 1995, S. 88).

Klettern erscheint subjektiv als gefährlich. Bei Berücksichtigung entsprechender Sicherheitsstandards und besonders beim Klettern im Toprope sind die Gefahren jedoch sehr gering (vgl. HECKMAIR/MICHL 2002, S. S167). Zum besseren Verständnis der Sicherheit beim Klettern

werden die wesentlichen Materialien (Ausrüstung) und Sicherheitstechniken kurz vorgestellt und erklärt.

Voraussetzungen für den Erlebnispädagogen

Zur Durchführung von Kletterangeboten in der Erlebnispädagogik bedarf es neben den pädagogisch-psychologischen und didaktisch-methodischen Fähigkeiten technisch-instrumenteller Kenntnisse und fachsportlicher Kompetenzen.

Nach HÖSER und BÖHMER sind folgende **fachliche und methodische Kompetenzen** beim Klettern wichtig:

- ◆ „gute klettertechnische Fähigkeiten und langjährige Erfahrung
- ◆ Besuch von Ausbildungskursen des Deutschen Alpenvereins ist unabdingbar
- ◆ Fähigkeit zur methodischen Vermittlung von Kletter- und Sicherungstechnik
- ◆ Wissen über Ausrüstungs- und Sicherheitsstandards
- ◆ Kenntnisse naturschutzrelevanter Verhaltensweisen
- ◆ Kenntnisse in Erster Hilfe“ (1996,S.56)

Es ist Aufgabe und Pflicht des Erlebnispädagogen, sich über die aktuellen Sicherheitsstandards und die Lehrmeinung des zuständigen Fachverbandes zu informieren. Die Alpenvereine und der Sicherheitskreis sind maßgeblich an der Entwicklung der Standards und Lehrmethoden beteiligt (vgl. WINTER 2000, S: 109).

Während der Durchführung von Kletteraktionen sind ständige Konzentration, Umsichtigkeit und Überblick vom Erlebnispädagogen zu erwarten (vgl. HECKMAIR/MICHL 2002, S:205).

Eine Kletterstunde am Monkeybaum im St. Joseph Krankenhaus

Unser Kletterbaum, eine etwa 20 Meter hohe Rotbuche, steht zentral im Innenhof des Klinikgeländes. Die mit Monkeys ausgestattete Kletterstrecke ist etwa 12 Meter lang. Als zeitlichen Rahmen für einen Durchgang „Eltern-Kind-Klettern“ sowie „Partnerklettern“ veranschlage ich 45 Minuten. Nach einer ca. zehnmütigen Klettereinweisung (mit Partnercheck und Baumkunde) werden das Kletterequipment, die Sicherheitsstandards sowie die Regeln erklärt. Die reine Kletterzeit beträgt etwa fünf bis 20 Minuten pro Teilnehmer, danach erfolgt der Wechsel. Nach einer kurzen Auswertung erhält jeder Teilnehmende zum Abschluss eine Urkunde.

Obwohl in der Baumkrone eine Glocke hängt, kann jeder selbst entscheiden wie weit er klettert, bekommt jedoch während des Kletterns Empfehlungen bzw. entsprechende Motivation.

Zahlen und Fakten

Mittlerweile geht das Projekt Monkeybaum ins dritte Jahr. Es ist ein fester Bestandteil in der Kinder –und Jugendpsychiatrie des St. Joseph Krankenhauses geworden.

Im Jahr 2012 waren im Rahmen der Erlebnispädagogik im Zeitraum März bis November ca. 300 Kletterer am Monkeybaum. Hierbei sind besondere Events, wie z.B. Mondscheinklettern, Mitarbeiter-Gesundheitstage, Fortbildungen, Kinderfeste etc. nicht mit eingerechnet. Die Events sind nützlich für den ersten Zugang ohne bestimmte Aufgabe. Spaß und Ausprobieren stehen im Vordergrund. Etwa 80 Prozent des Klientels waren Kinder und Jugendliche, 20 Prozent Eltern.

Des Weiteren haben es 47% bis zur Glocke geschafft, 18% bis zur Hälfte der Strecke und 35 % bis zum ersten Ast. Alle bekamen eine Urkunde.

Das jüngste Mädchen war sechs Jahre, ein Junge war fünf Jahre. Beide schafften die ganze Kletterstrecke bis zur Glocke, die sich in 12 m Höhe befindet. Es ist nicht die Aufgabe bis zur Glocke zu klettern, jeder bekommt die Instruktion, so weit zu klettern, wie er es sich zutraut. Wichtig ist, sich überhaupt erst einmal auf das Angebot einzulassen. Häufig hörte ich den Satz: „Das ist meine erste Urkunde, obwohl ich schon so alt bin.“ Oder: „Wir werden die Urkunde an unseren Ehrenplatz hinhängen, dass wir jeden Tag sehen, was wir gemeinsam erreicht haben.“

Tina sichert Tom

Im St. Joseph Krankenhaus werden unterschiedlichste Störungsbilder behandelt z.B. Beziehungskonflikte (Vater und Sohn, Geschwisterrivalität usw.), fehlende Impulskontrolle (aufgrund von Ängsten und Aggression), Bulimie, ADHS etc.

