

Feuerprobe auf dem Wasser

Erst geht es übers Wasser, dann übers Feuer – und doch stehen alle Teilnehmer des Teamtrainings am Clausensee bei Heltersberg mit beiden Beinen fest auf dem Boden. Sie meistern einen Tag mit ganz besonderen Herausforderungen – und die RHEINPFALZ am SONNTAG ist mittendrin. *Von Gundula Zilm*

Feuerlauf, klar – wer macht so was schon? Ein paar spinnerne Esoteriker, die sicher die richtige Mondphase dafür abwarten. Und die in den Elementen nun ihr wahres Selbst suchen und ... „Ey, wo is'n der Langweiler? Pinkeln? Mann, der soll sich mal mit dem Schminken beeilen!“ Die tätowierten Arme verschränkt, die Beine in den Tarnhosen weit nebeneinander, zersprengt der kurzhaarige „Esoteriker“ mit einem Satz meine Feuerlauf-Idylle. Sein „Schamane“ im Sweater mit dem Aufdruck „Feuerlauf in Deutschland“ grinst gelassen in die Männer-Runde und blickt dann auffordernd auf seinen Kollegen neben ihm. „Okay, los geht's!“

Zum Teamevent, zum Gruppeneignis also, haben sich die elf überwiegend jüngeren Männer an diesem Samstagmorgen auf dem Camping-

GRENZGÄNGE

Gemeinsam ein Floß bauen (und nicht untergehen), lautet die Aufgabe fürs Team. Am Nachmittag kann dann der Einzelne seine Grenzen testen – und feststellen, dass er sie bisher zu eng gezogen hat: Ein Pfeil lässt sich mit dem Hals zerbrechen (im Bild Redakteurin Gundula Zilm, beobachtet von Trainer Jim Bertlein), Bernd und Steffen marschieren gemeinsam über die Glut, und selbst auf Glascherben lässt es sich unbeschadet laufen. (fotos: seebald)



„Macht zuerst eine Skizze. Ihr wisst ja: Im Fall der Fälle geht ihr alle baden!“

platz am Clausensee bei Heltersberg getroffen. Neun Mitarbeiter der Firma Juwi aus Wörrstadt, zwei von der Gießerei Heger-Ferrit in Sembach. Auf dem Programm steht zuerst der gemeinsame Floßbau, am Nachmittag folgt das mentale Training mit dem abschließenden Feuerlauf.

Einer, der dies zwar schon x-mal gemacht hat, sich aber jedes Mal wieder dafür begeistern kann, ist Marcus Theobald, Leiter der Veranstaltung. Erst im Februar hat der Teamtrainer und Erlebnispädagoge die Firma „In2thewild“ gegründet. Aber schon seit 2008 arbeitet der 38-Jährige als Parkleiter im Kletterpark K1 bei Kaiserslautern, davor war er zwölf Jahre als Entwicklungshelfer in Afrika. Er braucht die Natur um sich ebenso wie die Menschen, denen er zeigen will, dass sie gemeinsam viel mehr erreichen können, als sie denken.

„Heute werdet ihr eure Komfortzone verlassen“, wird Marcus – hier draußen wäre das Sie völlig deplatziert – nach all dem Sprüche-Klopfen ernst. „Ihr werdet an eure Grenzen gehen und erfahren, wozu ihr fähig seid.“ Dabei hilft ihm später der 24-jährige Jim Bertlein, der „Schamane im Sweater“, den er sich als Feuerlauftrainer zur Seite geholt hat.

„So“, sagt Marcus und klopft auf die

BARFUSS ÜBER KOHLEN

DIE THEORIE

Physiker haben verschiedene Erklärungen dafür, warum Menschen barfuß über Glut laufen können.

Die Kontaktzeit: Beim Gehen berührt jeder Punkt der Fußsohle den Untergrund nur für weniger als eine halbe Sekunde.

