



Segeln mit Kindern

Immer seltener sieht man in den Häfen Segelboote mit Kindern an Bord. Liegt es daran, dass wir die Kleinen zu gut behüten wollen, sie den vermeintlichen Gefahren auf dem Wasser nicht aussetzen wollen? „Alles Quatsch“ meint unser Autor: „Kinder müssen gefordert werden!“ und berichtet von seinen eigenen Erfahrungen mit dem mittlerweile elfjährigen Erik Text und Fotos: Hans Genthe



Traumspielplatz Hafen: Mit
Volldampf über den Steg.
Segeln mit Kindern macht
Spaß, braucht aber Regeln



Wann sind wir auf Anholt? Können wir nicht die Nacht durchsegeln?" Dagmar und ich schauen uns mit großen Augen an. Noch zwei Stunden bis zur Dämmerung. Die Insel Tunø ist groß geworden am Horizont, eine Stunde aber wird es schon noch dauern. Wir haben Hunger. Sechs Stunden segeln bei 4 bis 6 Beaufort, das schlaucht. Das Ölzeug ist salzig und wird langsam klamm in der Abendluft. Nein! Die Eltern sind sich einig und wollen in den Hafen. Anholt ist keine Alternative. „Ich könnte doch etwas steuern, und ihr schlaft.“ Erik, zehn Jahre jung, lässt nicht locker. Keine Zeichen von Ermüdung.

Ja, unser Sohn segelt gerne. Selten hören wir „Wann sind wir endlich da?“ oder „Mir ist soo langweiliiiiig.“ Woher kommt das? Warum klagen so viele anderen Eltern:

„Wir können maximal drei Stunden segeln, dann gibt es einen Aufstand.“ Das hören wir in fast jedem Hafen. Dabei haben die Boote der anderen Eltern meist mehr als doppelt so viel Platz an Bord als wir auf unserer zwar zehn Meter langen, aber 2,20 Meter breiten BB10.

Über Neuronen und Synapsen

Elf Jahre, nachdem Erik auf die Welt gekommen ist, mache ich mich auf die Ursachensuche. Sind es die Erbanlagen, die unseren Sohn so seefest machen? Dabei ist seefest nicht das richtige Wort, er wird ja schnell seekrank. So wie ich.

Im Internet stoße ich auf Hinweise. Über die LMU München komme ich zur Uni Giessen, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie. Ganz vereinfacht: Schuld scheinen die Synapsen zwischen den neuronalen Zellen zu sein. Neueste Erkenntnisse in der

Hirnforschung beweisen: Kinder müssen gefordert werden.

Neuronen sind Nervenzellen, im Kopf bilden rund eine Billion (1.000.000.000.000) das Gehirn. Die Neuronen kommunizieren über Synapsen, das sind Kontaktstellen zwischen den Neuronen. Bei der Geburt besitzt ein Baby rund 120 Milliarden Neuronen. Doch lediglich die Grundfunktionen für beispielsweise Atmung, Verdauung und Stoffwechsel sind vollkommen ausgebildet. Ein Baby ist ständig äußeren Einflüssen ausgesetzt. Die Sinnesorgane empfangen fortwährend Impulse, die die Nervenleitungen weitergeben. Dadurch bilden sich Synapsen aus, die die Gehirnzellen verbinden. Das Baby lernt. Und das Gehirn wird so, wie man es benutzt.

Bis zum sechsten Lebensjahr ist die Zahl der Nervenzellenkontakte so groß wie nie zuvor im Leben. In dieser Zeit

Schlechtes Wetter? Egal, Hauptsache draußen, Hauptsache gefordert

sollten Kinder möglichst viele unterschiedliche Erfahrungen machen. Alles, was mit Begeisterung erlebt wird, verankert sich intensiv im Hirn. Eltern müssen daher Kindern Erfahrungsräume bieten, in denen sie sich selbst bilden und selbst erfahren können. Damit Kinder ihre Potenziale entfalten können, brauchen sie Geborgenheit und Vertrauen, Aufgaben, denen Sie gewachsen sind und Vorbilder, an denen sie sich orientieren können.

Was bedeuten die Erkenntnisse für das Segeln mit Kindern?

Je früher Kinder an Bord kommen, desto selbstverständlicher wird für sie in Zukunft das Leben an Bord. In den ersten Jahren nehmen sie die Umgebung spielerisch und un-



voreingenommen war. Kinder möchten ihre Eltern nachahmen. Dadurch lernen sie von ihnen. Eltern und alle Bezugspersonen sind Vorbilder, die in den ersten Jahren nicht hinterfragt werden. Kinder bekommen dann Angst, wenn die Eltern Angst haben. Die Kleinen möchten lernen, daher kann es ihnen an Bord schnell langweilig werden, wenn sie zu sehr eingeschränkt werden.

