

Hajk

Arbeitshilfe zu einer
erlebnispädagogischen Methode



**Pfadfinderinnenschaft
St. Georg**

Hajk- Arbeitshilfe zu einer erlebnispädagogischen Methode

Gliederung:

Vorwort

1. Hajk - was ist das ?	3
2. Vorbedingungen in der Gruppe	4-5
3. Vorüberlegungen der Leitung:	6
3.1. Ziele	7
3.2. Äußerer Rahmen	7
3.3. Planung	8-10
3.4. Elternarbeit	11
4. Vorbereitung in der Gruppe	12-16
4.1. Grundregeln für die Gruppe	17
4.2. Ausstattung	19-20
4.3. Erste Hilfe	21
4.4. Verhalten bei Notfällen	22
5. Hilfreiche Kenntnisse	23-24
5.1. Orientierung	24-26
5.2. Wetter	27
5.3. Zeichen	28
5.4. Spurenlesen	
6. Entscheidungen in der Gruppe (Methoden)	30
6.1. Persönliche Entscheidung	30
6.2. Kleingruppenentscheidung	31
6.3. Plenumsentscheidung	31-32
7. Reflektion und Auswertung in der Gruppe (Methoden)	33
7.1. Reflektionsmethoden	33
a) Einzelreflektion	33-34
b) Kleingruppenreflektion	34-35
c) Plenumsreflektion	36
7.2. Auswertungsmethoden im Plenum	36-37
8. Erlebnispädagogischer Aspekt	37-39
Anhang:	
Projektschritte	40
Erlaubnisbrief für die Eltern	41
Brief für Zeltplatzsuche im Ausland	42
Literatur	43
PSG-Adressen für Outsiderinnen	44

Impressum:



- Herausgeberinnen: Pfadfinderinnenschaft St. Georg
Diözesanverbände Essen und Hildesheim
- Autorinnen: Barbara Lübbehusen (PSG-Essen)
Kirsten Wendt (PSGHildesheim)
- Lay Out: Barbara Lübbehusen
- Druck: Umschlag: Interdruck Hannover
Text: Pernak & Podszuk Essen
- Auflage: 200
- Erscheinungsjahr: Mai 2000
- Fotos: Isabelle Wrede
Barbara Lübbehusen
Monika Gößwald
Kirsten Wendt

Bezugsadressen:

- Pfadfinderinnenschaft St. Georg Diözesanverband Essen
Fon: 0208 / 865465 FAX: 0208 / 865473
Email: dioezesanbuero@psg-essen.de
- Pfadfinderinnenschaft St. Georg Diözesanverband Hildesheim
Fon/Fax: 020511 / 704361
- Bundesamt Pfadfinderinnenschaft St. Georg
Unstrutstraße 10, 51371 Leverkusen
Fon: 0214/23015 Fax: 0214/24034
PSG.BA.Leverkusen@t-online.de

Vorwort

Eine alte und beliebte Aktivität in vielen PfadfinderInnenverbände für Teilnehmerinnen von Zeltlagern ist der sogenannte "Hajk" - ein unerläßlicher Programmpunkt in Jamborees (Welt-pfadfinderInnentreffen) und internationalen Lagern.

Trotz seines Alters erfüllt der Hajk auch die Ansprüche der modernen Pädagogik: Er ist eine gute Methode die Theorie feministischer Mädchenarbeit in die Praxis umzusetzen. Dies verdeutlicht das erste Kapitel.

Ein Hajk ist auch eine erlebnispädagogische Methode. Für alle Leserinnen, die hierzu Genaueres wissen möchten, ist das letzte (siebte) Kapitel gedacht.

Und vor allem setzt der Hajk bei dem an, was Mädchen heute wollen: Selbstbestimmung, sich erproben, sich ausprobieren, Gruppe erleben, unterwegs sein, neue Eindrücke, Abenteuer.

Aus diesen Gründen halten wir den Hajk auch für eine sinnvolle und spannende Methode nicht nur für Pfadfinderinnen.

Mit dieser Arbeitshilfe wollen wir alle Frauen - Pfadfinderinnen und andere Mädchenarbeiterinnen - einladen, einen Hajk durchzuführen, Anregungen für verschiedene Arten von Hajks geben und Hilfen und Methoden für die Durchführung eines Hajks in ihren Gruppe geben. Dies findet sich in den Kapitel zwei bis sechs.

Die Pfadfinderinnenschaft St. Georg ist ein homogener Mädchenverband. Aus diesem Grund schreiben wir in dieser Arbeitshilfe ausschließlich von und für Mädchen und Frauen. Trotzdem können unsere Anregungen und das Material natürlich auch von gemischten und Jungengruppen genutzt werden. Dazu müssen noch andere Überlegungen durch die Leitung angestellt werden, was z. B. die Gruppenaufteilung etc. angeht, auf die wir in dieser Arbeitshilfe aber nicht eingehen werden.

Aber nun konkret: Was ist denn ein Hajk?



Das Wort Hajk kommt aus dem Schwedischen und bedeutet, in der Wildnis unterwegs zu sein und versuchen, allein auf sich gestellt zu überleben.

Manchmal wird auch das englische Wort Hike benutzt, was einfach "Wanderung" bedeutet. Es gibt viele verschiedene Varianten vom Hajk. Die klassische Form ist eine Wanderung über mehrere Tage in Kleingruppen durch Wald und Wildnis ohne jeglichen Komfort und ohne Leitung.

Diese Form des Hajks hat inzwischen viele Schwestern bekommen: Es gibt Hajks in der Großstadt, auf dem Dorf, mit Fahrrad, Boot, zu Fuß ...

Außerdem werden heute auch Hajks mit jüngeren Mädchen durchgeführt, so dass die Form des Hajks der Erfahrung und dem Können der Mädchen angepaßt wurde. Für Wichtel (7-10-jährige Mädchen) ist es sicher schon ein Abenteuer, in einem Völkchen (Kleingruppe) ohne Leiterin einen fremden Stadtteil zu erkunden. Diese Altersgruppe kann in der Regel auch nicht allein auf sich gestellt eine Übernachtungsmöglichkeit finden. D.h. es gibt auch Hajks, die nur einige Stunden lang sind. Ebenso können aber auch für ältere Mädchen aufgrund ihrer Erfahrungen Hajks ohne Übernachtung durchgeführt werden oder die Übernachtungsorte sind vorher festgelegt worden.

Allen Hajks gemeinsam ist aber Folgendes:

- Die Mädchen sind in Kleingruppen selbstständig (ob mit oder ohne Leitung) unterwegs.
- Die Dauer des Hajks liegt zwischen einem und drei Tagen.
- Die Mädchen haben vorher ein gemeinsames Ziel festgelegt.
- Es wird weitgehend auf Komfort und Luxus verzichtet. Auch über die Ausmaße des Komforts werden vorher gemeinsame Entscheidungen getroffen.
- Der eigentlichen Durchführung des Hajks gehen ausführliche Entscheidungsprozesse voran.
- Es darf kein Mädchen zum Mitmachen gezwungen werden (auch nicht durch Abstimmen in der Gruppe).
- Den Abschluss des Hajk bildet eine Reflexion und Auswertung.

Grundsätzlich setzen sich die Mädchen ein Ziel, das ihnen etwas abverlangt. Die Art des Ziels hängt von den Interessen der Mädchen ab. So sind z.B. historische, soziologische, politische, volkscundliche, pfadfinderische (Eine-Welt Politik, Mädchen/Frauen mit Behinderung, Ausländerinnen in Deutschland), naturkundliche, religiöse Fragestellungen möglich. Ein Ziel kann aber auch sein: "Wir wollen uns erleben" oder "Wir wollen survival trainieren"... Wichtig ist alleine, dass die Interessen der Mädchen einen Ausdruck finden. Unabhängig von dem von den Mädchen formulierten Ziel provoziert ein Hajk auch immer bestimmte gruppensdynamische und individuelle Entwicklungen. Hier liegt auch oft die Motivation der Leiterinnen, mit ihrer Gruppe einen Hajk durchzuführen: Während eines Hajk sind die Mädchen ständig gezwungen Entscheidungen zu treffen: Woher gehen wir, wo schlafen wir, wann machen wir Pause... dies alles müssen sie unter sich ohne Anleitung regeln (Verdeutlichung von Entscheidungssituationen*). Damit entsteht auch für jedes Mädchen ein Erprobungsfeld im Durchsetzen eigener Interessen. (Learning by doing*)

Die Teilnehmerinnen erleben neue und fremde Situationen und haben Gelegenheit persönlichen Mut und Stärke auszuprobieren. Er ist eine Herausforderung schwierige Situationen zu meistern. (Verantwortung für den eigenen Fortschritt übernehmen*)

Während eines Hajk sind ganz verschiedene Fähigkeiten und Fertigkeiten von den Mädchen gefordert, so dass in der Regel für jedes Mädchen etwas dabei ist, was sie gut kann und wo sie von Anderen lernen kann. (Vertikales Kleingruppensystem)

Ein Hajk provoziert die Mädchen zur Solidarität untereinander und zur Auseinandersetzung mit der Umwelt.

Damit finden während eines Hajk auch die sechs Elemente der pfadfinderischer Pädagogik der PSG ihre Anwendung. Auch die Prinzipien feministischer Mädchenarbeit kommen somit zum Tragen: Ein Hajk verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz. Den Mädchen werden in unterschiedlichen Bereichen und auf verschiedenen Ebenen Fähigkeiten abverlangt und sie können auf vielen Wegen ihre Interessen verwirklichen. Ebenso setzt ein Hajk an den Stärken der Mädchen an. Ein Hajk kann nur durchgeführt werden, wenn die Leiterinnen volles Vertrauen in die Fähigkeiten der Mädchen haben.

Alle Entscheidungen, die im Rahmen des Hajk getroffen werden müssen, sollten Konsensentscheidungen sein. Es bietet sich an, zunächst Raum für individuelle Entscheidungen zu lassen, dann eine Kleingruppenentscheidung und zuletzt eine Großgruppenentscheidung durchzuführen. In der Regel ist es mit einem einmaligen Durchgang nicht getan, so daß es zu einem ständigen Wechsel zwischen Entscheidungen in der Großgruppe, der Kleingruppe und Einzelentscheidungen kommt. Dieser Prozess verlangt von allen gute Nerven, Kreativität und Phantasie, so dass es unterhaltsam bleibt. Unter Umständen dauert diese Phase länger als die Durchführung und Auswertung des Hajk. Es ist aber auch ein gutes Übungsfeld für die Mädchen im Erkennen und Erproben verschiedener Konfliktlösungsstrategien, Erproben von Grenzen. Für die Leiterinnen bedeutet es, den zeitlichen Aufwand mit dem pädagogischen Nutzen und der Durchführbarkeit des Hajk auf der Grundlage dieser Entscheidungen abzuwägen. Sicherlich müssen die Entscheidungen bei einem Overnight-Hajk ausführlicher und gründlicher sein als bei einem kurzen Hajk.

Die Auswertung des Hajk muß analog der Ziele des Hajk erfolgen, d.h. ausgewertet wird das von den Mädchen formulierte Ziel und die gruppenspezifischen und individuellen Prozesse, die bei einem Hajk immer eine Rolle spielen. Ebenso werden auch alle Schritte einzeln ausgewertet, d.h. die Durchführung des Hajk ebenso wie die Entscheidungsprozesse und eventuelle andere Aktionen (Planung, das Lernen bestimmter Fertigkeiten im Vorfeld etc.).

* Dies sind wesentliche Elemente der pfadfinderischen Pädagogik der PSG.

2. Vorbedingungen in der Gruppe

Bevor ein Hajk mit einer Gruppe geplant werden kann, muss die Gruppe der Teilnehmerinnen näher angeschaut werden:

- Wie bekannt ist die Hajkgruppe der Leiterin? Wie lange kennt sie die Gruppe? Wie ist ihr Verhältnis zu ihnen? Wie gehen die Teilnehmerinnen mit Konflikten/Schwierigkeiten um?
- Nach dem Alter und der Konstitution der Mädchen oder Frauen richtet sich die zeitliche und streckenmäßige Länge eines Hajks. Aber das Alter besagt nicht allzu viel für das Gruppenverhalten. Wie ist die persönliche Reife der Einzelnen? Gibt es Verhaltensauffälligkeiten? Können die Teilnehmerinnen ohne weiteres die Situation bestehen? Ist es schwierig für einige?
- Kennen die Mädchen sich untereinander? Bei allen Gruppen ist es hilfreich, wenn ein gewisser Grad von Kennen und Vertrauen schon vorherrscht, damit sie sich gegenseitig helfen und unterstützen können. Wie groß ist die Gruppe? In welcher Gruppenphase befindet sich die Gruppe (z.B. in der Machtphase oder in der Harmoniephase)?
- Was sind die aktuellen Themen der Gruppe? Danach richtet sich eine Zielsetzung eines Hajks: Spass haben, die Methode kennenlernen, Vertrauen lernen, ein Thema/Projekt gleichzeitig bearbeiten auf dem Hajk, Gemeinschaft erfahren etc.
- Wer hat Erfahrungen mit Hajks? Wenn ein Hajk unbekannt ist, sollte man bei Wichteln (8–10 Jahre) und Pfadis (10–12 Jahren) nur 1-2 Tage einplanen.



3. Vorüberlegungen der Leitung

Grundsätzlich gilt für einen Hajk die Regelung: "Wer vorbereitet führt auch durch". So sind alle Leiterinnen auf dem gleichen Wissensstand, kennen die Hintergründe der einzelnen Entscheidungen und ihre eigenen Fähigkeiten, Wünsche, Interessen konnten in die Planung miteinfließen.

