

KW 32

Verbandsgemeinde Bad Marienberg
Zeitungstitel, Name: „Wäller Blättchen“

Rubrik: Verbandsgemeinde Bad Marienberg



Sommerferienspaß des VG-Jugendbahnhofes führte Jugendliche eine Woche in „Die Hütte am See“ im Schwarzwald

Unter dem Titel „Die Hütte am See“ führte der Jugendbahnhof der Verbandsgemeinde Bad Marienberg in Zusammenarbeit mit der Fachstelle für Suchtprävention des Diakonischen Werkes im Westerwaldkreis vom 24. bis 27. Juli 2018 ein Suchtpräventionsprojekt in Forbach im Schwarzwald durch. Dieses richtete sich an Jugendliche ab 14 Jahre.

Untergebracht waren die 14 angereisten Personen in einer rustikal und funktional eingerichteten ehemaligen Jagdhütte an einem Stauwehr. Diese gab, als „Hütte am See“ ausgeschrieben, dem Projekt seinen Namen. Alleine sie hielt für die Gruppe sowohl in Sachen Gemeinschaftsleben auf engem Raum als auch Selbstversorgung die ein oder andere Überraschung und Herausforderung bereit.

Das Ziel des von Reiner Kuhmann inhaltlich konzeptionierten und unter seiner fachlichen Leitung durchgeführten Projektes bestand in erster Linie darin, Lebenskompetenzen als Schutzfaktor gegen Suchtverhalten zu vertiefen und zu stärken. So standen die 4 erlebnisreichen Tage für die Jugendlichen vor allem unter dem Aspekt der Achtsamkeit und der Entwicklung von Selbstwahrnehmung und Selbstbehauptung. Die teilnehmenden Jugendlichen wurden durch die vielfältigen Aktionen wie auch sich ergebende Gespräche angeregt den bisherigen Umgang mit Suchtmitteln und süchtigen Verhaltensweisen kritisch zu hinterfragen und alternative Erlebnisformen auszuprobieren und anzulegen. Dazu wurde in der inspirierenden Umgebung des Hoch-Schwarzwaldes die Abwechslung von Auspowern und Zu-sich-kommen (Break/Pause) sehr erfahrbar für die jungen Menschen genutzt.

Nach Bezug der Unterkunft und Einkauf ging es am Nachmittag des ersten Tages zum Schwimmen an die Schwarzenbachtalsperre. Nach einem heißen Tag mit Abkühlung und „Auspowern“, brachen die jungen Menschen

gemeinsam mit ihren Betreuern zu einer kleinen Nachtwanderung auf und konnten bei dieser zu sich kommen, denn den Rückweg zur Hütte traten die Jugendlichen einzeln an und verbrachten die Zeit im Dunkeln alleine mit sich und den Fragestellungen: Welche 4 Stationen in meinem Leben erinnere ich besonders? Welche bisherigen Erfahrungen und Erlebnisse haben mich geprägt? Was kommt mir dazu in den Sinn, wenn ich in mich höre?

Am zweiten Tag stand dann als besondere Herausforderung eine Flussbettwanderung auf dem Programm. Denn zum ehemals anstrengenden und fordernden Unterfangen, auf den vom Wasser geformten glatten Steinen und hohen Felsen vorwärts zu kommen, war wider Erwarten, trotz der seit Wochen anhaltenden großen Hitze, der Wasserstand im Flussbett noch recht hoch, und es gab selbst bei leichter anmutenden Passagen Engstellen an denen starke Strömung herrschte. So war nicht nur das Klettern entlang des Flusslaufes, sondern insbesondere die gemeinsame Flussüberquerung eine besondere Herausforderung für alle.

Da es sich nicht um eine geführte Wanderung handelte, bekamen, wie im richtigen Leben, alle eigenverantwortlich ihr eigenes Risiko und ihre eigenen Grenzen, aber auch ihren ganz persönlichen Erfolg unmittelbar zu spüren. Ein intensives Erlebnis sowohl im Abwägen und Handeln für sich als auch für die Gruppe.