An Bord entsteht ein Mikrokosmos, eine kleine überschaubare Welt. Wenn man sich selbstverständlich in einer Umgebung bewegt, dann nehmen Kinder das genauso selbstverständlich auf. Die Verhaltensmuster gehen automatisch ins Blut über. Kinder möchten bei ihren Eltern sein, brauchen Geborgenheit und Liebe. Auf einem kleinen Boot gibt es automatisch viel Nähe. Das genießt der Nachwuchs. Natürlich hat man wenig Ruhe vor ihnen. Das sollte aber als Chance wahrgenommen werden. Eltern, die die Segelzeit nutzen, um Ruhe für sich zu haben, die werden sicher keine Kinder haben, die gerne viel segeln möchten.

Die Seeleute im Wachstum sind sehr lernbegierig und möchten ihre Welt erkunden. Wenn Kinder in das Leben an Bord wirklich eingebunden werden, dann wird Segeln spannend. Wenn sie an Bord zu sehr in ihrem Forschungsdrang eingeschränkt werden, verlieren sie die Freude am Segeln, beziehungsweise die Freude am Leben an Bord. Zu viele Regeln verleiden das Bordleben. Besser sind wenige Regeln, die aber dafür konsequent eingehalten werden. Kinder freuen sich über Aufgaben, über Pflichten. Durch das Leben an Bord kann man viele Dinge sehr anschaulich erklären, die komplexe Welt schrumpft etwas zusammen. An Bord ist man 24 Stunden eng beieinander. Der Umgang

Einstellung

Seien Sie ehrlich mit sich selbst. Kinder spüren, wenn Sie unsicher sind. Es gibt keine „schlechten“ Segler. Es gibt Segler mit viel Übung und mit weniger. Setzen Sie sich nicht mit großen Zielen unter Druck, vermeiden Sie Situationen, in denen Sie sich selbst unter Stress setzen. Wenn Sie chartern: Wählen Sie eine Yachtgröße, die Sie sicher beherrschen. Manöver mit viel Geschrei führen sicher kein Kind zum Segeln. Eine ungewohnte, für das Kind brenzlige Situation kann durch ein Lächeln oder mit einem ruhigen Augenkontakt entschärft und in eine positive Erfahrung verwandelt werden. Schieben Sie Ihre Kinder bei schlechtem Wetter nicht in die Kajüte ab. Geben Sie Ihnen Nähe, und lassen Sie Ihren Nachwuchs die Erfahrung kontrolliert miterleben. Erklären Sie die Situation ruhig, egal wie alt das Kind ist. Allein der Ton der Stimme vermittelt Sicherheit.

- ❖ **Mut ist, seine Angst zu überwinden. Wenn Sie Angst haben, lachen Sie trotzdem. Ihren Kindern zuliebe.**
- ❖ **Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Kinder. Vor allem an Bord, sorgen Sie für liebevolle Nähe.**
- ❖ **Lieber wenige Regeln und die verständlich erklären und konsequent durchsetzen.**
- ❖ **Lassen Sie Ihr Kind eigene Erfahrungen machen. Beobachten Sie (heimlich), und greifen Sie erst ein, wenn es wirklich brenzlich wird. Sie werden erstaunt sein, was ein Kind alles kann und wie schnell es lernt.**

ist viel intensiver als im Alltag. Es gibt keine Rückzugsmöglichkeit. Kinder können hier lernen, wie wichtig es ist, Pläne zu machen, und diese umzusetzen. Sie erleben unmittelbar, welche Folgen die Planung hat. Und wie wichtig es ist, Pläne anzupassen, zum Beispiel dem Wetter. Beziehen Sie Ihre Kinder schon früh in die Planung ein. Sie werden zum Beispiel schnell verstehen, dass man, um zu besonderen Orten zu kommen, auch mal lange segeln muss.

Wind und Wetter bestimmen unseren Tagesablauf. Wir setzen uns zwar Ziele, versuchen diese aber nicht mit Krampf zu erreichen. Kreuzen ist nass, windig, kalt und langsam. Windgenerierter Strom kommt von vorn. Der Fahrtwind addiert sich mit dem meteorologischen Wind. Segeln wird nass. Raumschots segeln ist trocken, angenehm, warm und schnell. Windge- ➤



Der Spisack ist eines der Lieblingsspielzeuge – wo es geht, wird er „geriggt“



nerierter Strom setzt mit. Der Fahrtwind reduziert den wahren Wind. Es kommt fast nie Gischt über. Wenn der Wind von vorne weht, machen wir daher kleine oder keine Tagesetmale. Wenn der Wind von hinten kommt, große. Wenn das Wetter nicht mitspielt, segeln wir einfach gar nicht oder nicht so weit.