Wenn klar ist, wer den Hajk leitet und damit auch das Vorbereitungsteam feststeht sind eine Reihe Entscheidungen durch die Leitung zu treffen:

3.1. Ziele

Zunächst müssen sich die Leiterinnen über ihre pädagogischen Ziele verständigen:

- Sollen die Mädchen ein spannendes Abenteuer erleben?
- Sich im Umgang mit der Welt erproben?
- Sich mit einem Thema auseinandersetzen?
- Soll es ein gemeinsames Erlebnis mit ausländischen Gästen sein?
- Soll die Gruppendynamik unterstützt werden?...

Weiterhin sollten die Leiterinnen überlegen, ob von den Mädchen Ziele benannt wurden:

- Haben sich die Mädchen einen Hajk gewünscht? Welche Ziele verbinden sie dann damit?
- Haben die Mädchen ein Ziel benannt, das sich durch einen Hajk erreichen läßt?
- Welche Ziele sind für die Mädchen attraktiv?

Aus diesen verschiedenen Überlegungen heraus, müssen die Leiterinnen einen Konsens finden, der ihre gemeinsame Zielvorstellung umschreibt.

3.2 Der äußere Rahmen

Welche Form des Hajk wählen die Leiterinnen? An erster Stelle steht hier natürlich die Frage nach den ganz praktischen Gegebenheiten:

- Ist in nächster Zeit ein Zeltlager geplant? Dann gibt es sicherlich die wenigsten zeitlichen Probleme. Wenn kein Zeltlager geplant ist, wie kann dann der zeitliche Ablauf einschließlich Vor- und Nachbereitung aussehen?
- Wieviel Zeit sind die Leiterinnen bereit zu investieren? Schließt dies aufwendige Vorbereitungen (vorheriges Kennenlernen der Gegend, vorherige Schlafplatzsuche...) aus?

Darauf aufbauend stellt sich für die Leiterinnen die Frage nach den Fähigkeiten der Mädchen: Können sie alleine übernachten, brauchen sie dazu organisatorische Unterstützung? Soll es ein Hajk ohne Übernachtung werden?

Und nicht zuletzt müssen sich die Leiterinnen auch nach ihren eigenen Erfahrungen und Fähigkeiten fragen: Trauen sich die Leiterinnen zu, einen Hajk durchzuführen, wie er zu ihrem Bild von den Mädchen paßt? Müssen hier Abstriche gemacht werden?

Aufgrund dieser Überlegungen sollten die Leiterinnen einen Rahmen des für sie und nach ihrer Einschätzung für die Mädchen Möglichen festlegen.

Anschließend müssen sie überlegen, ob ihre vorher formulierten Ziele sich so verwirklichen lassen. Dann kann im nächsten Schritt in die Planung eingestiegen werden.

3.3. Planung

Da die Durchführung eines Hajk nur möglich, sinnvoll und erfolgsversprechend ist, wenn an den Interessen der Mädchen angeknüpft wird, kann nur eine grobe Planung gemacht werden. Alles weitere entwickelt sich in der Vorbereitung mit den Mädchen.

Eine hilfreiche Richtlinie für die Planung können die zehn Projektschritte (siehe Anhang) sein. Danach gelten die ersten Planungsschritte dem Impuls.

Haben die Mädchen von sich aus einen Hajk vorgeschlagen, oder sich für ein Zeltlager mit Hajk angemeldet, gilt es, hier wieder anzuknüpfen. Ebenso wenig aufwendig ist es, wenn die Mädchen eine Idee (z.B. ein bestimmtes Thema, einen Ausflug...) geäußert haben, die sich durch einen Hajk realisieren läßt. In diesen Fällen reicht es, den Mädchen zu erklären, was ein Hajk ist, wie er durchgeführt wird und sie dazu einzuladen. Daran könnte sich eine Entscheidung für oder gegen den Hajk anschließen (s.u.).

Aufwendiger ist es, wenn die Mädchen keinen Hajk kennen und auch keine Ideen benannt haben. Hier könnte auch eine Erklärung und Einladung zum Hajk erfolgen. Daran anschließend ist es sinnvoll eine Ideenfindung (siehe Methoden unter 6.1.) durchzuführen.

Die Entscheidungsphase muß - wie schon unter 1. benannt - mehrere Ebenen einbeziehen: Jedes Mädchen sollte zunächst für sich eine Entscheidung treffen, dann die Kleingruppen und zuletzt die Großgruppe. Wahrscheinlich ist es mit einem derartigen Durchgang nicht getan, vielmehr folgen Beratungen in der Großgruppe wieder Kleingruppenphasen, dann wieder eine Großgruppenphase usw. Für jede Phase müssen Methoden überlegt werden (siehe 6.)

Zu Entscheiden gibt es Verschiedenes. Einiges davon kann gemeinsam in demselben Schritt entschieden werden. Dies hängt davon ab, welche Fragen erst auf der Grundlage von anderen Entscheidungen geklärt werden können.



Entscheidungen, die getroffen werden müssen:

- Für oder gegen den Hajk
- Die Kleingruppenzusammensetzung
- Das Thema/Ziel
- Die Form (Dauer, Ort, Übernachtung, Hilfsmittel, Geld, Transport...)

Zu beachten ist, dass die Leiterinnen vor der jeweiligen Entscheidungsphase ihre vorher überlegten Bedingungen benennen und begründen. Es macht sicher nur schlechte Stimmung, wenn die Mädchen einen Konsens über eine schwierige Frage getroffen haben und dann erst von den Leiterinnen hören, dass dies so nicht zu realisieren ist.

Für den Fall, dass die Entscheidungsphase länger und schwieriger wird, sollten die Leiterinnen einige lockere, entspannende, unterhaltsame Spiele und Methoden einplanen, die nichts mit dem Hajk zu tun haben (müssen).

Die weiteren Schritte in der Planung können vielleicht erst nach der Entscheidungsphase geplant werden, weil sie abhängig von den getroffenen Entscheidungen sind.

Information:

Welche Informationen brauchen die Mädchen? Welche davon bekommen sie von den Leiterinnen (z.B. Regeln) und welche sollen sie sich selbst beschaffen (z.B. Landkarten) Wie ist das didaktisch einzuleiten?

Planung:

Müssen die Mädchen eine Planung ihres Hajk machen? (Vielleicht wegen dem gewählten Thema, der Übernachtungsfrage, Radwege...?) Wie sieht hier die Anleitung aus? Oder planen die Mädchen ohne Anleitung, vielleicht wenn sie schon unterwegs sind?

Übung:

Welche Kenntnisse und Fertigkeiten brauchen die Mädchen für die Durchführung? (siehe 4. und 5.)

Nun müßten die Mädchen bereit und voller Spannung sein und es kann losgehen.

Die Leiterinnen müssen für diese Zeit unter sich organisieren wer in der Nähe des Notfalltelefons bleibt. Evt. ist ja auch organisatorische Unterstützung mit den Mädchen abgemacht worden, die geleistet werden muß.

Üblich ist es, den Mädchen bei ihrer Rückkehr einen schönen Empfang zu bereiten, also z. B. ein feines Essen (in Büffetform, da ja nicht alle gleichzeitig kommen), eine Massage-Ecke...). Dies muss dann vorbereitet werden.

Sind die Mädchen wieder zurück, sollte ihnen zunächst Gelegenheit gegeben werden, in lockerer Form zu erzählen, was sie erlebt haben (vielleicht beim Essen).

Anschließend stehen Auswertung und Reflexion auf dem Programm. Die Auswertung stellt die Frage nach den bisher angewandten Methoden. Die Reflexion soll den Mädchen Gelegenheit bieten, darüber nachzudenken, wie es ihnen in den einzelnen Phasen des Hajk ergangen ist, was sie erlebt, gefühlt, gelernt, gedacht haben.

Hier bietet sich auch eine Unterteilung an analog zu den Entscheidungsphasen: Einzelarbeit, Kleingruppe, Großgruppe. Für diese Schritte der Auswertung und Reflexion müssen Methoden ausgewählt werden (siehe 7.) Die Auswahl sollte abwechslungsreich sein und die Kreativität ansprechen.

Im Anschluß daran, wenn es nicht schon vorher besprochen wurde, könnte sich die Frage der Dokumentation stellen. Es ist immer sinnvoll, pädagogische Projekte auch zu dokumentieren. vielleicht ergibt sich eine Dokumentation schon aus dem Thema und Ziel des Hajk, wenn z.B. Interviews gemacht wurden oder es wurden Tagebücher geschrieben, so dass nur noch ein Rahmen dafür und das Ganze in eine verständliche Form gebracht werden muß. Oder Teile der Auswertung und Reflexion, sind über Medien gemacht worden, die eine Dokumentation bilden können. Vielleicht haben die Mädchen aber auch Lust, eine Dokumentation zusätzlich zu erstellen. Hier sollten die Leiterinnen vorher überlegt haben, was sich anbietet und welche Möglichkeiten es gibt (Foto, Video, Zeitung, Theater...).



Ein letzter Teil des Hajk könnte dann ein Fest sein, das mit allen gemeinsam gefeiert wird. Hierfür müßten die Leiterinnen ein Repertoire an Schmuck, Musik etc. vorbereitet haben.

3.4. Elternarbeit

Leiterinnen von Zeltlager, Wochenenden oder Gruppenstunden haben für diese Maßnahmen die Aufsichtspflicht von den Eltern übertragen bekommen - entweder ausdrücklich durch eine schriftliche Übertragung oder stillschweigend durch die Erlaubnis zur Teilnahme. In welchem Umfang diese Aufsichtspflicht zu erfüllen ist richtet sich nach den persönlichen Verhältnissen der Mädchen (Reife, Erfahrungen...), der aktuellen Situation (im Schwimmbad, auf einer Bergwanderung, im Jugendzentrum...) und den Verhältnissen der Aufsichtspflichtigen (was kann ihr zugemutet werden?). Dies bedeutet, daß es keine allgemeingültigen Regelungen gibt, wie der Aufsichtspflicht genüge getan ist. Konkret ist gesetzlich nicht festgelegt, ob und wie lange Leiterinnen z.B. eine Kleingruppe von Wichteln alleine wandern gehen lassen dürfen. Für die Leiterinnen bedeutet das, sich zu überlegen, wie sie Reife und Erfahrungen der Mädchen einschätzen und ob ihnen aufgrund dieser Überlegungen ein Hajk zuzutrauen ist. Zusätzlich ist zu bedenken, dass die generelle von den Eltern übertragene Aufsichtspflicht (s.o.) für die gängigen Gruppenaktivitäten (Spiele und Sport, solange es kein gefährlicher Sport ist) gilt. Schon beim Schwimmbadbesuch scheiden sich hier die Geister, so dass ein Hajk sicher nicht zu den üblichen Gruppenaktivitäten gerechnet wird.

Kurz gesagt, ist es notwendig, die oben angeführten Überlegungen bzgl. der Erfüllung der Aufsichtspflicht anzustellen und eine ausdrückliche Erlaubnis der Sorgeberechtigten für die Teilnahme ihrer Tochter am Hajk einzuholen. Diese gesonderte Erlaubnis kann auf verschiedenen Wegen eingeholt werden, sollte aber immer eine schriftliche Form haben: Kennen die Eltern schon einen Hajk, haben sie einen guten Kontakt und ein vertrauensvolles Verhältnis zu den Leiterinnen und/oder sind sie vertraut mit ähnlichen pädagogischen Aktionen der Gruppe, reicht ein Vordruck (siehe Anhang), der die wesentlichen Charakteristika des Hajk beschreibt und den die Eltern unterschreiben. Ist dies nicht der Fall, sollte ein Gespräch/Elternabend geplant werden. Hier sollte den Eltern Sinn und Zweck sowie die Form des Hajk dargestellt werden. Auch die Einschätzung der Leiterinnen bzgl. der Fähigkeiten der Mädchen sollte dargestellt werden. Wenn dann die Fragen der Eltern, Ängste und Befürchtungen besprochen sind, sollten die Eltern den Vordruck unterschreiben.



4. Vorbereitung in der Gruppe

Jeder Hajk sollte gut vorbereitet werden. Besonders wichtig ist eine gute Vorbereitung für Gruppen, die das erste Mal einen Hajk erleben. Bei diesen Gruppen sollte vorher entsprechend Zeit eingeplant werden, neben den Fragen von Eltern im Rahmen eines Elterntreffens auch die Fragen der Teilnehmerinnen ausführlich zu beantworten.

Mit den Teilnehmerinnen gilt es, die Grundregeln für die Gruppe (4.1.) während des Hajks in Ruhe und dem Alter entsprechend verständlich zu besprechen. Daneben gilt es, die Ausstattung (4.2.) zu besprechen. Außerdem ist ein kurzer Einblick in einfachste Erste Hilfe (4.3.) und das Sprechen über Verhalten bei Notfällen (4.4.) sehr hilfreich. Gehen mehrere Gruppen auf Hajk, kann die Vorbereitung im Rahmen eines Stationslaufes stattfinden. Bei einem solchen Lauf wird die Gruppe in Kleingruppen eingeteilt und muß mehrere Stationen - im Haus oder auf dem Gelände verteilt - durchlaufen, an denen z.B. hilfreiche Kenntnisse (4.5.) für einen Hajk vermittelt werden können.

Haben die Teilnehmerinnen noch keine Hajkerfahrungen, sollten vorweg Ideen gesponnen werden. Hilfreiche Methoden können sein:

Dalli-Dalli
Sekundenzeiger

Material: Stifte, Zettel, Uhr mit

Es werden Kleingruppen mit je drei bis fünf Mädchen gebildet. Die Leitung ruft einen Begriff in den Raum, wie z.B. Schön sein, Freizeit, Abenteuer, ...Ein Mädchen aus jeder Gruppe schreibt alle Ideen auf, die ihr die Mitspielerinnen zu diesem Begriff zurufen. Pro Idee ein Zettel. Nach einer Minute wird gestoppt und gezählt, welche Gruppe die meisten Ideen aufgeschrieben hat.