Die sechzehnjährige Tina kam zu uns aufgrund einer Essstörung (Anorexia Nervosa). Mit ihr wurde vereinbart, dass sie ein bestimmtes Gewicht erreichen sollte und dann an der Kletterstunde teilnehmen dürfe. Von den anderen Jugendlichen hatte sie erfahren, dass diese viel Spaß bereitet. Wenn sie das Zielgewicht erreicht, darf sie an der Kletterstunde teilnehmen. Tina erreichte schließlich ihr Zielgewicht und durfte zum ersten Mal an einer Kletterstunde teilnehmen. Nachdem sie ihr Gewicht nicht nur hielt, sondern weiter normalisierte, durfte sie regelmäßig klettern und nun auch selbst zum ersten Mal Tom, einen anderen Teilnehmer, absichern.

Das Klettern half ihr den eigenen Körper bewusster wahrzunehmen, ein adäquates Körpergefühl und Vertrauen zu entwickeln, es stärkte ihre Eigenverantwortung und sie übernahm Verantwortung für die Sicherheit anderer.

Fazit und Ausblick

Natürlich stellt sich die Frage, ob es sinnvoll ist in einer Klinik einen Monkeybaum zu haben. Ich kann die Antwort ohne Bedenken mit „Ja“ beantworten. Der Baum wurde in unserer Klinik zu einem Statussymbol. Jeder, der vorbeigeht, bewundert ihn und sieht in die Baumkrone und erkennt dort verschiedene bunte Griffe, eine Glocke sowie kleine weiße Lämpchen, die sich bei Sonnenlicht aufladen und nachts leuchten wie ein riesiger Weihnachtsbaum.

Wir sind die erste Kinder- und Jugendpsychiatrie bundesweit, die mit dieser Methode/System erlebnispädagogisch und therapeutisch arbeitet. Die Montage der Treemonkeys, die Sicherungsschulung von Mitarbeitern sowie die jährliche Wartung wird von ropeXcourse, vom ERCA Zertifizierte Ausbildungsstelle, fachlich begleitet und übernommen.

Den passenden Baum hatten wir mit der Rotbuche gefunden. Sie steht zentral auf dem Klinikgelände, eine Bank lädt in der Nähe zum Ruhen, Verweilen und Beobachten ein. Natürlich brauchte man auch eine Kletterausrüstung, Kletterseil, Reepschnur, Kletterhelme, Klettergurte, Drei-Wege-Karabiner, O-Karabiner, Abseilacht etc.

Das Klettern am Monkeybaum erfordert wenig Zeit für die Vorbereitung und man kann bei fast jeder Witterung klettern. Wichtige soziale Spielregeln für das Verhältnis zu den anderen können erlernt werden. Durch spielerische Klettersituationen, z.B. Mondscheinklettern, Nikolausklettern, Staffelnklettern oder Blindklettern können soziale Lernziele gefördert werden. Die Teilnehmenden erfahren, dass sie aufeinander angewiesen sind und erlernen so positive soziale Verhaltensweisen (vgl. WINTER 2000, S. 28).

Die Klettergruppe fungiert als Lerngemeinschaft. Eigene Kräfte werden getestet und persönliche Grenzen erreicht. Der eigene Körper kann bewusst erlebt werden. Die Schwerkraft zeigt je nach Klettertour und persönlichem Können die Grenzen auf (vgl.

KRAUSS/SCHWIERSCH 1996, S.279). Klettern ermöglicht intensive Erlebnisse für jeden Einzelnen und Erfahrungen in der Gruppe. Es hat hohen Erlebnischarakter. Die Erlebnisse und Erfahrungen beim Klettern führen zu Gesprächen mit den anderen über das Erlebte. Durch das entgegen gebrachte Vertrauen beim Klettern steigt die Bereitschaft von sich zu erzählen und den anderen zuzuhören. Der Alltag der Teilnehmenden wird in die Gespräche mit einbezogen und es öffnet sich Raum für Lernerfahrungen und Transfer auf das Alltagsleben. (vgl. BÖHMER/HÖSER 1996, S.29)

Es war auch für die Mitarbeitenden eine Herausforderung selbst zu klettern bzw. sich von seinen eigenen Kollegen sichern zu lassen. Dies ist ein schöner „Nebeneffekt“, der im Stationsalltag wohl nicht alltäglich ist.

Vorstellbar ist auch ein Austausch mit anderen sozialen Einrichtungen bzw. eine Verbindung mit anderen Projekten.

Literatur

- Böhmer,H./Höser,T. (1996):
Lernen in der Senkrechten. In: Zeitschrift für Erlebnispädagogik, Heft 12, S. 23-56
- Heckmair, B./Michl W. (2002):
Erleben und Lernen. Einstieg in die Erlebnispädagogik. Neuwied
- Krauss,L./Schwiersch,M. (1996):
Die Sprache der Berge. Handbuch der alpinen Erlebnispädagogik. Alling
- Lazik,D./Bernstädt,W./Kittel,R./Luther,S. (2008):
Therapeutisches Klettern. Stuttgart
- Lempp,T. (2011):
Basics. Kinder- und Jugendpsychiatrie. München
- Reiners,A. (1995):
Erlebnis und Pädagogik.München
- Senninger,T (2000):
Abenteuer leiten-in Abenteuer lernen, Münster
- Winter,S.(2000):
Sportklettern mit Kindern und Jugendlichen. München
- BundesArbeitsGemeinschaft, Blickpunkt Gruppenangebote und Projekte des Pflege- und Erziehungsdienstes in der Kinder- und Jugendpsychiatrie, Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft, Verlag: Books on Demand GmbH, Auflage: 1. Auflage 09/2014, ISBN:978-3-7357-7449-1