Kinder möchten ernst genommen werden. Wir haben immer normal mit unserem Sohn gesprochen, wie mit einem Erwachsenen, egal wie alt er war. Wir haben Entscheidungen immer sachlich begründet, und möglichst anschaulich und praktisch gezeigt. Gerade an Bord muss ein Kind zum eigenen Schutz gehorchen. Dazu braucht es Vertrauen, und das schafft man, in dem man seine Entscheidungen sachlich begründet. Natürlich kann man nicht lange diskutieren, wenn ein Manöver anliegt, aber man sollte seine Entscheidungen danach erklären.

Wenn wir früh starten, ist Erik mit dabei, im Cockpit mit Schlafsack. Meist schläft er dann nach dem Auslaufen noch ein paar Stunden. Eine der schönsten Zeiten, an die ich mich erinnere, war, als unser Sohn stundenlang im Schlafsack eingekuschelt bei mir auf dem Schoß saß, und ich erklärte, was alles um uns vorbeizieht, warum Boote schwimmen, warum Vögel fliegen, warum das Wasser nass ist... Wir haben an Bord keinen Wert auf einen Schlafrythmus gelegt. Wenn ein Kind müde ist und Vertrauen zu seinen Eltern hat, schläft es. Egal wo. Aber am liebsten in ihrer Nähe.

Übrigens: Wir haben nur ein kleines Boot, wenig Platz, kein fließend Wasser – außer dem Regen und der Gischt –, und keine Heizung, außer dem Petroleumkocher in der Küchenschublade. Es gibt kei-



Erik im Segelsack: An Bord haben die Eltern soviel Zeit wie kaum irgendwo anders für ihre Kinder – auch für Spiele

ne Computerspiele oder Videos an Bord. Das Überangebot der Unterhaltungsindustrie ist auf ein Radio und einen Kassetten-Walkman reduziert.

Erstes Jahr

„Keine Angst, so ein Kind hält mehr aus, als man denkt!“, hat mein Großvater immer gesagt.

Er war Unfallchirurg mit eigener Notfallpraxis. Und er hat zwei Kinder groß bekommen, die oft an Bord waren.

Wellen und Schaukeln scheinen an das Leben im Bauch der Mutter zu erinnern. Jedenfalls wirkt Seegang auf den kleinen Erik einschläfernd. Die erste, unangenehme Überfahrt mit 5 bis 6 Windstärken

Typischer Tagesablauf

- ❖ Aufwachen - Kuscheln bei Mama und Papa - geht über zum Toben, bis Papa aufgibt und aufsteht.
- ❖ Brötchenholen – oft der erste gemeinsame Ausflug
- ❖ Frühstück und Tagesplanung
- ❖ Aufklaren, Schlauchboot ablassen (macht Papa)
- ❖ Ausflug oder Auslaufen (meist erst gegen 13 Uhr)
- ❖ Segeln
- ❖ Einlaufen, festmachen und aufklaren
- ❖ Schlauchboot aufpumpen (macht Erik)
- ❖ Gegend erkunden (allein oder mit Mama/Papa)
- ❖ Abendessen
- ❖ Vorlesen und kuscheln
- ❖ Schlafen
- ❖ Manchmal sitzen wir Eltern noch etwas mit Freunden im Cockpit.

gegen Strom nach Helgoland im Alter von vier Monaten verschläft Erik komplett. Und nach dem aufregenden Rundgang über Helgoland, in der Jacke seines Vaters warm eingekuschelt, schläft er das erste Mal durch.

Die Mitschiffs-Koje mit Leesegel ist sein Reich. Da kann er – fast – alles machen, was er will. Bei Krängung rutscht er maximal 30 Zentimeter von einer Seite zur anderen. Findet er klasse. Die Mitschiffs-koje ist nahe am Drehpunkt des Schiffes und beugt so der Seekrankheit vor.

Spannend wird es, als er anfängt zu krabbeln. Um den Weg zu begrenzen, haben wir einen Mini-Lifebelt gebaut und die Leine so lang gebunden, wie er krabbeln darf. Wir haben einen Außenborder im Schacht, hinten im Cockpitboden. Dieser Motor war, sofern eingebaut, ein ständiges Objekt der Begierde. Leider stoppte die Leine den Forscherdrang zehn Zentimeter vor dem Motor. „So was von hinterhältig“ – das hat er sicher empfunden. Natürlich gab das lautstarken Protest. Ein Grund mehr, Anlegemanöver unter Segeln zu fahren, und den Motor unter dem Cockpitboden zu verstecken.