Die einen machten sich hüpfend und leichtfüßig auf den Weg, um dann von den glatten Steinen und der Strömung Respekt zu lernen, andere gingen besonnen und langsam und erreichten das andere Ufer in ihrem Tempo. Wieder andere - in der Mitte des Flusses festgehalten - schafften es unterstützt von der Gruppe, ihre Angst zu überwinden, den Fluss zu queren und das andere Ufer zu erreichen.

Eine Flussüberquerung als Metapher für den eigenen Lebensweg einsetzend, heißt es im Buch „Das Leben spüren - Worte die inspirieren“, herausgegeben von German Neudorfer in einer Geschichte: „...Der Mann wird in der Flussmitte von seiner Angst überfallen...Eine Übergangskrise, wie sie das Leben in unzähligen Variationen bereithält...Das Alte trägt nicht mehr, das Neue ist noch nicht da....(er) bewältigt diese Krise, indem er sich nicht auf die Gefahr fixiert, sondern sich auf das besinnt, was ihn zu tragen vermag. Was trägt mich über den Fluss des Lebens?...“



Selbst für die leichtfüßigsten Flussbettüberquerer waren neben Konzentration Teamwork und Vertrauen die wichtigsten Aspekte um die Herausforderung zu meistern.

Am Abend dieses erkenntnisreichen Tages stand für die Jugendlichen neben dem geselligen Austausch am Lagerfeuer das Zeichnen der eigenen Lebenslinie und damit der Umgang mit dem eigenen „Erbe“ auf dem Programm. Alle Projektteilnehmer hatten bei diesem nicht öffentlichen Prozess das Zutrauen und den Mut sich einzulassen und hinzuschauen und damit aktiv und reflektierend mit ihrem bisherigen Lebenslauf umzugehen.

Eine andere Variante um Risflecting (ein pädagogisches Handlungsmodell zur Entwicklung von Rausch- und Risikokompetenz entwickelt von Gerald Koller, Fachberater, Referent und Autor im Brückenbereich zwischen Gesundheit und Kommunikation) - at work (im Tun) einzusetzen, bot dann der Europapark. Bei dessen Besuch am dritten Tag ging es auch ums „Auspowern“, sprich das Austesten von Grenzen, Geschwindigkeit, Höhe, Ängsten, in Bezug auf Risiko - diesmal jedoch mit gegebener technischer Sicherheit. Bei Spaß- und Erlebnisqualität unabhängig vom Gebrauch von Suchtmitteln(!) war hier der Umgang mit Gruppendruck, eigenen Grenzen und Ängsten für die Jugendlichen vorrangiger Erfahrungswert.



Gemeinschaftsfoto der Jugendlichen mit Reiner Kuhmann, Mitarbeiter der Fachstelle für Suchtprävention (zweiter von links, hinten) beim Betreten des Europaparkes. Wichtige Aufgabe für die Gruppe bei Spaß und Erlebnis mit kalkulierbarem Risiko: Der Umgang mit eigenen Ängsten, Grenzen und Gruppendruck: „Look at your friends!“

Nach der Rückkehr in „Die Hütte am See“ hatten an diesem Abend die jungen Menschen die Möglichkeit durch das Malen eines eigenen Wappens mit Acryl- und Effektfarben auf Leinwand ihre bisherigen Lebensthemen (Was macht mich aus?) zu verewigen und etwas für sie Wichtiges zu schaffen und sich damit selbst reflektierend Wert zu schätzen.

Zum Abschied aus der Hütte erhielten am nächsten Morgen alle Teilnehmer von Reiner Kuhmann verschriftlichte Gedanken von Charlie Chaplin (trockener Alkoholiker), die dieser zu seinem 70. Geburtstag (16.04.1959) verfasste und die jeweils beginnen mit den Worten: „Als ich mich selbst zu lieben begann...“.

