



## Spezifische Voraussetzungen

### Abenteuer- und Erlebnissport „typisch männlich“ oder „typisch weiblich“?

Auf den ersten Blick scheinen die Unterschiede zwischen Jungen und Mädchen im Alltag immer geringer zu werden. Kleidungsstile haben sich einander angenähert, Sprache und jugendspezifische Ausdrucksformen unterscheiden sich kaum und auch in der

Ausübung von Sportarten gibt es immer weniger Unterschiede. Letzteres liegt jedoch mehr daran, dass Mädchen in einstigen Jungendomänen aktiv geworden sind, als dass Jungen vermehrt Mädchensportarten ausüben. Wer genau hinsieht, erkennt Unterschiede. Jungen sind oft lauter als Mädchen, beanspruchen mehr Raum, gehen anders miteinander um. Gerade im sportlichen Leistungsverhalten werden diese Unterschiede offensichtlich. Jungen legen viel mehr Wert auf Wettkampf und Erfolg, wollen sich durchsetzen – wollen immer bei den Ersten sein. Jungen machen **gemeinsame Sache**, aber in Bezug auf andere, um sie z.B. zu besiegen.

Mädchen vermeiden häufiger direkt ausgetragene Konkurrenzsituationen, Situationen, die riskant erscheinen und treffen weniger Individualentscheidungen. Sie tauschen sie zu Gunsten ihrer sozialen Bezugsgruppe ein, nämlich etwas **gemeinsam zu machen** und zu (be-)reden. Mädchen bringen sich mit ihren Fähigkeiten – motorisch, sozial, emotional und kognitiv – eher unterschätzend in den gesellschaftlichen Gesamtkontext ein, während die Jungen sich tendenziell überschätzend präsentieren. Dies machen sie abwertend den Mädchen gegenüber aber auch untereinander, in ihrer Jungengruppe. Neben der sozialen und ethnischen Herkunft prägt also in hohem Maße das Geschlecht die Erwartungen, die an Kinder und Jugendliche gerichtet werden. Die Geschlechtszugehörigkeit bestimmt das Verhalten von Jungen und Mädchen nach wie vor massiv.

Sowohl Mädchen als auch Jungen brauchen Anregungen und Orientierungshilfen, um sich in dieser Gesellschaft zurechtzufinden, ohne von einschränkenden Rollenklischees gefangen und an individuellen Entwicklungschancen gehindert zu werden. Geschlechtsspezifisch reflektierte Angebote bieten Mädchen und Jungen besondere Erfahrungsmöglichkeiten und Entfaltungsräume. Sie tragen zur Identitätsbildung bei und wirken auf den Abbau gesellschaftlicher Benachteiligung hin.

Hier ist setzt unser Verständnisses vom Abenteuer- und Erlebnissport an: Er soll sowohl Jungen als auch Mädchen, aber auch Frauen und Männern Bewegungs- und Erfahrungsräume bieten, die vom gewohnten geschlechtsspezifischen Konzept abweichen. Hier können Mädchen wie auch Jungen erfahren, wie mutig sie sind, wie sie mit einander reden können und wie sie sich gemeinsam miteinander bewegen können. Dies geschieht indem sie lernen alle Dimensionen einer Handlung wahrzunehmen und sie zu reflektieren, um die erworbene Verbalisierungskompetenz als persönlichen Gewinn zu erfahren.



## Psychische und physische Voraussetzungen

Ist der Abenteuer- und Erlebnissport ein Bereich, in dem besondere psychische und physische Qualifikationen verlangt werden? Kann denn jeder diesen „Sport“ betreiben: Kinder, Jugendliche, Erwachsene und auch alte Menschen? Oder gibt es irgendwelche **Einschränkungen**?