Wenn man ausreichend warme Bekleidung dabei hat, braucht man an Bord keine Heizung. Es ist natürlich angenehmer, wenn man eine hat, es muss aber nicht sein. Das Schöne auf einem Boot: Es gibt wenig Keime und viel frische Luft. Das Leben im Kindergarten ist für das Immunsystem viel anstrengender. Trotz fehlender Heizung hat sich Erik nie erkältet. Windeln wechseln ist dank moderner Einwegwindeln ebenfalls kein Problem auf einem kleinen Schiff. Als enorm praktisch stellten sich Feuchttücher heraus, die reinigen gründlich und schonend ohne fließend Wasser.



1 Jahr

„Gagalabla ba ba ba, da gi da gi da da“. Mit der Winskurbel am Ohr unterhält Erik lautstark den Hafen, während wir einlaufen. Im übervollen Sonderborg werden uns gleich mehrere Plätze angeboten. Wie schön: Es gibt doch noch einen Kinderbonus.

Dabei fing die Saison gar nicht gut an: Nachdem er gerade – auf festem Grund – das Laufen gelernt hatte, war es überhaupt nicht in Ordnung, dass das alles nicht mehr klappte, wenn das Boot schaukelte. Die 4-tägige Tour über Himmelfahrt wurde die schlimmste Kinderzeit – für uns. Das Boot war gerade ins Wasser gekommen, wir wollten schnell weg, hatten unsere Sachen einfach ins Boot geworfen. Unter Deck war es eng und chaotisch. Das Wetter war grau, dazu viel Wind. Wir waren von der Arbeit müde

Sicherheit

Viel ist nicht notwendig, um das Leben an Bord sicher zu machen:

- ❖ passender Lifebelt
- ❖ Schwimmweste mit Griff oder Gurt am Rücken, an dem man das Kind festhalten, anbinden, oder hochheben kann
- ❖ striktes Einhalten der Regeln
- ❖ vor allem kleine Kinder bei Manövern aus dem Gefahren-, bzw. Aktionsradius heraushalten: am besten durch Anleinen.
- ❖ Ölzeug, Gummistiefel und warmes Unterzeug

und nicht gerade entspannt. Beim Segeln waren wir mit Aufräumen beschäftigt und hatten keine Zeit für Erik. Sobald das Boot schaukelte, verlor Erik das gerade gefundene Gleichgewicht und fing an zu schreien. Warum nur? Irgendwie klang sein Getöse aber nicht ängstlich, sondern eher wütend. Nach zwei Tagen gaben wir auf und kehrten um, den Rest des verlängerten

Wochenendes wollten wir zu Hause verbringen. Unsere eigene Stimmung stieg, wir lachten und waren entspannt. Erik saß viel bei uns auf dem Schoß, und wir beschäftigten uns mit ihm, halfen ihm, sich zu bewegen. Bald hatte er die Schwankungen halbwegs im Griff, beziehungsweise akzeptiert, dass er manche Dinge nicht erreichen konnte.

Auf der Tour am folgenden

Wochenende war für alle die Welt wieder in Ordnung. Denn ein schaukelndes Boot kann auch ein Quell der Freude sein: Spielzeugautos bewegen sich selbstständig, ohne das diese Anschub brauchen. Es lässt sich herrlich im Schiffsinnen schaukeln. Fazit: Kinder brauchen Aufmerksamkeit, Eltern brauchen Zeit.

2 Jahre

„Rabähhh!“ Dem Platsch folgte ein ohrenbetäubendes Geschrei. Ich blicke lachend über die Bordwand und sehe unseren Sohn wild strampelnd, aber ordnungsgemäß aufgeschwommen neben dem Boot, greife nach unten, und hole ihn heraus: „Kalt und nass, was? – Besser nicht nochmal hineinfallen.“ Das Geschrei verstummt. Schnell wechseln wir die nassen Klammotten, und ich drücke ihn lange und liebevoll (mit ▶



Regen? Wen interessiert's?
Am liebsten zieht Erik Flaschen
hinter dem Boot her



Kardanisch aufgehängt kann auch der übelste Seegang wenig Schaden anrichten

ein wenig schlechtem Gewissen) zum Aufwärmen an mich. Denn ich habe es kontrolliert provoziert: Wir haben an Deck Tauziehen gespielt. Als ich losgelassen habe, ist unser Sohn zwei Schritte rückwärts gegangen und außenbords verschwunden. Rabenvater! Meine Frau war gar nicht begeistert. Doch irgendwann fällt jedes Kind mal ins Wasser. Und dann sollte es wissen, was das bedeutet. Warum also nicht unter kontrollierten Bedingungen, unter Aufsicht? Ich wollte nicht, das Erik irgendwann von hilfsbereiten, aber aufgeregten oder panischen Menschen aus dem Wasser gezogen wird und sich deren Angst überträgt.

