

## 5 Die Gruppe als erlebnispädagogisches Medium

### 5.1 „Lebensgemeinschaft auf Zeit“

„Wilderness therapy is living together, not just carrying out a programm.“ (Kimball/Bacon 1993, 22). Bildlich gesprochen, aber oft auch ganz praktisch legt die erlebnispädagogische Gruppe einen Weg zurück, den zwar jeder alleine gehen muss, bei dem er jedoch auf die anderen angewiesen ist, soll dieser gut bewältigt werden. Das Territorium, auf dem sich die Gruppe ihren Weg suchen kann, ist begrenzt durch den vom Leitungsteam vorab gestalteten Rahmen (Kap. 6) und von den Bedingungen des aktuellen Umfeldes.

Eine Gruppe in diesem Sinn unternimmt eine Expedition, bei der zuerst die Mannschaft zusammengestellt wird, die dann gemeinsam plant, die notwendige Ausrüstung zusammenstellt und benötigte Fertigkeiten erwirbt. Danach wird das Projekt durchgeführt, und die Gruppe findet Gegebenheiten vor wie Flüsse, Berge und Witterungsbedingungen und natürlich die individuellen Eigenheiten der verschiedenen Teilnehmer, die sie immer wieder vor neue Aufgaben stellen. Die Auseinandersetzung mit diesen existenziellen Herausforderungen ist das Treibmittel für die Entstehung von Gruppenprozessen und damit von intensiven Beziehungserfahrungen. Gegenseitige Verantwortung und Abhängigkeit können als notwendig und sinnvoll erfahren werden. Auf diesem Weg hat jedes Ereignis einen Bezug zum Ganzen. Eine Abseilübung stellt keine abgeschlossene „Übungseinheit“ dar, sondern dient der Vorbereitung des späteren Abstiegs von einer Felswand. Die Erfahrung, wie viele Nahrungsmittel die Gruppe beim ersten Wochenende braucht und was das kostet, gibt einen ersten Anhaltspunkt für die Organisation späterer Unternehmungen. Auch jede Interaktion zwischen den Einzelnen hat einen Bezug zum Gesamtgruppenprozess, wirkt in nachfolgende Beziehungsereignisse der Gruppe hinein. Sie geht nicht nur die unmittelbar Beteiligten an, sondern ist in ihrer Bedeutung erst auf dem Hintergrund des Gesamtgruppenprozesses zu verstehen.

Im günstigsten Fall bildet sich während der Laufzeit der Gruppe eine Art funktionsfähiger Lebensgemeinschaft heraus: Die Mitglieder unterstützen und konfrontieren sich gegenseitig während der Bewältigung von erlebnispädagogischen Herausforderungen und bei persönlichen Reifungsprozessen. Die Gruppe bekommt so den Stellenwert eines erlebnispädagogischen Mediums.

Eine Gruppe dagegen, die sich sechs Wochen lang ein paar Mal für einige Stunden z. B. zum Sportklettern trifft, vielleicht um die Körperkoordination zu schulen, stellt keine „Lebensgemeinschaft“ im Sinne dieses Konzeptes dar; es wird allerdings ein erlebnispädagogisches Medium verwendet. Die Beziehungsgestaltung unter den Teilnehmern hat nur untergeordnete Bedeutung.

**Verbindlichkeit.** Wie manche natursportlichen Medien braucht auch das Medium Gruppe eine längere Dauer, um wirksam zu werden. Erst die Langfristigkeit des Gruppenlebens macht verbindliche Beziehungen möglich und lässt das Vertrauen und die notwendige Sicherheit entstehen, dass man sich auf andere wirklich einlassen kann. Langfristigkeit bedeutet auch, dass es nicht nur eine einzige, sondern eine ganze Reihe von Aktionen gibt, in denen Beziehungserfahrungen weitergeführt, korrigiert und gefestigt werden können. Der Einsatz unterschiedlicher Aktivitäten bewirkt dabei, dass jeder gefordert ist, sich je nach seinen Fähigkeiten auf immer wieder neue Rollen und Beziehungsmuster einzulassen. Raum für alltagsnahe Situationen im Gruppenalltag, in denen es nicht um Spitzen-erlebnisse geht, können bereits innerhalb der Gruppe zur Festigung eines verbindlichen Verhaltens und zur Förderung des Transfers beitragen. Gerade an einem Regentag, wenn keine packenden abenteuerlichen Aktivitäten anstehen, welche einen großen Teil der Aufmerksamkeit und Energie fordern, kann „Beziehung pur“ entstehen. Häufig entwickelt sich daraus eine massive Herausforderung, welche die tatsächliche Tragfähigkeit von Beziehungen auf den Prüfstand stellt und wesentliche Lernerfahrungen ermöglicht.