Betrachten wir zunächst die psychische Komponente. Der Abenteuer- und Erlebnissport lebt vor allem von der Bereitschaft, sich auf ein Abenteuer, auf ein Wagnis oder Risiko einzulassen, bzw. mal etwas Neues und Unbekanntes zu versuchen. Kreativität und Phantasie werden oft extrem gefordert. Diese Ansprüche hängen eng mit der individuellen Risikobereitschaft, der eigenen Einschätzung der Leistungsfähigkeit und der eigenen bisher erlebten Kreativität zusammen. Aber nur wer eine „offene Natur“ ist, wer forscht an neue Dinge herangeht, so die landläufige Meinung, hat genug Selbstvertrauen und -zutrauen, sich in diese Situationen zu begeben, sich kreativ und phantasievoll zu zeigen. Doch in jedem von uns lebt etwas von Robinson Crusoe, von Erfindern und Entdeckern. Oft findet sich aber kaum Raum, Robinson Crusoe zu spielen (zu leben). In der heutigen kreativitätshemmenden Welt können wir unsere Qualitäten nur unzureichend ausleben. Die Folge dieser Einengung ist oft eine verkümmerte Phantasie und Kreativität und meist eine degenerierte Risikobereitschaft. Weil dieses Mindestmaß an Kreativität oder Risikobereitschaft nicht mehr bei allen Teilnehmenden gegeben ist, um am Abenteuer- und Erlebnissport teilzunehmen, ist es im Abenteuer- und Erlebnissport besonders wichtig, auf die individuellen Voraussetzungen der Teilnehmenden einzugehen, sie aufzugreifen und um neue Erfahrungswelten zu erweitern. Auch die geringsten individuellen Voraussetzungen können einen Ansatzpunkt für den Abenteuer- und Erlebnissport darstellen.

Ebenso wie die psychischen sind auch die physischen Fähigkeiten Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Geschicklichkeit und Gewandtheit heute deutlich geringer entwickelt. Wer muss heute noch mehrere Kilometer gehen, um seinen täglichen Bedarf an Nahrungsmitteln zu decken? Wer muss noch dem Wild folgen, durchs Unterholz kriechen, um seine tägliche Nahrung zu beschaffen? Natürlich niemand! Denn unsere Gesellschaft hat sich weiterentwickelt – aus den primitiven, ausdauernden und kreativen (Ur-)Menschen sind Menschen geworden, die meist nur noch eine Muskelgruppe gut entwickelt haben: die Gesäßmuskeln! Ausdauer, wozu? – es gibt doch Auto, Bus und Bahn.

Mit welchen physischen Voraussetzungen können wir dann bei unseren Teilnehmenden rechnen? Nur mit einem Mindestmaß an motorischem Niveau. Für den Abenteuer- und Erlebnissport ist das nicht weiter bedeutsam, denn man muss kein durchtrainierter Modellathlet sein, um am Abenteuer- und Erlebnissport teilnehmen zu können. Es müssen auch nicht die „Alleskönner“ sein, die alle Situationen mit Bravour und ohne Hilfe meistern. Am Abenteuer- und Erlebnissport kann jede/jeder teilnehmen, auch mit geringem motorischem Niveau und wenigen Vorerfahrungen, weil sich nach unserem Verständnis vielfältige Bewegungserfahrungen durch „Hilfe geben“ und „Hilfe nehmen“ erschließen lassen. In diesem Zusammenhang stellt sich natürlich die Frage, was mit den vielen kleinen Rambos ist, die sich unter allen Umständen vor den anderen beweisen wollen. Mehr und mehr finden sich



**SPORTJUGEND**  
LANDESPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



diese „Abenteuersportler/innen“ in Vereinen, Schulen und Lehrgängen.,, Von anderen Hilfe annehmen – habe ich doch nicht nötig!“ oder „Nein, ich will jetzt keine Hilfe, das ist doch kein richtiges Klettern!“ sind keine seltenen Aussprüche. Gerade im Abenteuer- und Erlebnissport haben wir die Aufgabe, gegen dieses „Einzelkämpfertum“ zu steuern. Wir müssen überwiegend Situationen schaffen, in denen man nur durch partnerschaftliche Hilfe bestehen kann, Situationen, in denen auch mal der oder die Schwächere zeigen kann, dass es ohne sie/ihn nicht geht!