Erik ist jedenfalls nie wieder von Bord gefallen. Danach hat er ohne Zögern die Schwimmweste angezogen, ja sogar meist freiwillig selbst daran gedacht. Er hat gelernt, wie toll eine Schwimmweste funktioniert. Eine Schwimmweste anzuhaben, bedeutet Freiheit für das Kind und Entspannung für die Eltern. Er durfte danach auch während des Segelns oft an Deck. Dabei haben wir keine Seereling.

3 Jahre

„Tuut-Tuut“. Der Plastikspielzeugschlepper „Tuut-Tut“ ist ein Quell großer Freude. Und er machte wohl bisher mehr Meilen als wir, denn im Hafen ist er auch unterwegs. Erik wird das erste Mal seekrank. Danach nehme ich ihn auf den Schoß, sobald ich merke, dass er still wird und beteilige ihn an den Steuerbewegungen. Das hilft immer.

Mit drei Jahren ist die Welt voller spannender, neuer Dinge. Und die wollen erkundet und erklärt werden. Da gibt es viel zu tun für die Eltern. Vor allem heißt es, Grenzen zu setzen. Spielerische Praxisbeispiele helfen, diese Grenzen

Unsere „Gesetze“ für das Leben an Bord

Wenn man eine Regel aufstellt, heißt es, diese absolut konsequent durchzusetzen. Weniger (Regeln) ist hier mehr.

- ❖ immer Schwimmweste an, sobald die Schwelle vom Kajüteingang überschritten wird
- ❖ beim Segeln muss das Kind fragen, ob es angeleint oder unangeleint an Deck darf
- ❖ sobald die Bedingungen es nicht zulassen, dass man sofort umkehrt, immer anleinen (auf Spikursen, über vier Beaufort, in engen Fahrwassern, z.B. Schären oder Wattenmeer)
- ❖ eine Hand für das Boot, eine für sich
- ❖ ausreichend Sonnenschutz
- ❖ wenn man Kram ausräumt, muss man den auch wieder wegräumen
- ❖ bei Manövern wird erst gehorcht, dann erst nach den Gründen gefragt



Vor dem Wind segelt es sich wesentlich entspannter mit Kindern – und immer angeleint

einzuhalten: Um zu demonstrieren, wie unangenehm es ist, an der Lifeleine nachgeschleppt zu werden, haben wir an einem schönen Sommertag einen Badetag auf See gemacht. In der Schwimmweste nachgeschleppt, war unserem Kind sofort klar: So toll das jetzt ist, bei schlechtem Wetter und Welle ist das sicher kein Spaß mehr.

Während des Segelns diskutieren wir die Vorteile verschiedener Bauweisen von Staudämmen aus Sand. Abends wird meistens noch eine Stunde von Mama oder Papa vorgelesen.

4 Jahre

„Papa, kann ich rauskommen?“ Instinktiv denke ich: „Viel zu nass und unangenehm – und gefährlich“ – und erwäge kurz ein Verbot. Vor

der schwedischen Westküste, nicht weit vor Värberg, steht eine unangenehme Welle, ständig schwappt Gischt nach hinten. Aber das Boot segelt herrlich schnell durch die Wellen. Warum sollte ich diese Freude nicht teilen?

„Ja, aber mit Faserpelz, dicker Jacke, Ölzeug, Schwimmweste, Lifeleine. Und selber anziehen. Mama gibt Dir die Sachen.“ Erik strahlt. Dick eingemummelt kommt er ins Cockpit. „Darf ich auf die Kante?“ Ich binde seine Lifeleine so kurz, dass er nicht außenbords fallen kann. Er rückt dicht an mich, und ich spüre, wie er die Bewegungen der Wellen mitmacht. Neben uns bleckt eine Welle bedrohlich die Zähne: „Achtung!“ schreie ich. Wosch – es kommt eine dicke Ladung Wasser über. Er schaut mit großen, fragenden Augen aus einem pitschnassen Gesicht zu ▶

1/4
90/124
107/140



Neidisch blickt Erik auf des Nachbarn Schlauchboot – so ein Außenborder wäre schön...

mir hoch. Ich lache: „Es gibt nette und böse Wellen. Schiebewellen und Spritzmänner. Die Schiebewellen machen uns schneller. Die Spritzmänner wollen uns nassmachen. Da kannst Du mithelfen und ansagen, wenn so ein Spritzmann kommt. Die haben weiße Köpfe und sind meistens steiler und größer. Dann kann ich abfallen, und ihn überlisten.“ Die nächsten zwei Stunden bis Vårberg ist er nicht von der Kante wegzubekommen und sagt Wellen an.