Brainstorming
Plakat

Material: Zettel oder

In einer festgesetzten Zeitspanne werden alle Gedankeneinfälle und Assoziationen zum Hajk ohne Kritik und Bewertung einzeln oder auf Zuruf aufgeschrieben. Verständnisnachfragen können dann gestellt werden, bevor die Gruppe die Ideen diskutiert und sich für eine Idee entscheidet.

Symbole suchen

die Mädchen werden dazu aufgefordert, sich ein Symbol zu suchen für das, was sie gerne auf einem Hajk tun möchten. Im Kreisgespräch werden die Symbole bzw. die dahinter stehenden Ideen und Wünsche vorgestellt.

Am Hajktag selbst ist eine Einstimmung oder ein Impuls sehr schön, mit dem die Hajkteilnehmerinnen losgeschickt werden. Erfahrungsgemäß gut angekommen sind: Die Wegkreuzung, die Geschichte von Swimmy, die Schiffsschraubengeschichte, ... Mit dieser Einstimmung kann der Gruppe das Ziel eines Hajks, nämlich gemeinsam etwas zu erleben, nochmal klar gemacht. Schön für die Teilnehmerinnen ist auch, ihnen ein kleines Symbol, z.B. eine Murmel oder ein Tuch mit einem Segen auf die Reise zu geben.



Im Folgenden ausgewählte Einstimmungstexte:

Die Wegkreuzung

Seit unendlichen Zeiten zieht die Erde ihre Bahn um die Sonne, empfängt Wärme und Licht. Und der Mond umkreist die Erde, spendet seine silbernen Strahlen, hebt und senkt die Meere. Hoch oben in den Bergen wuchs ein Kind auf. Spielte sich in klarer Luft und auf sattgrünen Wiesen zur jungen Frau. Packte eines Tages ihr kleines Bündel und sagte zu Vater und Mutter, dass sie gehen wolle, um das Meer zu sehen. Denn während ihrer ganzen Jugend hatte sie sich nichts sehnlicher gewünscht, als einmal im Leben ihren Körper in das schäumende Meerwasser legen und auf den Lippen den salzigen Atem des Meeres spüren zu können.

Die junge Frau ging den vertrauten Weg hinab ins Tal. Aber sie hielt nicht in jenem kleinen Dorf, in dem sie immer ihre Milch verkauft hatte. Sie hielt auch nicht bei der kleinen Sennerhütte, wo sie als Kind jedes Mal einige Süßigkeiten und eine kalte schaumig-gerührte Buttermilch bekommen hatte. Sie ging weiter. Weiter, als sie je gegangen war an der Hand ihres Vaters. Sie ging, weil sie ein Ziel hatte. Sie wollte ihren Körper im schäumenden Meer baden und den salzig frischen Atem dieser endlosen Weite auf den Lippen spüren. Und so begleitete sie die kleinen Bäche, die aufgeregt über die Steine sprangen, suchte sich ihren Weg vorbei an wiederkäuenden Kühen hinunter ins Tal. Viele Menschen traf sie auf ihrem langen Weg. Oft wurde sie eingeladen, doch ein wenig auszuruhen und manchmal wurde ihr auch abgeraten, weiter zu gehen. Der Weg zum

Meer sei weit und beschwerlich, wurde ihr gesagt. Aber sie ließ sich nicht beirren. Sie nahm die Gastlichkeit dankbar an und ging weiter den Weg, den sie für sich gewählt hatte, weiter auf dem Weg, der sie zum Meer führen sollte.

Eines Tages, sie war schon sehr müde, kam sie an eine große Wegkreuzung. Der Weg, dem sie bisher gefolgt war, gabelte sich vor einem großen Gebirge in vier Pfade, von denen zwei links und zwei rechts um die Berge herumzuführen schienen. Die junge Frau wußte nicht weiter und setzte sich mitten auf die Kreuzung, um zu rasten, Brot zu essen und Wein zu trinken. So saß sie lange Zeit auf der Erde und konnte sich für keinen der vier Wege entscheiden. Jeder schien ihr ungewiß.

Eines Tages kamen Fremde an die Kreuzung und fragten die junge Frau, was sie denn hier mache. "Ich bin unterwegs ans Meer", gab sie Auskunft, "aber mein Weg endet hier. Nun weiß ich nicht, welche Richtung ich wählen soll..." - "Dann kommt doch mit uns", sagten die Fremden, "wir sind unterwegs in eine Stadt, die nur einige Stunden von hier entfernt ist."

Aber die junge Frau wollte an Meer, im warmen Sand sitzen, sich von der wilden Kraft der Wellen umschäumen lassen und den salzig frischen Atem des Meeres auf den Lippen spüren. Sie bedankte sich bei den Fremden für das Angebot und blieb weiter auf ihrer Wegkreuzung sitzen... Wieder dass sie lange Zeit allein und konnte sich für keinen der Wege entscheiden.

Viele Tage später kam ein einsamer Wanderer und setzte sich zu ihr. Lange Zeit saß er bei ihr und erzählte, was er alles erlebt hatte auf seiner Wanderschaft, wo er schon überall gewesen war, und was er alles erfahren hatte. Er aß mit der jungen Frau Brot und trank mit ihren Wein. Oft saßen sie noch zusammen, um die Sonne hinter den hohen Bergen versinken zu sehen. Und irgendwann fragte er sie, ob sie nicht mit ihm kommen wolle. Er sei unterwegs zu einem Wald ganz in der Nähe, um dort zu jagen. Aber die Frau auf der Wegkreuzung sagte auch ihm, daß sie nicht in einen Wald, sondern ans Meer wolle.

Die Wochen vergingen und mit ihnen wechselten die Jahreszeiten. Die Frau saß auf dem Platz zwischen den Wegen und sah den Wolken nach, die sich übers Gebirge jagten und bunte Blüten der Phantasie an den Himmel malten. Eines Morgens wurde sie von Fremden geweckt, die unterwegs zu Bauern waren. Sie fragten, ob sie nicht mitkommen wolle, bei der Ernte zu helfen. Und weil die Frau schon lange so untätig dort gesessen hatte, entschied sie sich, dieses Mal mit den Fremden zu gehen. Sie kamen in ein kleines Dorf, und den ganzen Herbst half sie, die Ernte einzufahren. Es gefiel ihr gut bei den Bauern. Nur eine Sehnsucht blieb in ihr und wuchs und wuchs, während der Winter die Landschaft in stille weiße Träume verpackte.

Sie wollte ans Meer. Und deshalb packte sie an einem klaren Frühlingmorgen ihr Bündel und sagte den freundlichen Bauern, dass sie wieder gehen wolle, denn sie sei unterwegs ans Meer.

Danach ging sie ihren Weg zurück, bis sie wieder an die große Kreuzung kam. Ratlos setzte sie sich. Wenn sie nur wüßte, welchen dieser Wege sie wählen sollte, um endlich an das Ziel ihrer Sehnsucht zu kommen. Sehr lange saß sie an der Wegkreuzung, bis nach Wochen eine Frau kam, die unterwegs war in ein kleines Dorf. Sie wollte dort ihre Waren verkaufen, erzählte sie und fragte die Frau, so sie nicht Lust hätte, sie zu begleiten. Und weil diese wußte, dass sie allein zu keinem Entschluß kommen würde, ging sie mit der fremden Frau in das kleine Dorf. Es gefiel ihr gut dort. Sie half Hemden und Hosen nähen und später auf dem Markt verkaufen. Aber immer blieb in ihr die Sehnsucht nach dem Meer. Eines Tages hielt sie es nicht mehr aus. Wieder packte sie ihre Habseligkeiten

zusammen und wanderte zurück an jene große Kreuzung. Hier war ihr inzwischen schon alles so vertraut. Sie suchte sich wieder ihren alten Platz und machte es sich gemütlich. Dann saß sie dort, fast unbeweglich, eine lange, lange Zeit.

Ihr Haar war inzwischen dünn und grau geworden. Ihr Rücken beugte sich immer mehr unter der Last der sich ständig wiederholenden Jahreszeiten. Noch immer wußte sie nicht weiter. Konnte sich einfach nicht entscheiden, welchen dieser Wege sie nun wählen sollte. Manchmal glaubte sie in stillen, schlaflosen, mond hellen Nächten ein leises fernes Rauschen zu hören, als ob das Meer sie rufen würde. Und wenn der Nachtwind mit lauem Hauch von den Bergen strich, vermeinte sie sogar auf ihren Lippen einen zarten salzigen Geschmack spüren zu können.

Es war eine solche Nacht, als sie sich entschloss, einfach die Berge hinaufzusteigen. Die Wanderung war sehr beschwerlich. Durch beängstigend verwirrende Felsengärten, dichtes Unterholz und über steil abfallende Grate führte ihr Weg nach oben. Höher und höher stieg sie bei ihrer einsamen Wanderung. Nachts war es längst nicht mehr so warm wie unten an der großen Wegkreuzung. Sie fror und kauerte sich oft hilflos an den nackten, kalten Fels. Manchmal glaubte sie auch, ihre Kraft würde nicht ausreichen. Immer schwieriger schien es, sich die steilen Hänge emporzuquälen, um wieder feststellen zu müssen, dass hinter dem eben erklommenen Gipfel der nächste auf sie wartete. Und dann endlich - sie hatte schon fast nicht mehr dran geglaubt - stand sie ganz oben. Der Wind packte ihr langes, graues Haar, zerwühlte es mit klammen Fingern und riß an ihrer Kleidung. Sie öffnete Mund, um diese Gewalt in sich hineinzusaugen. Erschöpft und keuchend atmete sie gegen den Wind. Und endlich öffnete sie ihre Augen und blickte sich um. Der Ausblick überwältigte sie. Tief unten entdeckte sie, ganz klein jetzt, die Wegkreuzung, auf der sie so lange gesessen hatte. Sie sah die vier Pfade, die sich dort unten verzweigten. Der eine führte in eine große Stadt, direkt auf den Marktplatz und darüber hinaus. Der andere schlängelte sich durch einen dichten Wald, nahe an ein kleines Häuschen. Auch er endet dort nicht. Der dritte war ihr bekannt. Er wand sich in das Tal zu den Bauern, den sie bei der Ernte geholfen hatte, kletterte dann über einige kleine Hügel und führte in eine fruchtbare Ebene. Und der vierte traf auf jenes kleine Dorf, in dem sie Hemden und Hosen geschneidert hatte. Doch auch dieser zog durch das Dorf hindurch und weiter.

Die alte Frau stand auf dem Gipfel des Berges und zitterte. Die vier Wege trennten sich vor dem Gebirge, umringten es und näherten sich einander in einer weiteren Ebene, vereinigten sich und setzten ihre Reise fort - bis zum Meer, in dem sich weit entfernt der Horizont zu spiegeln schien. Die alte Frau saß hoch oben auf dem Felsen, die vor ihr steil abbrachen und dort hinten jenseits der Ebene, verlor sich ihr suchender Blick in die Unendlichkeit des Meeres. Je länger sie schaute, um so deutlicher glaubte sie das schäumende Wasser zu sehen. Sie meinte fast, die tosende Kraft der Wellen zu spüren, die weit vor ihr in die zerfurchten Klippen schlugen und zersprangen. Aber sie konnte nichts hören, so weit weg stand sie, hoch oben auf dem Gipfel und wusste, sie hatte nicht mehr die Kraft zurückzugehen an jene große Wegkreuzung, wo sie so lange gesessen hatte. Zurück, um irgendeinen Weg zu wählen, der sie ans Meer bringen würde. Sie hatte keinen dieser Wege gewählt, war keinen bis zum Ende gegangen. Erst hier, hoch oben auf dem Felsen, erkannte sie, dass jeder dieser Wege ans Meer geführt hätte.

Und plötzlich wusste sie: Niemals in ihrem Leben würde der salzige frische Atem grenzenloser Weite ihre Lippen netzen. Und niemals in ihrem Leben würde sie das wild schäumende Wasser des Meeres auf ihrem Körper spüren.

<aus: Heinz Körner "Die Farben der Wirklichkeit - Ein Märchenbuch" Stuttgart 1983>

Swimmy

Irgendwo in einer Ecke des Meeres lebte einmal ein Schwarm kleiner, glücklicher Fische. Sie waren alle rot. Nur einer von ihnen war schwarz. (Schwarz wie die Schale der Miesmuschel). Aber nicht nur in der Farbe unterschied er sich von seinen Schwestern und Brüdern: Er schwamm auch schneller. Sein Name war Swimmy. Eines schlimmen Tages kam ein Thunfisch in diese Ecke des Meeres gebraust, ein schneller, grimmiger, überaus hungriger Bursche. Der verschlang alle kleinen roten Fische mit einem einzigen Maulaufreißen. Nur ein Fisch entkam ihm. Das war Swimmy. Erschrocken wedelte der kleine Swimmy hinaus ins große Meer.

Nun ist das Meer aber voller wunderbarer Geschöpfe, die Swimmy in seiner heimatlichen Meeresecke nie gesehen hatte. Als der große Ozean ihm Wunder um Wunder vorführte, wurde er bald wieder so munter wie ein Fisch im Wasser. Dann jedoch glaubt Swimmy seinen Augen nicht zu trauen: Er sah einen Schwarm kleiner roter Fische. Hätte er nicht gewußt, dass sein eigener Schwarm verschlungen und verschwunden war: Er hätte sie für seine Schwestern und Brüder gehalten. "Kommt mit ins große Meer!" rief er ihnen zu. "Ich will euch viele Wunder zeigen!" "Geht nicht", riefen sie. "Dort würden uns die großen Fische fressen". Die Antwort der kleinen Fische machte Swimmy nachdenklich. Er fand es traurig, daß der Schwarm sich nie hinaus ins offene Meer trauen durfte. "Da muss man sich was ausdenken!" dachte er. Und er dachte nach. Er überlegte und überlegte. Und endlich hatte er einen Einfall. "Ich hab's!" rief er fröhlich. "Lasst uns etwas ausprobieren!" Da Swimmy den kleinen Fischen gefiel, befolgten sie seine Anweisungen: Sie bildeten einen Schwarm in einer ganz bestimmten Form. Jedes Fischlein bekam darin seinen Platz angewiesen.