Wärmeleitfähigkeit: Holz und Kohle sind schlechte Wärmeleiter und halten Wärme auch nicht gut. Also leiten sie die Hitze nicht gut an die Füße weiter. Beispielsweise können wir unsere Hand in die Luft des heißen Backofens strecken, aber wir hüten uns, den Metallrost zu berühren.

Isolierung: Weniger gesichert ist die These, dass die Hornhaut vor der Hitze einwirkungs schützt. Denn auch Kinder, die noch keine Hornhaut besitzen, sind schon unbeschadet über Kohlen gelaufen.

Leidenfrost-Effekt: Lange wurde vermutet, dass Schweiß unter den Füßen den Feuerläufer schützt, so wie ein Wassertropfen auf einer sehr heißen Herdplatte nicht sofort verdampft, weil sich ein Dampfpolster bildet. Diese These gilt heute als widerlegt.

Lokales Löschen: Wenn der Fuß die Kohle berührt, stoppt er die Sauerstoffzufuhr, sodass die Verbrennung unterbrochen wird und die Temperatur sinkt. (gzi)



TEAMTRAINING UNÜBERSICHTLICHER MARKT

DIE BRANCHE

Der Markt der Coaching-Angebote – oder im weiter gefassten Sinne der Weiterbildungen für Methoden- und Teamkompetenzen, zu denen Teamtrainings gehören – ist durch die Vielzahl der Anbieter recht unübersichtlich. Gegenwärtig befindet sich der Markt laut Deutschem Bundesverband Coaching in Osnabrück „in der Phase der Professionalisierung“. Genaue Zahlen gibt es nicht, es existieren lediglich „Schätzungen, die auf rund eine halbe Million Angebote pro Jahr und bis zu 30.000 Anbietern kommen“, sagt Michael Cordes, wissenschaftlicher Leiter Team-/Weiterbildung bei Stiftung Warentest in Berlin. Es mangelt in der Branche auch an einer geschützten Berufsbezeichnung für Coaches und Trainer. Klar ist lediglich, dass der Markt wächst, „weil sich die Anforderungen im Beruf ändern: Es wird immer mehr in Teamstrukturen gearbeitet und fachübergreifende Qualifikationen werden wichtiger“, so Cordes.

DAS ANGEBOT

Bei der Vielzahl der Angebote ist es nicht leicht, das richtige zu finden und gute von

schlechten Anbietern zu unterscheiden. Teamtrainings können nicht nur für Firmen interessant sein, sondern auch für Schulklassen, Vereine und private Gruppen. Idealerweise sollte sich der Trainer in einem Vorgespräch über die Struktur der Gruppe und das Ziel erkundigen, wichtig ist laut Cordes auch „die Anschlussfähigkeit an die eigene Arbeit, also, ob ich das, was ich im Training gemacht habe, für den Job verwerten kann“. Deshalb sollte das Angebot individualisiert sein. Vor Pauschalpaketen und angeblichen „Alles-Könnern“, die oft nicht einmal erläutern könnten, wie ein typisches Coaching abläuft, warnt Cordes ebenso wie der Bundesverband Coaching. Eine weitere wichtige Fähigkeit eines Teamtrainers ist laut Bundesverband auch die Fähigkeit zur Selbstreflexion. Allerdings sollte man hinsichtlich des Erfolgs eines Teamtrainings auch keinen Illusionen erliegen, meint Cordes. „Ob so ein Seminar etwas bringt, das hängt in erster Linie von Ihnen selbst ab“, macht er klar. „Was Sie einkaufen, ist ein gutes oder schlechtes Angebot; was Sie dann daraus mitnehmen, das bleibt Ihnen überlassen.“ (gzi)

Halt. Haben die kein Vertrauen in unsere Konstruktion? „Wie viel Grad hat denn das Wasser?“, spricht plötzlich jemand meine Gedanken aus. „So um die 20“, antwortet Marcus gelassen. „Ich geh hier immer schwimmen.“ Na super, bis vor fünf Minuten hab ich noch mit einer unbeschwernten Floßfahrt gerechnet; angesichts so vieler nackter Männerbeine unter den roten Schwimmwesten bin ich jetzt nicht mehr davon überzeugt. Doch: Das Floß schwimmt tatsächlich.