5 Jahre

„Ich habe Spi gesetzt“. In der Kajüte ist ein unglaubliches Chaos. Mittels Unmengen an Leinen, Handläufern als Umlenkpunkte, Kescher als Spibaum, und Segelsack als Spinnaker wird hart trainiert. Kinder wollen das machen, was ihre Eltern machen.

Es gibt übrigens kein schlechtes Wetter. Es gibt nur doofe Eltern. Unsere völlig fehlkonstruierten Regenab-

Törnziele

Eigentlich ist es egal, wohin Sie fahren. Wenn sie selbst weniger mit Ihren Kindern unternehmen wollen, dann sind Häfen mit großen Spielplätzen oder Sandstränden eher die Wahl. Dort finden sich schnell Spielkameraden, die ebenfalls Anschluss suchen. Sprache stellt kein Hinderungsgrund da: Die Multikulti-Dünen-Rutsch- und Dornbusch-Spring-Gang auf Anholt ist der beste Beweis. Oder die schwedisch-dänisch-deutsche Kooperation zur Eindeichung von Strandseen.

Gute Ziele sind:

- ❖ Sandstrände zum Umgraben (Anholt, Bogense, Hornbaek)
- ❖ große Spielplätze (Marstal, Tunø)
- ❖ geschützte Häfen und Buchten, in denen man frei Schlauchbootfahren kann (Dyvig)
- ❖ begrenzte Gebiete, die man erkunden kann (unzählige Schäreninseln)
- ❖ Schifffahrtsmuseen (Göteborg, Karlskrona, Kalmar, Figeholm, Marstral)
- ❖ Eisdielen (Karlskrona am Marktplatz mit unglaublichen Portionen...)
- ❖ Julsminde mit der Krabbenrutschbahn
- ❖ Dageløkke mit den Trampolinen

Ansonsten kann auch ein Industriehafen ein unvergessliches Erlebnis sein, wenn Sie mit Ihren Kindern durch die Anlagen und Schiffe stromern und alles erklären. Es kommt einfach immer darauf an, was SIE daraus machen.

läufe der Backskistendeckel im Heck befördern jede Menge Wasser ins Cockpit, das bei wenig Wind nicht durch die Lenzer ablaufen will. Für das Kind kein Konstruktionsfehler, sondern: Was für ein herrliches Planschbecken! In den Wellen des schwappenden Cockpitbodenwassers kämpfen Boote im Sturm, müssen Schiffsbrüchige gerettet werden... Dass beim Planschen alle noch nasser werden und Wasser in die Kajüte spritzt, kann nur wieder die Eltern stören. Mit einer dünnen, langen Leine gesichert, übt Erik tagelang paddeln mit dem Schlauchboot.

6 Jahre

„Die Form des letzten Drittels des Rumpfes entscheidet, ob ein Boot gleiten kann oder nicht.“ Der Segelsommer steht im Zeichen ausgiebiger hydrodynamischer Forschungen. Was man so alles nachschleppen kann: Spielzeugboote, Flaschen, Eimer,



Fender... Akribisch füllt Erik Flaschen mit Wasser, bindet diese an und schleppt sie nach. Schwere Flaschen gleiten nicht, sondern fangen sogar an zu tauchen. Ui, das ist spannend. Und ein Kugelfender, bei sieben Knoten nachgeschleppt, geht auf Tauchfahrt. Und produziert so einen Druck, dass man den nicht mehr festhalten kann. Gute Gelegenheit, mal ein Mann-über-Bord-Manöver zu üben. Übrigens: Heute gefragt, was an Bord das beste Spiel ist, kommt spontan: „Flaschen nachziehen.“

Bei uns wird jeder Gegenstand wieder gerettet, auch ein Lappen oder Schwamm. Mann-über-Bord-Manöver kann man gar nicht oft genug üben. Wir verbringen dieses Jahr einen traumhaften und prägenden Urlaub in den ostschwedischen Schären bis Stockholm. Unser Boot segelt Freund Peter Schweer zurück. Beeren sammeln, schwimmen, Schlauchboot fahren, das könnte noch Wochen so weiter gehen. Der Spinnakersack ist fest in Eriks Hand und wird überall an Bord kunstvoll gesetzt.