Als der Schwarm diese bestimmte Form angenommen hatte, da waren aus vielen roten Fischen ein großer Fisch geworden, ein Fisch aus Fischen, ein Riesenfisch. Es fehlte dem Fisch nur das Auge. also sagte Swimmy: "Ich spiele das Auge!" Jetzt traute sich der Schwarm endlich hinaus in die große Welt der Wunder. Niemand wagte mehr, sie zu belästigen. Im Gegenteil: Selbst die größten Fische nahmen vor dem Schwarm Reißaus. Und so schwimmen viele kleine Fische, getarnt als Riesenfisch, immer noch glücklich durch das Meer, und Swimmy fühlt sich in seiner Rolle als wachsames Auge sehr wohl.

Die kleine Schraube

Es gab einmal in einem riesigen Schiff ein ganz kleine Schraube, die mit vielen anderen Schrauben zwei große Stahlplatten miteinander verband. Diese kleine Schraube fing an, mitten im Indischen Ozean etwas lockerer zu werden und drohte, herauszufallen. Da sagten die nächsten Schrauben zu ihr: "Wenn Du herausfällst, dann gehen wir auch." Und die großen Nägel unten am Schiffskörper sagten: "Uns wird es auch zu eng, wir lockern uns auch ein wenig." Als die großen eisernen Rippen das hörten, da riefen sie: "Um Gottes willen bleibt; denn wenn ihr nicht mehr haltet, dann ist es um uns geschehen!" Und das Gerücht von dem Vorhaben der kleinen Schraube verbreitete sich blitzschnell durch den ganzen riesigen Körper des Schiffes. Er ächzte und erbebte in allen Fugen. Da beschloßen sämtliche Rippen und Platten und Schrauben und auch die kleinsten Nägel, eine gemeinsame Botschaft an die kleine Schraube zu senden, sie möge doch bleiben; denn sonst würde das ganze Schiff bersten und keine von ihnen die Heimat erreichen. Das schmeichelte dem Stolz der kleinen Schraube, dass ihr solch ungeheure Bedeutung beigemessen wurde, und sie ließ sagen, sie wolle sitzenbleiben.

4.1. Grundregeln für die Gruppe

Wichtige Regeln während des Hajks sind:

1. Immer in der Gruppe zusammenbleiben, in Notfällen zu zweit zusammen bleiben.
2. Nicht trampeln!
3. Pünktlich sein beim Ankommen - weder zu früh, noch zu spät! Es ist wichtig, den vereinbarten Zeitraum bei der Ankunft einzuhalten, weil:
 - sich sonst die Leitung Sorgen macht,
 - die eigene Verantwortung für Zeit wichtig ist,
 - es ein Ziel des Hajks ist, eine bestimmte Zeit zusammen zu verbringen und sinnvoll auszunutzen.
4. Sich und andere nicht gefährden!
5. Keiner Person und keiner Sache Schaden zufügen (Ihr seid haftbar!)
6. Sich entsprechend der Straßenverkehrsverordnung verhalten: Gehwege und nur gesicherte Straßenüberquerungen (Zebrastreifen etc.) benutzen innerhalb geschlossener Ortschaften, außerhalb von Ortschaften am linken Straßenrand im Gänsemarsch gehen.
7. Sich entsprechend des Jugendschutzgesetzes verhalten.
8. Umwelt schützen - Müll gehört nicht in die Umwelt!
9. Sinnvoll ist auch das Einhalten einiger Gesprächsregeln untereinander, besonders, wenn es zu Konflikten kommt, wie z.B. ausreden lassen, nicht von man sondern von sich sprechen....

Weiteres ist je nach Hajkform wichtig:

Wildes Zelten:

Wildes Zelten, d.h. Zelten ohne Einverständnis der GrundstückseigentümerIn, ist strafbar. Deshalb ist immer die Erlaubnis zum Zelten einzuholen, selbst wenn nur eine einzige Nacht auf dem Grundstück gezeltet wird.

Eigentumsrecht:

Fremdes Eigentum muß respektiert werden. Unter fremdes Eigentum fallen auch Wälder und Wiesen, sowie deren Erzeugnisse. Es ist daher nur mit Genehmigung des Eigentümers möglich, Holz aus einem Wald zu holen, oder Blumen, Pilze Beeren, etc. zu pflücken. Auch Fallobst steht unter dem Eigentumsrecht; es ist Eigentum des Baumbesitzers, selbst wenn es auf öffentlichen Plätzen oder Wegen liegt.

Feld- und Forstschutz:

Es ist verboten, über Gärten oder vor beendeter Ernte über Wiesen, bestellte Äcker, zur Bestellung vorbereitete Äcker, mit Einfriedungen oder mit Verbotsschildern versehene Schonungen, Wiesen, Weiden oder Privatwege zu gehen oder zu fahren; Garten- oder Feldfrüchte dürfen aus den oben genannten Grundstücken nicht entwendet werden. Steine, Pflanzen, Tafeln etc., die zur Abgrenzung, Absperrung oder Vermessung von Grundstücken dienen oder als Merk- und Warnzeichen aufgestellt sind, dürfen nicht entfernt werden. Ebenso ist es verboten, Holzstöße umzuwerfen, Forstkulturen zu betreten, Sträucher, Bäume oder Hecken zu beschädigen, sowie Ameisenhaufen zu zerstören. Pflanzen und Pilze dürfen nicht mutwillig zerstört werden.

Feuerschutz

Es ist untersagt, in gefährlicher Nähe (= 100 m) von Gebäuden oder feuerfangenden Sachen Feuer anzuzünden. In Wäldern, auf Moor- oder Heideflächen oder in gefährlicher Nähe solcher Gebiete ist es verboten, mit Feuer zu hantieren oder glimmende/brennende Gegenstände fortzuwerfen.

Feuerstellen müssen vom Grundstückseigentümer genehmigt sein. Das Rauchen ist im Wald vom 1. März bis 31. Oktober verboten. Gut ist es, sich vorher nach den jahreszeitlichen bzw. Landesregelungen zu erkundigen.

Gewässerschutz

So schön das Stauen von kleinen Bächen ist, es ist zu unterlassen, da nicht klar ist, wer und was von diesem Wasser abhängig ist. Ebenso ist das Verunreinigen von Gewässern zu unterlassen. Bitte mit biologisch abbaubarer Seife bzw. Shampoo waschen, falls sich in natürlichen Gewässern gewaschen wird.

Dies sind allgemeine Regeln. Je nach Situation und Art des Hajks (Bootstour, Benutzung der öffentlichen Verkehrsmittel, Inlineskatehajk...) kommen natürlich nach der speziellen Ausrichtung des Hajks zu beachtende Regeln dazu! Dies sind auch nur Regeln, wie sie in Deutschland gelten. Im Ausland muß sich die Leitung entsprechend informieren.



4.2. Ausstattung

Die Teilnehmerinnen eines Hajks sollten eine einfache Grundausrüstung an Kleidung möglichst klein verpackt mitnehmen. Je nach Hajkart in einem (Tages-)Rucksack, Fahrradtaschen, etc.. Es empfiehlt sich, die Kleidung erst in Müllbeutel zu tun, bevor man sie weiter verpackt.

Wichtig ist auch eine Verbandstasche mit Pflastern, Verbänden, Desinfiziermittel, Mittel gegen Insektenstiche, Magentabletten und Calcium.

Die Notfallnummern von Polizei, Feuerwehr und der verantwortlichen Leitung sollten auf einem Extrazettel jedem Mädchen mitgegeben werden.

Außerdem empfiehlt es sich bei wärmeren Temperaturen eine Kopfbedeckung zu verordnen.

Toilettenpapier nicht vergessen!!! Ebenso Feuerzeug, Taschenmesser, Dosenöffner, Bindfaden, Wasserflasche, Geschirr und leere Mülltüten (sowohl für Müll als auch für die Sachen bei Regen).

Außerdem sollte die Kopie des Impfausweises und die Krankenversicherungskarte mitgenommen werden. Im Notfall helfen die Ärzte auch so, aber einfacher ist es mit der Karte. Falls Privatversicherte dabei sind, ist entsprechend Geld für einen möglichen Arztbesuch einzuplanen, wobei hier auf jeden Fall Rücksprache mit der Gesamtleitung zu halten ist.

Verpflegung

Je nach Landschaft und Ziel des Hajks werden entweder nur die Nahrungsmittel für den ersten bis zweiten Tag z.B. Dosensuppe, Brot, Margarine, Obst, Wasser in den wieder-auffüllbaren Wasserflaschen, Käse, Zucker, Tee- und Kaffeepulver nach Bedarf, Spaghettis mit Soßenpulver, Zitronentee und Tütensuppen mitgenommen. Gemüse, Brot und Obst kann dann noch dazu gekauft werden. Oder aber, wenn es sehr einsam wird, die Verpflegung für die gesamte geplante Zeit. Hier gilt es, genau zu planen, was gebraucht wird.

Geld

Die Teilnehmerinnen sind je nach Planung mit Geld für Lebensmittel auszustatten (ca. 10 DM pro Tag pro Teilnehmerin). Je nach Gepflogenheiten des Landes (in Holland gibt es z.B. kostenpflichtige Minicampings bei den Bauern) muss auch Geld für Übernachtungsmöglichkeiten eingeplant werden (an aktuellen Campinggebühren orientieren).

Die Teilnehmerinnen sollten aber möglichst wenig Geld ausgeben. Eine Telefonkarte bzw. Kleingeld fürs Telefonieren, sowohl für die Kontrollanrufe, als auch für Notfälle muss eingeplant werden. Außerdem kann man den Teilnehmerinnen versichern, dass sie notwendige Auslagen, die sie von ihrem eigenen Geld haben könnten, gegen Quittung erstattet bekommen.

Hajkaufgaben

Die Hauptaufgabe eines Hajks an sich ist, mit wenig Geld eigenständig die verabredete Zeit unterwegs zu sein. Falls Leiterinnen dabei sind, sollen sie sich im Hintergrund halten, das Engagement soll bei den Hajkteilnehmerinnen liegen.

Man kann einen Hajk kurzweiliger gestalten, indem man den Teilnehmerinnen Aufgaben mitgibt, die sie während des Hajks einzulösen haben, z.B. ein Lied oder Theaterstück über die Erlebnisse ihres Hajks zu gestalten, möglichst viel über die Gegend und die Leute zu erfahren, etc. Beliebt ist auch das Tauschspiel: dabei bekommen die Teilnehmerinnen etwas mit, z.B. ein Ei oder 10 Pfennig, und erhalten die Aufgabe, dies möglichst oft gegen etwas einzutauschen. Sie sollen etwas eingetaushtes mitbringen und später der Gesamtgruppe davon berichten. Hier gab es schon die spannendsten Tauschergebnisse.

Die Ergebnisse der Hajkaufgaben lassen sich am besten in einem Willkommensabend repräsentieren. Dies führt auch die Gesamtgruppe wieder gut zusammen, wenn mehrere Kleingruppen unterwegs waren.

Im Ausland

Im Ausland ist es außerdem ratsam, den Personalausweis mitzunehmen. Ein mehrsprachiger Brief (Beispiel siehe Anhang) kann die Zeltplatzsuche erleichtern, wenn die Teilnehmerinnen der Sprache nicht mächtig sind. Außerdem muss der entsprechende Krankenversicherungsnachweis mitgenommen werden. Ein Wörterbuch in der Landessprache sollte auf jeden Fall mitgenommen werden.



4.3. Erste Hilfe

Zur Vorbereitung eines Hajks gehören auch einfache Erste-Hilfe-Kenntnisse. Hilfreich für die Vermittlung sind Menschen mit Fachkenntnissen, beispielsweise Krankenhauspersonal. Grundsätzlich sind Krankheiten und Verletzungen von Fachpersonal zu behandeln.

Falls etwas während des Hajks passiert, gilt auch hier die 1. Hajkregel ("In Notfällen bleiben immer mindestens zwei zusammen und die anderen holen Hilfe").

Alle sollten:

- wissen, was in eine Verbandstasche gehört, die dann auch auf den Hajk mitgegeben wird.
- ein Pflaster kleben können.
- einen Verband wickeln können. Wenn nicht klar ist, ob mehr als eine Stauchung vorliegt, sofort zum Arzt!
- wissen, dass man bei Nasenbluten nicht den Kopf in den Nacken legt, sondern das Blut laufen lässt, wenn möglich den Nacken kühlt.
- wissen, dass bei Insektenstichen Salbe (z.B. Fenistil) helfen kann, wenn die Stelle dicker wird, zum Arzt!
- wissen, dass leichte Verbrennungen (ohne offene Wunde!) so lange wie möglich mit kaltem Wasser gekühlt werden sollen. Bei größeren Sachen sofort zum Arzt.

Bei Caravelles (13–16Jährige) und Rangern (ab 16) können folgende Kenntnisse dazu kommen:

- Bei Sonnenstich sofort raus aus der Sonne, sitzen lassen, anlehnen und was zu trinken verabreichen.
- Bei Schock/Kreislaufkollaps - erkennbar an plötzlicher Übelkeit/Unwohlsein - hinlegen und die Beine hochlegen. Beim Schock fühlt sich die entsprechende Person meistens heiß an und hat einen roten Kopf, beim Kreislaufkollaps steht meist kalter Schweiß auf der Stirn.
- Wunden sollten - offene immer! - steril oder keimfrei - abgedeckt werden. Bei kleinen (Schürf-)Wunden reicht es, Desinfektionsmittel draufzusprühen. Bei stärker blutenden Wunden nicht abbinden, sondern Verband auf die Wunde und fest wickeln. Wenn es punktuell blutende Wunden sind, den Finger drauf, bis die Blutung abgeklungen ist oder Hilfe da ist.