Wusch, klatscht eine Ladung Wasser auf meinen Kopf. „Ja, geht ihnen noch eine Breitseite!“ Ich hab's ja gehaut: Statt gemütlicher Floßfahrt bricht die Seeschlacht aus. Nachdem wir beim Wett paddeln klar abgehängt wurden, muss der Gegner jetzt halt anders in die Schranken gewiesen werden. Und Paddel eignen sich prima als Wasserwerfer. Moment mal, ich dachte hier geht es um Teambuilding?

„Ein bisschen Konkurrenz darf ruhig sein“, sagt Marcus später. Dass die gemeinsam gebauten Flöße nicht untergehen, haben sie bewiesen; nun können sie und die Teams sich noch im Zusammenhalt beim Angriff von außen bewähren. Außerdem, das ist schnell klar, steht der Spaß im Vordergrund; würde er die Männertruppe bremsen, wäre die Dynamik dahin. „Und außerdem sind wir zum Schluss ja wieder ein Team geworden“, erinnert der 38-Jährige daran, dass wir nach der Schlacht die Flöße zusammengebunden haben und gemeinsam gegen den Wind anpaddelten, um das Ufer zu erreichen. Stimmt, da haben alle für dasselbe Ziel gearbeitet – ohne Aufforderung und ohne sich dessen bewusst zu werden. Ob das im Arbeitsalltag dann auch so funktioniert? War das schon ein Effekt des Teamtrainings – oder Zufall? Denn als meine dicksten Kumpel würde ich die Truppe jetzt nicht bezeichnen – aber das ist wohl auch gar nicht nötig.

Einigkeit herrscht beim Zustand der Kleidung: Wir sind alle klatschnass bis auf die Haut. Gut, dass ich im Auto Klamotten zum Wechseln habe. Bernd hat dieses Glück nicht. Er steht am Feuer und dreht sich wie ein Brathähnchen, um Hose und Shirt trocken zu bekommen. Noch ist das Feuer sein Freund, doch in drei Stunden wird er das Element hautnah erleben. Ob diese Freundschaft so viel Nähe aushält?

Aber zuvor hat Jim noch andere Herausforderungen für uns. Er hält einen rund 50 Zentimeter langen, kuli-dicken Holzpfeil hoch. „Diese Pfeile werden wir zerbrechen – mit dem Hals.“ Der 24-Jährige fasst sich an die Kehle. „Fühlt ihr diese Kuhle?“ Oh ja, verdammt weich. „Jetzt geht mal in die Hocke.“ Tatsächlich, schon ein wenig härter. Ein wenig ... Jim setzt den Pfeil mit der leicht abgerundeten Me-

tallspitze an seine Kehle und stemmt das andere Ende gegen die Wand des Häuschens auf der Wiese. „Dann geht ihr einen Schritt nach vorn ...“ Der Pfeil biegt sich – und fliegt krachend auseinander. „So, wer möchte?“ Stille. Thomas tritt nach vorn. „Und wenn der Pfeil im Hals stecken bleibt?“, ruft Steffen provozierend aus sicherer Entfernung. „Ja, warum?“ – „Ach, sieht halt blöd aus“, witzelt er die Restsorge weg. Doch auch Thomas bringt den Pfeil mühelos zum Zerbersten. Warum sollte er das dann bei mir nicht tun? Und tatsächlich: Ein entschlossener Schritt, der Pfeil sträubt sich ein wenig, doch dann gibt er den Widerstand ächzend auf.