7 Jahre

„Der Leuchtturm da hinten, gehen wir dahin?“ Sieht nicht gar so weit aus. Wir stehen auf



Anholts Dünen und schauen nach Osten. Vor uns liegt eine ausgedehnte Dünenlandschaft, Anholts „Wüste“. Bewaffnet mit einem Liter Wasser und „Waldläufer-Stöcken“ machen wir uns auf den Weg. Der Leuchtturm kommt und kommt nicht näher. Unsere Expedition droht zu scheitern. „Ich möchte aber zum Leuchtturm.“ O.K., dann heißt es, Wasser zu rationieren. Wir stellen einen Plan auf. Und kommen tatsächlich an. Auf dem Rückweg kippt die Stimmung: „Ich kann nicht mehr.“ Ich erfinde phantasievolle Geschichten von Indianern, die uns verfolgen, Bären, die uns auflauern. Mitunter rennen

wir „um unser Leben“, weil uns ein Rudel Wölfe verfolgt. Erschöpfung? – Vergessen. Als wir zwei Stunden später wieder an Bord klettern, sind wir erledigt, aber glücklich. Der Blick auf die Karte sagt: Sechs Seemeilen vom Hafen zum Leuchtturm. Erik stolz: „Nächstes Jahr gehen wir nochmal zum Leuchtturm, oder?“ Ich hoffe, dass ich mich bis dahin nicht zu alt fühle.

8 Jahre

„Du weißt, wir müssen viel segeln, wenn wir in die Schären wollen!“ Wir beziehen Erik in die Urlaubsplanung voll ein, erklären die Vor- und Nach-

... aber selber rudern hält viel fitter und lehrt zugleich noch Koordination

teile von Dänemark, schwedischer Westküste, oder eben der ostschwedischen Schären. Ostschweden wird unser Ziel, trotz nur drei Wochen Zeit, inklusive Hin- und Rückweg. Die letzte Reise in die ostschwedischen Schären hat einen bleibenden Eindruck hinterlassen. Erik: „Die Natur ist so toll.“ In diesem Jahr will er zum ersten Mal selbst die Spisכותen fahren. Es ist wenig Wind, und nach kurzer Zeit versteht er, was er machen muss. Dabei hat er noch keine Lust, Opti zu segeln. ➤

1/4

215/80

219/84



9 Jahre

„Kannst Du vorlesen?“ Es gießt in Strömen. Keiner von uns hat Lust, auch nur die Nase nach draußen zu stecken. Diesen Regentag verbringen wir komplett in der Kojе und

lesen: Zu dritt in einem Buch: „Ferien auf Saltkrokan“. Jeder muss abwechselnd zwei Seiten vorlesen. Auch Erik.

Ein paar Tage später auf Anholt treffen wir Freunde, eine Familie mit zwei Kindern und beschließen, einige Zeit

gemeinsam zu segeln, Ziel westschwedische Schären. Der Leuchtturm muss diesmal warten. Erik ist viel mit den beiden Freunden zusammen. Fast bin ich ein wenig traurig, so wenig werde ich beansprucht. Nach einer Woche trennen sich die Wege, unsere Freude übergeben ihr Boot ihren Eltern. Wir haben mehr Zeit, segeln selbst zurück. Auf der Überfahrt von Mollösund nach Laesø fängt Erik das erste Mal Makrelen. Ich zeige ihm, wie man die Fische tötet und ausnimmt. Ein bisschen eklig – aber enorm spannend.

Kinder müssen von Anfang an Aufgaben bekommen und Verantwortung übernehmen

wird. Wir nutzen die Boote nur einmal. Einfach keine Zeit. Viel zu viel Neues zu entdecken. Die ausgedehnten Forschungsreisen auf den dänischen Inseln und schwedischen Schären sind bis heute das Beste am Urlaub. Aber auch Lesen ist im Stellenwert hoch gerutscht, mehrere Bände Harry Potter müssen dran glauben.

Das Wetter bzw. der Wind sagt: Westschweden. Erik fragt „Wann sind wir auf Anholt? Können wir nicht die Nacht durchsegeln?“ Nach vier Tagen sind wir dort. Natürlich gehen wir zum Leuchtturm auf der Ostspitze, diesmal mit größeren Wasservorräten bewaffnet. ⚓