Solche Tipps können den Mädchen auch schriftlich ins Erste-Hilfe-Päckchen mitgegeben werden.

4.4. Verhalten bei Notfällen

Notfälle können bei einem Hajk wie auch sonst im Leben der Mädchen, immer auftreten. Wir können sie nicht 100% schützen. Das kann auch nicht der Sinn von Pädagogik sein. Ein Sinn von Pädagogik ist aber, den Mädchen eine Menge "Handwerkszeug" zu geben, mit dem sie sich selber schützen oder den Schaden begrenzen können. Ein Hajk kann Anlass sein oder zwingt auch dazu, einiges von diesem "Handwerkszeug" zu lernen oder wieder aufzufrischen.

Gruppendynamische Notfälle

Hierfür sind einige Regeln hilfreich, die mit den Mädchen gemeinsam festgelegt werden sollten (Siehe 4.1.) Außerdem ist es auch hilfreich, die Mädchen "mental" auf konstruktive Konfliktlösungsstrategien einzustimmen. Eine Gelegenheit hierfür ist die Entscheidungsphase vor der Durchführung. Wenn die Mädchen hierbei Konfliktlösung als positiv und befriedigend erleben und sie Beispiele (angeleiteter) konstruktiver Konfliktlösungsstrategien erleben, überträgt sich das natürlich auch auf Situationen während des Hajk.

Eine weitergehende Möglichkeit ist das Üben von Konfliktlösungsstrategien, z.B. durch Rollenspiel. Die Anleitung solcher Rollenspiele erfordert aber von den Leiterinnen einiges an Können und Erfahrung, so dass es keinen Sinn hat, es hier zu beschreiben. Wenn eine hier Erfahrungen hat, könnte es in die Vorbereitungen für einen Hajk eingebaut werden.

Verletzungen

Hier muss die Leitung entscheiden, ob sie es sinnvoll findet und ob es ins Zeitbudget paßt, einen "Notfallkurs" mit den Mädchen zu machen. (Siehe 4.3.) Wenn dies für die Mädchen Neuland ist, reicht ein einmaliger Kurs wohl nicht aus, bei Verletzungen und Unfällen angemessen und richtig zu helfen. Eine Hilfe kann es aber sein, wesentliche Grundlagen zu besprechen und den Mädchen schriftlich mitzugeben.

Was auf jeden Fall mit ihnen besprochen werden muss, ist, wo und wie sie professionelle Hilfe bekommen, also: Die Notfallnummern von Polizei, Feuerwehr, Krankenwagen.

Wie wird der Notdienst angefordert?

Auch diese Informationen sollten ihnen schriftlich mitgegeben werden..

"Ungute Gefühle"

Dies umfaßt Situationen, in denen Mädchen Befürchtungen haben, sich etwas nicht zutrauen (z.B. eine Flußüberquerung, ein bestimmter Schlafplatz...), allgemein ein ungutes Gefühl haben. Oft haben nur einzelne Mädchen in einer Kleingruppe dieses ungute Gefühl und darüber entsteht Streit - wenn nicht gleich darüber hinweggegangen wird. Vor einem Hajk sollte mit den Mädchen besprochen werden, daß diese Gefühle - auch wenn sie nur ein Mädchen hat - ernst und wichtig genommen werden. In den Entscheidungsprozessen für den Hajk werden oft schon von den Mädchen ähnliche Gefühle benannt und der Umgang der Leiterinnen damit ist auch hier beispielhaft für die Mädchen.

Bedrohliche Situationen

Der Umgang mit gewalttätigen und sexuellen Übergriffen lässt sich nicht ad hoc lernen und eine Auseinandersetzung damit ist auch nicht nur für einen Hajk notwendig. Übergriffe passieren ständig und gerade auch im privaten Bereich der Mädchen und Frauen.

Wünschenswert ist deshalb eine pädagogische Praxis, die die Mädchen langfristig in ihren Gegenstrategien unterstützt. Trotzdem kann ein Hajk natürlich auch Anlass sein, dies noch einmal ausdrücklich zu thematisieren. Vielleicht werden diesbezügliche Ängste auch von den Mädchen geäußert. (Ganz sicher wird danach von den Eltern beim Elternabend gefragt).

Als Einstieg in ein Stück Präventionsarbeit bietet sich eine Auseinandersetzung mit unguuten Gefühlen an, da sich Übergriffe oft so ankündigen. Darauf aufbauend könnten einige Übungen aus dem Wendo gemacht werden, zum Thema Grenzen setzen, Nein sagen etc. Es gibt Arbeitshilfen zur Prävention sexueller Gewalt, die eine Menge Methoden und Spiele zu diesem Thema bieten.

Werden diese Übungen und Methoden direkt vor einem Hajk gemacht, ist zu bedenken, daß sie oft auch viel Mut machen und die Mädchen sich sehr stark fühlen. Dies kann auch leicht zu einer Überschätzung der eigenen Kräfte und damit erst recht zu gefährlichen Situationen führen. Um dem vorzubeugen, ist es sinnvoll nicht nur Gegenstrategien, sondern auch Vermeidungsstrategien zu besprechen/üben. An erster Stelle steht hier das schnelle Reagieren auf unguute Gefühle. Weiterhin ist es sinnvoll mit den Mädchen andere Verhaltensmöglichkeiten zu sammeln: Weglaufen, Frauen ansprechen... . Sinnvoll ist es auch, den Zusammenhalt in der Gruppe, das solidarische Handeln zu thematisieren.



5. Hilfreiche Kenntnisse

Für einige Formen des Hajk sind bestimmte Kenntnisse der Mädchen hilfreich oder sogar zwingend notwendig. So sollten die Mädchen bei einem Fahrradhajk natürlich die Verkehrsregeln kennen und wissen wie die gängigen Fahrradreparaturen durchgeführt werden. Bei einem Hajk mit Kanus sollte vorher das Ein- und Aussteigen und das Lenken geübt werden. Diese Kenntnisse können auf das notwendige Maß beschränkt sein, als Vorbereitung auf den Hajk. Sie könnten aber auch - mit dem Hajk als Anlass - zu einem richtigen großangelegten Projekt werden. Umgedreht kann natürlich auch ein derartiges Projekt Anlass sein, als Höhepunkt und Abschluss einen Hajk durchzuführen.

Andere Kenntnisse können für das Thema des Hajk wichtig sein: Ein ökologisches Thema erfordert natürlich bestimmte ökologische Kenntnisse.

Bei anderen Kenntnissen ist abzuwägen, (im Hinblick auf die gesetzten Ziele und die Fähigkeiten der Mädchen), ob die Mädchen vorher Informationen bekommen, ob sie diese schriftlich mitbekommen (vielleicht als Rätsel) oder ob es vorher geübt wird. Diese Möglichkeiten gibt es z.B. bei Wichteln oder Pfadis, die während des Hajk den ÖPNV benutzen werden, oder wenn die Mädchen bestimmte Informationen beschaffen müssen (Wo gibt es gratis Stadtpläne?, Wo hat die Frauenbeauftragte ihr Büro?).

Andere Kenntnisse können den Mädchen vorher vermittelt werden im Sinne einer Anregung, die sie vielleicht während des Hajk aufgreifen möchten. Dies könnten z.B. Informationen zu Astronomie und Astrologie sein, zur Ökologie, Botanik, zum Städtebau, Geschichte einer Landschaft...

Wie schon anhand dieser Beispiele zu sehen ist, gibt es in der Vorbereitung zu einem Hajk ein unbegrenztes Feld an Kenntnissen, die hilfreich sein könnten. Nur einige sind zwingend erforderlich zur Durchführung eines Hajk, viele beinhalten Möglichkeiten, den Hajk zu einem großangelegten Projekt zu machen. Für die meisten gibt es eigene Anleitungsbücher und Arbeitshilfen. Im Folgenden haben wir Kenntnisse beschrieben, die vielleicht schwieriger in der Literatur zu finden sind und andererseits für viele verschiedene Hajks notwendig sind.

5.1. Orientierung

a) Kompass

Was können wir nun alles mit dem Kompass anfangen?

Erst einmal stellen wir die genaue Himmelsrichtung fest am Tage und in der Nacht.

Eine Karte einnorden heißt, sie so zu legen, dass die Himmelsrichtung, die auf der Karte eingezeichnet ist, mit der Wirklichkeit übereinstimmt. Bei einem Marschkompass, der links eine Anlegekante besitzt, legen wir diese Kante an eine senkrechte Linie der Karte an. Das kann der Rand der Karte sein oder auch eine senkrechte Linie des an der Karte eingezeichneten Gitternetzes. (Nicht zu verwechseln mit Längengraden!) Dann drehen wir die Karte mit dem daraufgelegten Kompass so lange, bis die Kompassnadel auf die westliche Richtung einspielt, bis also die Nadel 1 1/2 Strich westlich vom Nordpol steht.

So ist die Karte eingenordet. Nun können wir unseren genauen Standpunkt auf der Karte feststellen.

Mit dem Kompass visieren wir einen auffallenden Punkt im Gelände an, der auch auf der Karte eingezeichnet ist. Nehmen wir beispielsweise eine Kirche. Diesen Punkt visieren wir mit dem Kompass an und drehen dabei die Kompaßscheibe so, daß die Nadel auf die westliche Mißweisung einspielt. Dann können wir oben - wo meist auf dem Kompaß ein feststehender Pfeil zu sehen ist - eine bestimmte Zahl ablesen. Nehmen wir an, es stünde dort die Zahl 32. In dieser Richtung lassen wir den Kompaß stehen und legen nun die links am Kompaß befindliche Anlegekante mit der Spitze an den markanten Punkt im Gelände auf der Karte an (also Spitze der Anlegekante an die Kirche). Dabei achten wir aber darauf, dass die Kompassnadel immer auf die westliche Mißweisung zeigt und diese nicht verlässt. An der Anlegekante entlang ziehen wir nun einen dünnen Bleistiftstrich. Mit dem zweiten auffallenden Punkt, den wir zur eigenen Bestimmung brauchen, machen wir es genauso. Beide Bleistiftstriche verlängern wir dann so lange, bis sie sich irgendwo auf der Karte schneiden.

Der Schnittpunkt beider Linien bezeichnet so auf der Karte unseren genauen Standpunkt.

Wir können auch nach Marschzahlen gehen.

1. Karte einnorden (wie es am Anfang beschrieben).
2. Genauen Standpunkt festlegen (wie vorher).
3. Die Anlegekante des Marschkompasses mit der Nummer 0 am Ausgangspunkt anlegen, während die Nummer 5 der Schiene in die Richtung des Zieles zeigt. Nun bleibt der Kompass fest liegen, auch die Karte wird nicht bewegt. Wir drehen die Kompassscheibe so lange, bis die Kompassnadel auf die westliche Mißweisung einspielt. Dann können wir oben am Pfeil des Kompasses die Marschzahl ablesen.

Es ist hierbei nicht unbedingt notwendig, den eigenen Standpunkt vorher festzustellen, aber es ist gut, wenn wir es tun, um jeden Irrtum zu vermeiden.

Nun haben wir die Kompasszahl festgestellt und können nach dieser Zahl laufen. Als Übung kann man den Auftrag geben, nach dieser festgestellten Marschzahl 5 km zu marschieren, wo eine neue Zahl und so weiter gegeben wird. So kann man beliebig viel Gruppen mit verschiedenen Zahlenspielen zu einem gemeinsamen Ort führen, die auf verschiedenen Wegen erreicht wird.

Was macht aber die Gruppe, die den Auftrag erhält, nach einer bestimmten Marschzahl zu gehen?

Zuerst wird oben am Kompass die verlangte Marschzahl eingestellt, dann drehen wir uns mit dem Kompass so lange, bis die Zahl auf die westliche Mißweisung zeigt. In dieser Stellung verbleibt der Kompass. Die Marschrichtung ist die Richtung des Pfeils oben am Kompass.

Wir brauchen nicht dauernd den Kompass in der Hand zu halten und aufpassen, dass wir auch keinen Strich breit von der Richtung abweichen, vielmehr stellen wir die Marschzahl in der bereits beschriebenen Form ein, visieren in dieser Richtung einen auffallenden Punkt an, etwa einen alleinstehenden Baum, stecken den Kompass beruhigt in die Tasche und gehen auf den Baum zu. Erst dort stellen wir erneut die Marschzahl wieder ein, visieren wieder einen auffallenden Punkt und gehen so weiter bis ans Ziel.

Das klappt mit den meisten Kompassen auch nachts, da ein Teil der Zahlen wie auch der Pfeil mit einer Leuchtmasse versehen ist.

b) Einfache Hilfsmittel

Augenleistung

Ein durchschnittliches, gesundes Menschaugen erkennt bei normaler Beleuchtung

auf 12 - 15 km	eine Burg, markanten Kirchturm, Hochkamin, Sendeantenne
auf 7 km	Wohnhäuser, Scheunen
auf 3 km	fahrendes Auto
auf 1500 m	Personengruppen, Autos
auf 1000 m	einzelne Bäume, Kuh oder Pferd
auf 700 m	verschiedene Menschen nebeneinander
auf 500 m	die Kleiderfarbe der Person
auf 300 m	Gesicht des Menschen als hellen Fleck
auf 200 m	Einzelheiten der Bekleidung (Rucksack, Kniesocken, kurz- oder langärmeliges Hemd usw.)
auf 100 m	Menschaugen als Flecken
auf 50 m	Augen, Mund, Nase, Ohren deutlich.