An diesem letzten Tag stand vor Abfahrt zurück nach Bad Marienberg dann noch eine Überraschung für die Teilnehmer auf dem Programm. Zwischenstopp vor der Nach-Hause-Fahrt war, vor der Abkühlung und Mittagspause an der Schwarzenbachtalsperre, der Mehliskopf, ein im Winter auf Skibetrieb eingestelltes Ausflugsziel, das im Sommer für seine Gäste unter anderem Downhill-Carts und eine Bobbahn bereithält. Beides probierten die jungen Menschen passend zum Thema Risikoeinschätzung aus. Sie selbst

hatten es jetzt in der Hand, in welcher Geschwindigkeit sie den steilen Hang auf den ungewohnten Gefährten und im Bob hinunterfahren. Anders als im Europapark waren sie hier während der Fahrt wieder selbst handlungs- und entscheidungsfähig und konnten ihr Tempo, ihren Fahrstil und damit das (Unfall-)Risiko entsprechend ihrer eigenen Selbsteinschätzung eigenverantwortlich selbst beeinflussen.



Die Gruppe vor dem Start mit dem Doppelbügel-Skilift, der die speziellen Dreiräder, sogenannte Bullcarts, bergauf transportiert. Ähnlich wie bei der Bob-Bahn werden die Bullcarts durch Schwerkraft beschleunigt und fahren auf einer vorgegebenen Strecke am kleinen Lift ca. 900 m (400m bergauf und 500m bergab). Auch hier: Mutige junge Menschen im Selbstexperiment mit sich und ihrem Verhalten.

Die Zielsetzung des suchtpreventiven Projektes "Die Hütte am See": Den jungen Menschen durch das „Selbstexperiment“ im Schwarzwald basierend auf dem Risiflecting-at-work-Konzept auch beim Schritt ins eigene Leben Mut zu machen, sich dem Erlebnis Leben zu stellen und herausfinden: Was ist mir wichtig? Was macht mein Leben aus? Was sind meine Wünsche ans Leben? Was brauche ich, um ein erfülltes und **un-abhängiges (!)Leben** zu führen?

Da es sich bei den Projektteilnehmern, bis auf eine Ausnahme, allesamt um junge Menschen handelte, die unmittelbar vor ihrem nächsten Schritt ins Leben (Ausbildung, teils Umzug/Auszug von zu Hause, usw.) stehen, konnte

ihnen das Erlebnis dieser 4 Tage viel mit auf den Weg in den neuen Lebensabschnitt geben.

Die Förderung bewusster suchtpreventiver Auseinandersetzung mit sich und den anderen gelang Reiner Kuhmann und den Mitarbeiterinnen des VG-Jugendbahnhofes im Sinne von Antoine de Saint-Exupery nicht zuletzt durch das Vertrauensverhältnis zu den jungen Menschen. Somit kann das Suchtpräventionsprojekt "Die Hütte am See", das von der Landeszentrale für Gesundheitsförderung unterstützt wurde, als äußerst erfolgreich angesehen werden.

„Wenn du ein Schiff bauen willst
So trommle nicht Menschen zusammen,
um Holz zu beschaffen, Aufgaben zu vergeben
und die Arbeit einzuteilen,
sondern lehre die Menschen
die Sehnsucht nach dem weiten,
endlosen Meer.... »

(Antoine de Saint-Exupery)

Das Team des Jugendbahnhofes wünscht an dieser Stelle allen einen guten Start ins neue Schuljahr und in Ausbildung.

Mehr Fotos zum Suchtpräventionsprojekt "Die Hütte am See" und zu allen anderen Aktionen des Sommers finden sich wie immer in der Fotogalerie unter „Einblicke“ auf der Homepage des VG-Jugendbahnhofes unter www.jugendbahnhof-bad-marienber.de.

Jugendbahnhof der Verbandsgemeinde Bad Marienberg