Eine Woche voller Grenzerfahrungen und hoher Intimität wird ihrer Verbindlichkeit und ihrer existenziellen Bedeutung beraubt, wenn die Beziehungen danach abgeschnitten, nicht mehr überprüft und weiterentwickelt werden können. In kurzzeitigen Gruppen würden Jugendliche, zu deren gewohntem Repertoire es gehört, dass Beziehungen beendet werden, sobald es größere Konfrontationen gibt, geradezu in ihrem dysfunktionalen „Lösungsmuster“ bestärkt: Zur Fähigkeit, schnell Kontakte aufzunehmen, muss die Erfahrung kommen, dass es lohnend ist, Beziehungen auch dann auszuhalten, wenn Spannungen auftreten und ein eigenes Handwerkszeug hilft, um diese Spannungen befriedigend aufzulösen. Es ist leichter, Verantwortung an die anderen abzugeben, seine Aggressionen oder Versorgungsbedürfnisse an jemandem auszulassen, den man nach einem Wochenende nicht mehr sieht, als wenn man ihm mehrere Monate lang immer wieder begegnet. Es ist schwerer, jemandem wegen eines Verhaltens zu konfrontieren, das man als unangemessen erlebt, wenn man ihn erst kurz kennt. Mit der Dauer einer Beziehung steigen das Bedürfnis und die Notwendigkeit, diese aktiv zu gestalten. Reicht eine Tourenwoche aus, um der Gruppe den Charakter einer Lebensgemeinschaft auf Zeit zu verleihen, ge-

nügt ein Wochenende, ein halbes Jahr, ein Jahr mit häufigen kürzeren oder längerfristigen Aktionen?

Die Frage, wann die Bedingungen einer Lebensgemeinschaft im Hinblick auf den Zeitfaktor erfüllt werden, hängt auch von den Lebensumständen der Teilnehmer ab: Kommen sie z. B. aus unterschiedlichen Familien oder Heimen, kommen sie aus einem einzigen Heim, aus einer gemeinsamen Wohngruppe, in der das Erlebte im Alltag weiter wirken kann? Wie weit sind die Gruppenleiter in ihren Alltag integriert?

**Der Kontrakt.** Wird vor Beginn einer Gruppe ein Kontrakt (Kap. 8.) mit jedem Teilnehmer geschlossen, so schafft das eine wichtige Ausgangsbasis für die Entstehung von Verbindlichkeit.

**Fördern von Gruppenkohäsion.** Eine Gruppe, deren Mitglieder intensiv und positiv aufeinander bezogen sind, entwickelt ein hohes Maß an Verbindlichkeit und „Arbeitsorientierung“ in Bezug zu Sach- und Beziehungsanforderungen. Das wirkt sich auf die Form und Dichte der Kommunikation untereinander aus. Es ist daher, besonders zu Beginn einer Gruppe, eine wichtige Aufgabe der Gruppenleiter Kohäsion in der Gruppe zu fördern (Kap. 9.3.1).

## 5.2 Sozialer Mikrokosmos

Indem jeder auf seine Weise an den gemeinsamen physischen, kognitiven und psychosozialen Herausforderungen Anteil nimmt, konstituiert sich die Gruppe: Welche Interaktionsmuster wenden einzelne Jugendliche an, um von anderen etwas zu bekommen oder etwas zu verweigern? Bitten sie, überzeugen oder überrumpeln sie die anderen, fragen sie um Unterstützung an? Wer reagiert wie, wenn einer gezielt Streit anzettelt, wenn Gemeinschaftsverpflegung verschwindet oder jemand sichtlich Kummer hat? Wen stört, wem gefällt es oder wer zeigt keinerlei Reaktion, wenn zwei Teilnehmer bei jeder Gelegenheit aufeinander aggressiv reagieren oder immer alles gemeinsam tun wollen? Wie beteiligt sich wer am Lösungsprozess, wenn eine Stange zum Aufbau der Kote zerbrochen ist oder die knappe Restverpflegung aufgeteilt werden muss? Dabei wird jeder, meist unbewusst, mit den anderen und mit den Materialien so umgehen, wie er es in seiner alltäglichen Umgebung gewohnt ist. Er versucht, sich gewissermaßen das interpersonale Universum schaffen, das ihm vertraut ist. Jeder versucht sein soziales Atom (Moreno 2007) in der Gruppe zu etablieren. Für Yalom (2007) ist es ein grundlegendes Konzept von Gruppenpsychotherapie, dass soziales Lernen und korrigierende emotionale Erfahrungen entstehen, indem die Gruppenteilnehmer ihren sozialen Mikrokosmos in der Gruppe zu etablieren versuchen: Sie setzen ihre Ressourcen, ihre gelernten Beziehungsmuster und -ziele, ihre Bewältigungsstrategien, ihre situativ angemessenen und un-