Himmelsrichtungen nach Sonnenstand

Den kleinen Uhrzeiger zur Sonne zu richten und den Winkel zur Zwölfuhrmarke halbieren. Die Halbierungslinie zeigt genau nach Süden, am Vormittag links von der Zwölfuhrmarke, am Nachmittag rechts davon.

Sterndeutung

Wenn die Sonne untergegangen ist, helfen die Sterne weiter, besonders der Polarstern, indem die >Hinterachse< des deutlich erkennbaren Sternbildes vom >Großen Wagen< fünfmal verlängert wird.

5.2. Wetter - Sinnige Wetterregeln

Zeichen für gutes Wetter sind:

Hochfliegende Mücken und Schwalben,
Weit über den See fliegende Strandvögel
Spinnen mitten im straff gespannten Netz,
Das abendliche Froschkonzert,
Der rege Ameisenhaufen,
Flug der Fledermäuse,
Dem Wasser zuspringende Frösche,
Grillen zirpen,
Winden und Glockenblumen, die ihre Blüten öffnen,
Abendrot,
Sich auflösender Frühnebel,
Haufenwolken,
Dunstige Fernsicht (staubig),
Der Talwind ebenfalls am Tage,
Der Bergwind nachts,
Rauch steigt steil hoch,
Starker Morgentau fällt,
Der Morgennebel fällt,
Die Sonne geht klar und rot unter,
Sichtbarer Mond am Tage,
Temperatur am Morgen ist um 4° - 8° tiefer als am Vorabend.

Zeichen für schlechtes Wetter sind:

Winden und Glockenblumen, die ihre Blüten schließen,
Frösche, wenn sie ins Land hinein spazieren,
Ameisenhaufen in Ruhe,
Die Schwalben, die tief fliegen,
Die Fische, die nach den Fliegen springen,
Grünfinken, Amseln und Regenpfeifer, die nach Regen rufen,
Strandvögel, die im Lande bleiben,
Spinnen, die ihre Netze lockern,
Morgenrot ist zu sehen,
Sonnenuntergang grau und gelb bewölkt,
Der Rauch wird zu Boden gedrückt,
Klare Fernsicht,
Tiefliegende Wolken,
Hof um Sonne und Mond,
Im Keller Feuchtigkeit auf Flur und Wand,
Steine sind beschlagen,
Alpenglühfen,
Bei Sonnenuntergang ist der östliche Horizont stark violett gefärbt,

Der Himmel ist stahlblau in Verbindung mit wässrigem Sonnenlicht,
 Maulwürfe werfen Erdhügel auf,
 Morgennebel steigt,
 Am Wasserhahn und an der Wasserleitung bilden sich Tropfen.

5.3. Zeichen



Folge diesem Weg! - Hier sind wir gegangen.



Wir haben uns geteilt. - Teilt Euch!



Weg ins Lager - Zum Sammelplatz - Ins Heim.



Folge diesem Weg nicht! - Kein Durchgang.



Zum Trinkwasser.



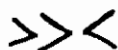
Zu nicht trinkbarem Wasser: Bad, Fluss, Sumpf.



5 Schritte von hier ist eine Meldung verborgen.



Freundinnen - Friede! Pfadfinderinnen -Spielschluss!



Feinde! - Fremde Leute - Spielbeginn.



Achtung! - Wirkliche Gefahr!



Warte hier 10 Minuten.



Aufgabe erfüllt! - Nach Hause gegangen!

5.4. Spurenlesen

Hinweise zu Tierspuren

- Spurabdrücke sind am besten morgens und abends sichtbar, wenn die Sonnenstrahlen schräg auf die Erde fallen. Neuschnee bietet die beste Möglichkeit, Spuren zu lesen.
- Wenn du Spuren verfolgst, so gehe möglichst still und im Schatten, damit dich das Tier nicht wahrnimmt. Gehe immer neben der Spur, damit sie nicht zerstört wird!
- Aus dem Abdruck und dem Fährtenbild wirst du feststellen können, von welchem Tier die Spur stammt.
- Bei schneller Gangart ist der Abstand der einzelnen Fußabdrücke größer, die Stellung der Füße regelmäßiger, und die Zehenspitzen sind stärker eingedrückt.
- Wenn du aus den Abdrücken die Richtung nicht herauslesen kannst, so untersuche die Umgebung (umgedrückte Grashalme, abgeknickte Zweige usw.)!
- Durch Schätzen kannst du meist die Zahl der Tiere bestimmen; wenn nicht, so zähle die Abdrücke einer bestimmten Strecke und teile sie durch die Anzahl der Spuren eines einzelnen, etwa abseitsgehenden Tieres.

6. Entscheidungen in der Gruppe

Verdeutlichen von Entscheidungssituationen ist ein wesentliches pfadfinderisches Element, was sich gut am Hajk deutlich machen lässt, da hier viele Entscheidungen anstehen. Zuerst muss überhaupt entschieden werden, ob ein Hajk veranstaltet werden soll, wie lange, auf welche Art und Weise, wer mit wem usw. (siehe auch 4.) Wichtig ist, sich Zeit für diese Entscheidungen mit den Teilnehmerinnen zu nehmen, da gerade beim Hajk ein Entscheiden über andere zu negativer Gruppendynamik führen kann. Hier ist es auch wichtig, bei der Einzelnen (6.1.) zu beginnen und über Kleingruppen (6.2.) zu Plenumsentscheidungen (6.3.) zu kommen. Gefühle und Meinungen Einzelner gilt es, sehr ernst zu nehmen und ihnen in Planung, Durchführung und Auswertung Raum einzuräumen.

6.1. Persönliche Entscheidung:

Rundgang

Die Mädchen bekommen die Aufgabe, alleine für ca. 10-15 Minuten durch das Gelände/Haus zu spazieren und sich einen Gegenstand zu suchen, der für sie symbolisiert, was sie mit der Durchführung eines Hajk/ eines bestimmten Themas (oder worum es in der Entscheidung geht) verbinden. Anschließend stellt jede in der Kleingruppe oder im Plenum ihren Gegenstand vor und erläutert ihre Gedanken dazu.

Meditation

Die Mädchen legen sich bequem auf den Boden, schließen die Augen und bekommen jeweils mit 1-2 Minuten Abstand folgende Anweisungen:

- Atmet ruhig und tief in Euren Bauch
- Nun schickt Euren Atem gedanklich bis in die Füße
- Nun schickt Euren Atem bis in die Beine
- Nun schickt Euren Atem bis in den Po
- Nun schickt Euren Atem in den Bauch
- Nun schickt Euren Atem bis in die Brust
- Nun schickt Euren Atem in den Kopf
- Stellt Euch vor, Ihr seid ganz leicht, wie die Luft und schwebt aus diesem Raum/ Zelt hinaus
- Schwebt über eine Wiese in einen Wald
- Schwebt durch den Wald und beschaut Euch alles
- Ihr seht ein Mädchen von weither auf Euch zukommen
- Begrüßt Euch und schwebt gemeinsam weiter

(längere Pause)

- nun verabschiedet Euch voneinander
- Schwebt langsam wieder durch den Wald und über die Wiese
- Kommt wieder in diesen Raum/Zelt und findet Euren Platz

Nun sollten die Mädchen das Erlebte malen, Töpfern oder durch eine andere Form darstellen. Anschließend findet ein Gespräch statt über die Reise und das Dargestellte.

6.2. Kleingruppenentscheidungen

Vier Ecken

Hierzu benötigt jede Kleingruppe einen eigenen Raum. Wenn alle Mädchen ihre Entscheidungen getroffen haben, teilt jede ihre in der Kleingruppe mit. Anschliessend tun sich die Mädchen mit gleichen Positionen jeweils zusammen. Mädchen, die eine Alleinmeldung vertreten, bleiben zunächst allein und jede „Fraktion“ sucht sich im Raum eine Ecke, die ihre Basis ist. Von dort aus werden dann Botschafterinnen in die anderen Ecken geschickt, um Argumente zu überbringen, Argumente zu hören etc. und sich anschliessend wieder neu zu beraten. Wenn der Austausch zu hektisch wird und eine Fraktion keine Zeit zur Beratung hat, können Auszeiten vereinbart werden. Der Austausch geht so lange, bis eine Einigung erzielt wird oder klar ist, dass es keine Einigung gibt. In diesem Fall muss eine andere grundsätzliche Entscheidung getroffen werden (andere Kleingruppenzusammensetzung, andere Fragestellung, eine Einigung darüber, dass es keine Einigung geben muss....)

Stumme Diskussion

Material: ein grosses Blatt Papier, ein Stift für jede

Nachdem jede Einzelne sich kurz Argumente pro und contra, Gefühle, Fragestellung und sonstige Gedanken überlegt hat, schreiben alle diese auf das in der Mitte liegende Papier. Es kann wild durcheinander gehen, mehrere können gleichzeitig schreiben, es können Einzelaussagen sein, Bezüge zu anderen Aussagen hergestellt werden, es darf gezeichnet werden, es sollen ausdrücklich nicht nur „Sachargumente“ aufgeschrieben werden. Die wesentliche Regel ist, dass nicht geredet werden darf. Wenn die Luft raus ist, setzen sich alle im Kreis zusammen, schauen sich das Papier an und teilen der Reihe nach mit, welche Position sie jetzt haben, wie sie dazu gekommen sind, und es wird im anschließenden Gespräch erforscht, ob es eine Einigung geben kann.

6.3. Plenumsentscheidungen

Rundum-Beratung

Die Mädchen haben ihre Entscheidungen in ihren Kleingruppen getroffen. Nun lösen sich die Kleingruppen auf und es bilden sich neue, in denen jeweils eine gleich große Zahl Mädchen aus jeder Kleingruppe sein soll. In diesen neuen Kleingruppen berichten sich die Mädchen, was und aus welchen Gründen ihre ursprüngliche Kleingruppe entschieden hat. Sie versuchen eine Einigung zu erzielen. Anschliessend gehen alle wieder in ihre ursprüngliche Kleingruppe und berichten von dem Gehörten und Diskutierten. Wurden in den Kleingruppen dieselben Entscheidungen getroffen? Gab es von anderen Gruppen /Mädchen überzeugende Argumente, die übernommen werden? Nun bilden sich wieder

neue Kleingruppen in neuen Konstellationen, aber wieder mit einer gleich großen Zahl Mädchen aus jeder Kleingruppe, und wieder berichten sie sich von ihren Entscheidungen. Dies wird fortgesetzt bis die Mädchen einen Konsens gefunden haben. Dann berichtet jede Kleingruppe noch einmal als Kontrolle im Plenum, wie ihre Entscheidung lautet. Hilfreich für diese Methode ist es, den Mädchen einige Gesprächsregeln mitzugeben: Ausreden lassen, jede bekommt Raum und muss auch aus ihrer Kleingruppe berichten. Nur von sich reden...

Sprecherinnenrat (Fishpool)

Nachdem alle Kleingruppen ihre Entscheidung getroffen haben, wird ein Sprecherin pro Gruppe bestimmt. Sie sitzt dann mit den Sprecherinnen der anderen Gruppen in der Mitte, die anderen sitzen drumherum. Die Sprecherinnen teilen den Anderen die Position ihrer Gruppe mit, dann diskutieren sie. Wenn eine Sprecherin Rücksprache mit ihrer Kleingruppe (z.B. weil sie andere Positionen inzwischen überzeugender findet) oder eine Zuschauerin Rücksprache mit der Sprecherin wünscht (z.B. weil sie meint, die Sprecherin vertritt nicht mehr ihre Position) und/oder ihrer Kleingruppe wünscht (weil sie ihre Position verändert hat) wird der Rat unterbrochen, eine Zeit vereinbart und alle gehen in ihre Kleingruppen zu erneuter Beratung. Dann geht es wieder weiter, solange bis eine Einigung erzielt wurde oder klar ist, dass es keine Einigung gibt. In jedem Fall muss eine Beratung über das weitere Verfahren stattfinden.



7. Reflektion und Auswertung in der Gruppe

Je nach Alter der Teilnehmerinnen und Zielsetzung der Leitung eines Hajks, kann ein Hajk unterschiedlich intensiv ausgewertet und reflektiert werden. Auswertung bedeutet, die benutzten Methoden zu beurteilen. Reflektion hingegen ist das Hinterfragen und Verdeutlichen von gruppenspezifischen Prozessen, Lernerfolgen und gemachten Erfahrungen. Sinnvoll ist es, die Reflektion zu unterteilen in eine persönliche, eine in der Kleingruppe und eine im Plenum. In diesem Kapitel werden einige Auswertungs- und Reflektionsmethoden zu den verschiedenen Bereichen vorgestellt.

Normalerweise beginnt diese Phase mit einem Festbeitrag der jeweiligen Gruppe zu ihrem Hajk, der während des (Willkommens-)Festes vorgespielt oder vorgetragen wird. Den Auftrag, ein Theaterstück, Lied oder Sonstiges zu ihrem Hajk zu machen, erhalten die Teilnehmerinnen vorher als Hajkaufgabe.