Wer Holzpfeile zerbricht, der kann genauso Eisenstangen verbiegen. Jims Worte im Ohr und die Eisenspitze am Hals, scheucht mein Verstand das Bauchgefühl aus dem Weg. Und

Statt gemütlicher Floßfahrt bricht die Seeschlacht aus. Das soll Teambuilding sein?

als die Spannung aus meinem Körper weicht, halte ich ein großes eisernes V in der Hand.

Einen Dachziegel mit der Hand zer schlagen? Das ist nach all dem ja nun wirklich Kinderkram. Der Karateka Tim vor mir beweist es mit einer fast gelangweilten Handbewegung. Meine Faust saust auf den Ziegel und – upps, bleibt dort liegen. Autsch! Wie, ich bin doch nicht unbesiegbar? „Konzentrier dich auf einen Punkt unter dem Ziegel“, rät Jim – und diesmal kapituliert er unter meiner Faust.

Von dem mahnend lodernden Feuer ist nur noch ein glimmender Haufen übrig. Geht's jetzt übers Feuer? „Wer hat schon mal einen Scherbenlauf gemacht?“, lässt Jim uns noch zappeln. In aller Ruhe zerschlägt er Weinflaschen. „Ich muss morgen noch Fußball spielen ...“, murmelt Tim. Also, machen wir es genauso wie der Trainer: Einen Fuß langsam auf die Scherben, den zweiten davor – geht doch! Feuer, ich komme!

Fein säuberlich ausgebreitet liegt er vor uns, der rund drei Meter lange Glutteppich. Bis 600 Grad hat Jim gemessen. Quasi aus der Not ist der 24-Jährige zum Feuerlauftrainer geworden. „Angefangen hat es mit einem Seminar“, erzählt er. „Mit vier Kollegen haben wir dann unser Wissen weitergegeben und uns Feuerlauftrainer zu unseren Seminaren geholt. Doch meist waren wir unzufrieden, die waren uns zu esoterisch.“ Und so machte Jim selbst die Ausbildung, „zu der es allerdings keine staatliche Prüfung gibt, im Prinzip kann sich jeder Feuerlauftrainer nennen“.

Fein säuberlich ausgebreitet liegt er vor uns, der rund drei Meter lange Glutteppich.

Macht nichts, jetzt zählt eh nur noch das Vertrauen in mich selbst. Die grauen Kohlen sehen doch ganz harmlos aus – nur ab und zu sticht es verräterisch glutrot heraus. Nein, das ist kein Hokuspokus, hämmert es in meinem Kopf, Jim hat uns gerade eine einleuchtende Erklärung dafür gegeben, wieso wir uns nicht verbrennen. Ein tiefer Atemzug – und los! Tsss, das beißt aber ganz schön an den Fußsohlen – und schon bin ich drüben.

Wow, wozu man alles fähig ist, wenn man nur den ersten Schritt wagt! Mir kommen einige Dinge in den Kopf, an die ich mich nicht so recht herantraue ... ich sollte sie wohl einfach mal anpacken!

Die Hand würde ich für die Truppe immer noch nicht ins Feuer legen, aber das Feuer unter meinen Füßen hat mir gezeigt, dass ich mehr kann als ich dachte, wenn ich's nur wage. Ganz ohne Esoterik. Dem Schamanen im Sweater sei gedankt.



Kante des blauen Plastikfasses, „jedes der beiden Teams hat sechs Fässer mit je 220 Litern Volumen, diese Holzbretter hier, Gurtspanner und Seile zur Verfügung.“ Bevor wir Hand anlegen, soll erst mal der Kopf arbeiten, genauer: unsere Köpfe zusammen sollen das tun. „Macht zuerst eine Skizze. Ihr wisst ja: Im Fall der Fälle geht ihr alle baden!“ Vier Fässer reichen völlig, ist sich unser Team einig.

„Nee, das funktioniert nie!“, winkt Steffen vom anderen Team großspurig ab, als Marcus die Gruppen ihre Pläne gegenseitig bewerten lässt. Um dann schadenfreudig grinsend schnell zu korrigieren: „Doch, doch, das hält super!“