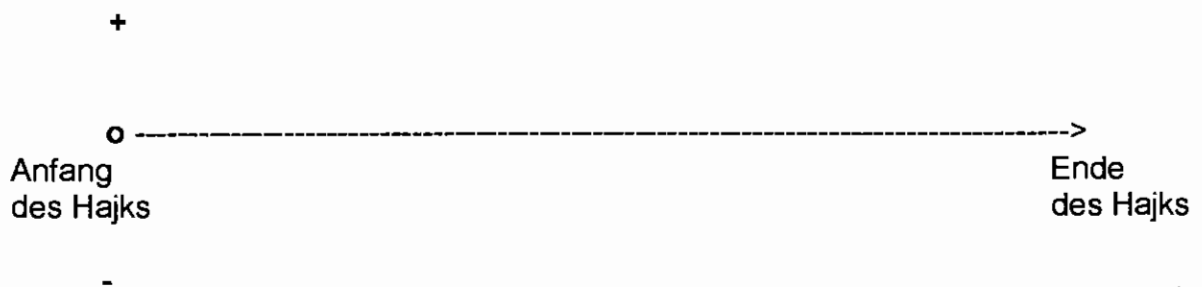
Je nach Zielsetzung des Hajks müssen Reflektionsumfang und –methoden ausgewählt werden.

7.1. Reflektionsmethoden

7.1.1. Einzelreflektion

Zeitstrahl zur Gruppenentwicklung

Material: Zeitstrahl, Papier, Stifte



Jede malt diesen Zeitstrahl auf ein Papier und trägt in Einzelarbeit ihre Einschätzung der Gruppenentwicklung als Stimmungskurve während des Hajks ein. Nachdem alle fertig sind, stellt jede ihre Einschätzung vor und alle sprechen nochmal gemeinsam über gemeinsame Knackpunkte.

Brief schreiben

Material: Papier und Stifte

Alle bekommen die Aufgabe, einer bekannten Person zuhause einen Brief zu schreiben. Folgende Aspekte sollten dabei angesprochen werden: Wie ist es mir während des Hajks ergangen? Wie war die Stimmung? Wie war es für mich in der Gruppe? Was hat mir gar nicht gefallen? Was war besonders toll?

Variation:

Sich selber nach Hause zu schreiben oder für Kinder eine Geschichte über das Erlebte zu schreiben.

Satzergänzung

Material: Papier und Stifte

Alle erhalten ein Blatt mit Satzanfängen, die vervollständigt werden sollen. Die Ergebnisse können in der gesamten Hajkgruppe ausgetauscht werden, damit alle was mitbekommen oder als ganz persönliche, nicht veröffentlichte Einzelreflexion bei jeder Einzelnen bleiben. Beispielsätze:

- 1) Ich fühlte mich während des Hajks ...
- 2) Mir hat nicht gefallen, ...
- 3) Es war eine Ermutigung für mich, ...
- 4) Die Atmosphäre in der Gruppe war für mich ...
- 5) Ich war nicht einverstanden, als ...
- 6) Besonders toll fand ich, ...
- 7) Mir fehlte ...
- 8) ...

Bild malen

Material: Papier und Stifte für jede

Jede malt für sich ein Bild, das ausdrückt, wie es ihr während des Hajks ergangen ist. Alternativ kann auch getöpft werden oder eine andere darstellende Form gewählt werden.

7.1.2. Kleingruppenreflektion

Pantomime

Jede Kleingruppe entwickelt eine Pantomime aus den Erlebnissen während des Hajk. Dies gibt der Gruppe noch einmal Gelegenheit, in zwangloser Form zu erinnern und zu besprechen, was sie erlebt haben.

Symbole malen (zu Rollen in Gruppen)

Material: 1 Din-A-3 Papier, Stifte

Jede wählt sich ihren Stift. Dann bekommen alle den Auftrag, sich ein leicht zu zeichnendes Symbol/Zeichen für sich auszudenken. Schweigend soll darauf jede der Reihe nach ihr Symbol auf das Papier malen. Dies passiert mehrere Runden lang, bis kein Platz mehr auf dem Papier ist, die Zeichen wie bisher darauf zu malen. Ab dem Zeitpunkt werden noch 2-3 Runden die Zeichen über- oder untereinander oder verkleinert in Zwischenräume gezeichnet. Dann leitet die Leitung ein Gespräch ein: Wie habt ihr euch gefühlt? Im Anschluß an diese Runde, kann die Leitung ihren subjektiven Eindruck des

Geschehenen beschreiben. Zum Abschluss kann - je nach Gruppe - eine Symbolerklärung evtl. mit Deutung angeschlossen werden.

Gruppenetz (zur Gruppendynamik)

Material: Wollknäuel

In einer Gruppe spielt sich - gerade auch während eines Hajks - vieles ab, über das nur selten gesprochen wird. Es ist, als ob unsichtbare Fäden die Einzelnen miteinander verbinden: starke, schwache, zerreibare. Mit dieser Auswertungsmethode soll versucht werden, die Fäden ein wenig sichtbar zu machen.

Die Hajkgruppe bildet einen Kreis, pro Gruppe leitet eine Leitungsperson folgende Methode an. Eine Teilnehmerin erhält ein Wollknäuel, behält das Ende in der Hand und wirft das Knäuel einer beliebigen anderen Teilnehmerin zu, indem sie ihr etwas Anerkennendes sagt, wie sie diese während des Hajks erlebt hat. Als Fragestellung kann hier helfen: Was hat mir an dir gefallen, was hat uns verbunden? z.B. Susanne, mir gefallen deine guten Ideen, die uns oft während des Hajks weitergebracht haben. Die Angesprochene fängt das Knäuel auf, behält ein Stück der Wolle in der Hand und wirft das Knäuel weiter, indem sie ihrerseits etwas Positives sagt. So entsteht allmählich ein Gruppenetz.

Im Anschluss daran kann die Gruppenleitung darüber sprechen lassen. Fragen könnten sein: Was fällt uns/euch (je nachdem, ob der Hajk mit oder ohne Leitung stattfand) zu unserem Gruppenetz ein? Trägt es? Wie sind die Verbindungen? Wie ist es, Anerkennendes zu hören? Sagen wir einander sonst auch, was uns gefllt/nicht gefllt? Wie geht's euch mit dem, was zu euch gesagt wurde?

Leitungsrunde (zum Leitungsverhalten)

Die Gruppe stellt sich im Kreis auf. In der ersten Runde soll jede so weit vorgehen, inwieweit sie meint, Leitung während des Hajks wahrgenommen zu haben und begründet dies. In der zweiten Runde sagen die anderen, ob sie das auch so sehen. Wenn die Gruppeneinschtzung anders ist, muss von der jeweils beurteilten Person eine Schrittdnderung nach vorne oder hinten vorgenommen werden.

Beziehungsnetz

Material: ein Blatt Papier pro Kleingruppe,
zwei Stifte für jedes Mädchen

Die Kleingruppe legt ein Blatt Papier in die Mitte, auf dem der eingekreiste Name jedes Mädchens steht. Jede hat einen blauen und einen roten Stift und malt nun von ihrem Kreis aus Striche zu jedem anderen Kreis auf dem Blatt. Dabei steht blau für: "Unsere Beziehung war harmonisch" und rot für: "Ich habe Spannung zu Dir erlebt (positiv oder negativ). Während des Malens wird nicht geredet. Anschließend können die Mädchen sich über das Bild als Ganzes austauschen (Welches Bild stellt unsere Gruppe dar?) und auch über die Beziehungen in der Gruppe. Bei letzterem gilt die Regel: Jede Frage darf gestellt werden, keine muss beantwortet werden.

7.1.3. Plenumsreflektion

Wünscherunde (gut am Ende der Auswertung)

Jede wird aufgefordert, sich 5-10 Minuten lang auf die Suche nach einem Symbol für eine oder mehrere aus der Gruppe zu machen. Dieses Symbol soll einen Wunsch für die andere bedeuten. Wenn alle ihre Symbole gefunden haben, geht es ans Verteilen (entweder öffentlich oder einzeln untereinander).

Post bekommen

Material: Din A4 Blatt, ein dünner Stift für jede

Jedes Mädchen schreibt auf ihr Blatt „Liebe (eigener Name)“. Anschließend werden die Blätter in die Mitte gelegt und jede schreibt einen Gruß, Wunsch, Kompliment, Kritik auf die Blätter der entsprechenden Mädchen. Wenn alle fertig sind, nimmt jede ihr Blatt mit.

7.2. Auswertungsmethoden

Wetter- Auswertung

Material: Papierbahn mit Methodenliste, Merkblatt mit Symbolen, Stift für jede

Für eine Auswertung der gesamten angewandten Methoden im Plenum eignet sich diese Methode gut:

Die Leitung listet auf einer langen Papierbahn alle Methoden in ihrer zeitlichen Reihenfolge auf. Daneben hängt als Gedächtnisstütze ein Papier mit Symbolen. Dies können sein:

Sonne: Diese Methode gefiel mir gut, hat Spaß gemacht.

Wolke: Diese Methode gefiel mir gar nicht, war blöd.

Regen: Diese Methode war langweilig.

Blitz: Diese Methode war aufregend im positiven oder negativen Sinn.

Die Aufgabe für die Mädchen besteht darin, unter jede Methode das entsprechende Symbol zu malen, das ihre Meinung zu dieser Methode ausdrückt. Dabei darf nicht geredet werden.

Anschließend schauen sich alle das Bild an. Es können Nachfragen gestellt werden (auch von der Leitung, z.B. was an bestimmten Methoden blöd war, warum sich da die Blitze häufen...) Die Mädchen können auch, wenn sie möchten, noch einen mündlichen Kommentar abgeben.

Wasser-Auswertung

Material: Eimer, Becher, Wasser

Diese Auswertung eignet sich gut für kleinere Mädchen. Für jede Methode, die bewertet werden soll, wird ein leerer Eimer mit Beschriftung der Methode, für die er steht, aufgestellt. Alle Mädchen bekommen einen gleich großen Becher. Diesen füllen sie mit Wasser und kippen es in den Eimer, dessen Methode ihnen am besten gefallen hat. Wenn

es viele Eimer gibt, können die Mädchen auch mehrere Becher füllen, die sie auf verschiedene Eimer verteilen. Auch hierbei sollte nicht geredet werden. Anschließend bekommen die Mädchen die Gelegenheit, sich noch mündlich zu äußern.

Erinnerungsbild

Material: Papier und Stifte/Kreiden

Jedes Mädchen überlegt für sich, an welche Methoden sie sich erinnert. Diese malt sie auf und drückt auch ihr Gefallen an der Methode bildnerisch aus (z.B. durch Farbwahl oder durch selbstausgedachte Symbole). Anschließend stellt jede ihr Bild vor.

8. Erlebnispädagogik

Am 4.9.1909 erschien völlig unerwartet und uneingeladen eine Gruppe selbsternannter Girl Scouts im Chrystal Palace in London. 11 000 Boy Scouts und ihr Chief Baden Powell (B.P.) waren schockiert über diese abenteuerlichen Erscheinungen. Sybill Canacine – eine der Teilnehmerinnen – erzählte später, dass B.P. wirklich entsetzt war, sich aber auf Diskussionen mit den Mädchen einliess. Zu guter Letzt durften sie an der Versammlung teilnehmen und dann auch bei der anschließenden Parade hinter den Boy Scouts hermarschieren.

BP versprach ihnen, über ihr Anliegen, an der Pfadfinderbewegung teilzuhaben, nachzudenken. Sybil Canadine meinte: „Wir wußten, wir haben gewonnen!“

Der Aufruhr in den Zeitungen über Girl Scouts war enorm. Tenor war die Kritik am nichtmädchenhaften Verhalten der Girl Scouts und die Aufforderung an BP diesen Unsinn zu stoppen. Gleichzeitig entstanden aber überall in England neue Girl Scout Gruppen und schließlich übernahm B.P.s Schwester Agnes ihre Leitung.

Auch im Ausland breitete sich seine Idee aus. Schon 1920 findet die erste internationale Konferenz der Leiterinnen statt. Die Teilnehmerinnen kommen aus 19 Ländern.

Was war es nun, was die Mädchen so begeisterte?

Die Ideen B.P.s waren durch verschiedene gesellschaftliche Strömungen und seine Erfahrungen geprägt. Sie waren männlich, britisch und hatten Anleihen vom Militär. Konkret für die Gruppe bedeutet dies:

- Wir üben uns im Gutes-Tun
- Wir machen uns nützlich in der Welt
- Wir geben uns eine Struktur
- Wir machen keine sozialen Unterschiede
- Wir erleben Gemeinschaft
- JedeR einzelne ist wichtig
- Wir erleben Abenteuer

Trotz dieses männlichen Hintergrundes ist es verständlich, dass auch die Mädchen begeistert waren. Die Pfadfinderinnenbewegung war eine wirklich radikale Bewegung, die

den Mädchen und Frauen Entwicklungsfelder bot, die bis dahin undenkbar für sie waren. Zeltlager und Fahrten boten die Möglichkeit, Erfahrungen jenseits der Häuslichkeit zu machen, Gemeinschaft zu erleben, Dinge zu lernen, die weitab der hausfraulichen Fähigkeiten liegen, sich ein Stück der Welt zurückzuerobern. In einer Gruppe Gleichaltriger zu leben, schuf ein soziales Erprobungsfeld, das nicht durch die strengen geschlechtsspezifischen Reglements in Schule und Elternhaus bestimmt war. Wie wesentlich von Anfang an das Thema „Erleben“ war, macht sich an den Diskussionen um den Namen der Pfadfinderinnenbewegung deutlich: Die ersten selbsternannten Pfadfin-derinnen nannten sich analog zu den Jungen scouts. Von B.P. wurde als Rollenmodell für die Mädchen die guides vorgeschlagen. Guides waren Männer, die an der Nordwestgrenze Indiens gefährliche Expeditionen durchführten und auch in ihrer Freizeit stets Körper und Geist trainierten – und sie setzten sich auch immer für Andere ein. Letzteres war den Leiterinnen in einigen Ländern zu sehr mit dem traditionellen Rollenbild für Mädchen verknüpft. Sie bestanden auf der Bezeichnung scouts, was ihrer Meinung nach noch mehr den Abenteuer- und Pioniergeist reflektierte.

Seit den Anfängen sind die Grundprinzipien der Pfadfinderinnenbewegung gleich geblieben. Neben anderem:

- Das soziale Engagement
- Das gemeinsame Gruppenerlebnis
- Das Abenteuer
- Das „Look at the girl“ d.h. die Achtung der individuellen Persönlichkeit jeden Mädchens/jeder Frau

In allen Formen und Aktivitäten der Pfadfinderinnen finden diese Prinzipien ihre Anwendung. Viele dieser Formen und Aktionen sind „Outdoor-Aktivitäten“, wie sie von Anfang an wesentliches Charakteristikum der Pfadfinderei waren. Die schwedischen Pfadfinderinnen haben es einmal so formuliert: Das Wort scouting besteht zu 75% aus outing und das heißt, dass die Pfadfinderinnenbewegung aufgebaut ist „around our activities outdoor“. Dies sind z.B. der Hajk, der Wüstentag, der Segeltörn, die Flussfahrt mit dem selbstgebauten Floß...

Ein großer Teil dieser Aktionen fallen heute unter die Rubrik Erlebnispädagogik. Dieser Begriff hat sich in den letzten Jahren für eine bestimmte Richtung in der Pädagogik eingebürgert. Ursprünglich in der Jugendsozialarbeit entwickelt für die Arbeit mit jugendlichen Randgruppen, erlebte die Erlebnispädagogik Anfang der 90er Jahre einen wahren Boom in fast allen Bereichen der Jugendarbeit. Einer breiteren Öffentlichkeit bekannt wurde sie durch ihre spektakulären Inhalte, wie z.B. Freeclimbing oder Rafting. An den Teilnehmerinnenzahlen ist zu sehen, dass erlebnispädagogische Aktionen eine hohe Attraktivität für Mädchen besitzen.

Allgemein und kurz gesagt ist Erlebnispädagogik eine Aktion in einem anderen als für die Mädchen gewohnten Erfahrungsraum, der einen abenteuerlichen Charakter hat und es ihnen ermöglicht, Grenzerfahrungen zu machen. diese können sowohl physischer wie psychischer Natur sein. In der Regel sind sie beides. Erlebnispädagogische Aktionen

stellen die Teilnehmerinnen vor Ernstsituationen, in denen sie psychisch und physisch gefordert sind.

So lernen sie direkt und aktiv und nicht durch theoretische Vermittlung:

- Förderung des Verantwortungsbewusstseins
- Umgang mit Mut, Angst, Erfolg, Misserfolg, Vertrauen in Andere
- Körpererfahrung
- soziales Handeln, entscheiden, kooperieren, Konfliktlösung
- Steigerung des Selbstwertgefühls...

Zur Erlebnispädagogik gibt es eine Menge zu sagen und ist auch schon gesagt worden. Wir möchten uns hier auf drei Aspekte beschränken, die uns ganz wesentlich erscheinen:

1. Erlebnispädagogik setzt sich aus zwei Teilen zusammen: das Erleben und die Pädagogik, d.h. zu dem eigentlichen Abenteuer gehört auch immer eine Pädagogik, die sich in einer Vor- und Nachbereitung, einer Planung und Begleitung äußert. Die Aktion muss an den Interessen, Bedürfnissen und Fähigkeiten der Mädchen ansetzen und den Mädchen muss eine Übertragung des Gelernten in ihrem Alltag ermöglicht werden.

2. Die Erlebnispädagogik hat vor allem Furore gemacht, weil sie an die körperlichen Grenzen der Menschen stößt. Wir finden wichtig, bei der Planung, Vor- und Nachbereitung auch an die psychischen Erfahrungen zu denken. Kurz gesagt, ist im Alltag der meisten Menschen die Zivilcourage öfter und stärker gefordert als der Mut, an physische Grenzen zu gehen, d.h. Auseinandersetzung mit sich selbst, mit der Gruppe, der Mut, etwas **nicht** mitzumachen, das Achten der eigenen Grenzen, die „Teamarbeit“ sind in unseren Augen wesentliche pädagogische Inhalte von Erlebnispädagogik. Ergänzend dazu steht der Stolz, die Steigerung des Selbstwertgefühls, etwas physisch geschafft zu haben, was sie sich vorher (vielleicht) nicht zugetraut hat.

Ein etwas anderer Aspekt in diesem Zusammenhang ist, dass jede Leitung davon ausgehen muss, dass in der Gruppe Mädchen sind, die Gewalterfahrungen haben, Mädchen, die scheinbar über ihre Grenzen gehen und damit sich und die Anderen gefährden. Deshalb gilt es erst recht zu verdeutlichen, dass der Mut, nein zu sagen, einen großen Stellenwert hat – für jede in der Gruppe.

3. Zum Abschluss für uns noch einmal eine Absage an das „höher, schneller, weiter“, das für uns ein Messen an den Erfolgen Anderer, ein Widerspruch zur Theorie feministischer Mädchenarbeit (Defizitansatz) und auch ein Widerspruch zum pfadfinderischen „Look at the girl“ ist. Letzteres bedeutet für uns das Schauen nach den Fähigkeiten jeder einzelnen, nach den individuellen Erfolgen und Fortschritten und nicht nach einem abstrakten Maßstab.

Anhang:

Die 10 Projektschritte

Ein Projekt für umfaßt 10 Schritte:

1. Impuls

Der Impuls soll Anstoß geben, vielfältige Ideen und Interessen zu entwickeln.

2. Entscheidung

Die Entscheidung ist der wesentliche Schritt, um zu einem wirklich gemeinsamen Projekt zu kommen, an dem auch alle Spaß haben können. Eine klare, von allen getragene Entscheidung ist die Grundlage des gesamten Projekts.

3. Information

Nach der Entscheidung ist es wichtig, sich zu informieren, welche Möglichkeiten in dem Thema stecken.

4. Planung

In dieser Phase wird das konkrete Ziel festgelegt, die Vorgehensweise abgesprochen; Aufgaben verteilt, um zu diesem Ziel zu gelangen.

5. Einübung

Das Einüben ist eine nicht immer klar abgrenzbare Phase der Durchführung. Sie ist häufig geprägt durch die Ausführung verschiedener Einzelaufgaben, die in der Planungsphase festgelegt wurden.

6. Durchführung

Jetzt werden die Teilnehmerinnen aktiv im Sinne der Durchführung dessen, wofür sie sich im 2. Projektschritt („Entscheiden“) entschieden haben.

7. Auswertung

Bei der Auswertung wird das Projektergebnis ausgewertet.

8. Feiern

Zu jedem Projekt gehört auch die entsprechende Würdigung der Erreichten, was meistens im Rahmen eines Festes geschieht, bei der die Ergebnisse des Projektes dar- oder ausgestellt werden können.

9. Reflexion

In der Reflexion geht es darum, sich den gesamten Projektverlauf samt seiner einzelnen Schritte noch einmal vor Augen zu führen und zu hinterfragen.

10. Dokumentation

Die Dokumentation dient dazu, Ergebnisse des Projektes anderen zugänglich zu machen und nach außen darzustellen.

Beispiel eines Erlaubnisbriefes

Liebe Eltern!

Die Mädchen der Gruppe planen für das diesjährige Diözesanzeltlager in einen (Fahrrad-)hajk* mit 3 Übernachtungen. Dieser Hajk soll selbständig, ohne Begleitung durch Leiterinnen durchgeführt werden. Die Mädchen sind dann 4 Tage ohne Aufsichtsperson und mit einer Gruppe von mindestens 6 Mädchen auf dem Fahrrad unterwegs.

Bitte erklären Sie Ihr Einverständnis durch Ihre Unterschrift.

Unsere Tochter _____ darf an dem oben beschriebenen (Fahrrad-) hajk teilnehmen.

_____ Datum

_____ Unterschrift d. Erziehungsberechtigten

Wenn Sie nicht damit einverstanden sind, wird ihre Tochter trotzdem am Hajk, aber in Begleitung einer Leiterin teilnehmen. Bei Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung!

* Ein Hajk ist eine pfadfinderische Methode, bei der es u.a. darum geht, dass die Mädchen lernen und erproben, ohne Anleitung und Aufsicht von Erwachsenen verantwortungsvoll mit sich und den anderen umzugehen. Sie lernen, die dabei ständig notwendigen Entscheidungen autonom zu treffen. der Hajk wird ausführlich mit den Mädchen vor- und nachbereitet.

Beispielbrief für Zeltplatzsuche im Ausland:

Bonjour messieursdames,
Sehr geehrte Damen und Herren,
Dear Madames and Sires,

nous sommes un group de guides d'Allemagne.
wir sind eine Gruppe deutscher Pfadfinderinnen.
we're a group of german girl guides.

Malheureusement on ne parle pas francais(anglais).
Leider sprechen wir kein französisch (englisch).
Sorry, we don't speak french (english).

On fait du camping á Car nous sommes en voyage (de vélo),
Wir machen ein Zeltlager in..... Im Moment machen wir eine (Fahrrad-)Reise
We're having a camp in..... At the moment we're making a journey (by bike).

on vent bien vous demander s'il serait possible de camper une nuit sur votre terrain.
und möchten Sie fragen, ob es möglich ist, eine Nacht auf ihrem Gelände zu zelten.
and want to ask you, if it is possible, to camp for night on this place.

Sie nécessaire, on vent bien payer de logement.
Wenn es nötig ist, bezahlen wir die Übernachtung.
If you want to we pay for the night.

Est-ce quil serrait possible d'obtenir de l'eau fraîche á boire
Ist es möglich, frisches Wasser zum Trinken zu bekommen
Is it possible to get fresh water for drinking

et pour qu'on puisse préparer quelque chose á manger?
und um etwas zu essen zuzubereiten?
and cooking?

Merci beaucoup pour vous donner de la peine!
Vielen Dank für Ihr Bemühen!
Very many thanks!

(Name der Vorsitzenden)
President de Guides d'Allemagne
chair

(Name der Verantwortlichen)
Responsable
responsible

Literaturliste:

Pfadfinderisches:

- Hansen, Walter: Das große Pfadfinderbuch, Verlag Carl Ueberreuter, Wien - Heidelberg 1979
- PSG - Bundesleitung : ABC - Handreichung für Führerinnen, Dortmund 1966
- Wacker, Manfred (Mawa): Querweltein: ein Handbuch - nicht nur für Pfadfinder, Neuss-Holzheim 1989
- PSG-Bundesamt : MAGMA, Methodenkartei zur Mädchenarbeit in der Jugendverbandsarbeit, Arbeit mit Mädchen nach der pfadfinderischen Pädagogik, Leverkusen 1996, 25,- DM

Theorie Erlebnispädagogik:

- Anette Reiners Erlebnis und Pädagogik, Verlag Dr. Jürgen Sandmann, 1995
- Hubert Kölsch Wege moderner Erlebnispädagogik, Verlag Dr. Jürgen Sandmann, 1995
- Martina Herrmann Erlebnisorientierte Mädchenarbeit, Verlag Dr. Jürgen Sandmann, 1995

Praxis:

- Sportjugend NW Praxismappe Abenteuer/Erlebnis, Sportjugend NW, Friedrich-Alfred Str.-25, 47055 Duisburg
- Praxishilfe der Jugendstiftung Baden-Württemberg Erlebnispädagogik, Ökotoxia Verlag Münster 1997

PSG-Adressen für Outsiderinnen

(PSG-Bundesamt siehe Impressum)

Aachen	Boxgraben 50 52064 Aachen	0241 / 40 58 12 Fax: 0241 / 2 97 99	psg.aachen@scoutnet.de
Augsburg	Alte Gasse 14 86152 Augsburg	0821 / 3 16 65 49 Fax: 0821 / 3 16 65 42	
Bamberg	Kleberstr. 28 96047 Bamberg	0951 / 86 88 46/-47 Fax: 0951 / 86 88 66	bdkj-eja-bbg@t-online.de
Essen	Schladst. 80 46047 Oberhausen	0208 / 865465/-67 Fax: 0208 / 865473	psg-essen@cityweb.de
Freiburg	Okenstr. 15 79108 Freiburg	0761 / 51 44-186 0761/ 5144255	PSG@seelsorgeamt-freiburg.de
Hildesheim	Engelbosteler Damm 72 30167 Hannover	0511 / 70 43 61 Fax: 0511 / 704361	
Köln	Steinfeldergasse 20-22 50670 Köln	0221 / 16 42-6560 Fax: 0221 / 16 42-6849	
Mainz	Am Fort Gonsenheim 54 55122 Mainz	06131 / 37 40 00 Fax: 06131 / 3 74 00 65	psg.dvmainz@t-online.de
München	Theatinerstr. 3 80333 München	089 / 29 068 - 144 Fax: 089 / 29 06 81	BDKJ_MuF@compuserve.com
Münster	Daldrup 94 48249 Dülmen	02590 / 40 14 Fax: 02590 / 4129	psg-ms@t-online.de
Osnabrück	Domhof 12 49074 Osnabrück	0541 / 3 18246 Fax: 0541 / 318308	
Paderborn	Hakenstr. 13 44139 Dortmund	0231 / 14 93 13 Fax: 0231 / 16 48 59	
Regensburg	Obermünsterplatz 7 93047 Regensburg	0941 / 56 81-272 Fax: 0941 / 56 81-299	
Rottenburg- Stuttgart	Jugendhaus Antonius 73249 Wernau	Antoniusstr. 3 07153 / 30 01 53	Fax: 07153 / 3 87 46
Speyer	Webergasse 11 67346 Speyer	06232 / 10 24 11 Fax: 06232 / 10 24 06	
Trier	Weberbach 70 54290 Trier	0651 / 97 71-160 Fax: 0651 / 97 71-199	
Würzburg	Kürschnerhof 2 97032 Würzburg	St.Kilianshaus 0931 / 38 6-3 42/-315 Fax: 0931 / 38 63 38	psg@bistum-wuerzburg.de