Die tollsten Spiele an Bord

Die besonders beliebten Spiele an Bord

- ❖ mit der Winskurbel telefonieren
- ❖ den Spisack als Spi setzen, bei schlechtem Wetter auch im Schiff
- ❖ Leinen im ganzen Boot verstricken
- ❖ Flaschen nachschleppen (viel spannender als Spielzeug-Dampfer)
- ❖ im Wasser auf dem Cockpitboden planschen (vor allem bei Regen im Ölzeug sehr beliebt)
- ❖ Schlauchboot auf dem Vordeck aufblasen und mit Wasser füllen
- ❖ im Bootsmannsstuhl in den Mast ziehen
- ❖ Navigation: Auf der Karte finden, wo man gerade ist
- ❖ der Hand-GPS ist ein Quell nicht endender Freude
- ❖ Höhlen aus Polstern und Decken bauen
- ❖ Schaukeln im Schiff
- ❖ auf der Bugspitze sitzen, und Beine ins Wasser stecken
- ❖ Angeln
- ❖ Flaggen setzen (gerne auch im Schiff)
- ❖ Knoten (weniger die „offiziellen“, eher die eigenen Kreationen)

10 Jahre

Wir nehmen zwei ferngesteuerte Modellboote mit, damit Erik und Papa was zum Spielen haben falls es uns langweilig



Hans Genthe segelt von klein auf. Neben einer Jollenkarriere im FD regattiert „Captain Hans Hansen“ erfolgreich die nördlichste Asso 99. Familiensegeln findet auf einer BB10 statt. Für diese Geschichte führte er viele Zwiegespräche mit Sohn Erik – und Frau Dagmar („Willst Du das wirklich so schreiben?“)



Aktuelle Erkenntnisse zur Entwicklung von Kindern

„Das Geheimnis des Lernens und Erinnerns steckt in der Art und Weise, wie Milliarden von Neuronen miteinander verknüpft sind.“ (Mechsner 2004, S. 174)

Nina Werner, LMU München, Institut für Soziologie, schreibt: „Lange Zeit wurde angenommen, dass die Gene alleine bestimmen, wie intelligent ein Kind und wie ausgeprägt sein Gehirn ist. Doch wenn der Säugling auf die Welt kommt, sind seine Hirnfunktionen nur in Ansätzen vorhanden. Die Wissenschaft hat bewiesen, dass die Umwelt, das Elternhaus, die Geschwister und die Vielfalt der Umgebung maßgeblich daran teilhaben, wie sich das Gehirn des Babys ausbildet. Es ist also nicht genetisch vorbestimmt, welches Kind besonders lernfähig wird und welches später einmal Schwierigkeiten in der Schule haben wird. Die Erfahrungen in früher Kindheit haben Auswirkungen bis ins Erwachsenenalter und somit auch auf unsere Gesellschaft. Dieses neue neurobiologische Wissen über die Entwicklung des Gehirns von Neugeborenen bringt Fakten und Theorien hervor, die das schlechte Abschneiden bei internationalen Leistungsnachweisen wie bei PISA-2000 begründen könnten.“

Kinder nehmen zu jedem Zeitpunkt ihrer Entwicklung weitaus mehr auf als wir bisher angenommen haben. Prof. Dr. Walter Thimm: „Die Gene allein entscheiden nicht über Begabung und Persönlichkeitsmerkmale.“ Unsere genetischen Anlagen haben sich seit der Steinzeit kaum verändert. Doch wir können heute abstrakter denken und haben mehr geistige Fähigkeiten. Unsere Gene sind der Ursprung, doch die Fähigkeiten, die wir entwickeln, sind abhängig von den Erfahrungen und den Signalen der Umwelt, die die Entstehung des Nervensystems prägen. Die Hirnforscher konnten in den letzten Jahren zeigen, dass die „Schaltungen“ im menschlichen Gehirn in einem hohen Maß durch eigene Erfahrungen geformt werden. Kinder suchen sich ihren Weg und erschließen sich die Welt aus eigenem Antrieb, und wir können ihnen dabei Mut machen, ihnen mögliche Wege zeigen und sie unterstützen, wenn sie allein (noch) nicht weiterkommen und sich nicht zurechtfinden. Lernen funktioniert bei Kindern (wie auch bei Erwach-

senen) immer dann am besten, wenn es ein bisschen „unter die Haut geht“. Dann werden die emotionalen Zentren im Gehirn aktiviert und die Botenstoffe vermehrt freigesetzt, die das Knüpfen neuer Verbindungen zwischen den Nervenzellen fördern. Um zu vermeiden, dass Spannung in Angst umschlägt und die Erfahrungen negativ abgelegt werden, ist eine liebevolle und vor allem vertrauensvolle Atmosphäre wichtig.

Um sich optimal entwickeln zu können, brauchen Kinder die Erfahrung, willkommen zu sein und müssen sichere Bindungspartner finden. Kinder brauchen Orientierung, wenn sie auf die Welt kommen. Wenn sie Angst haben, muss ihnen jemand zur Seite stehen und helfen, diese Angst zu überwinden. Bei einem Kind, dem in solchen Situationen regelmäßig geholfen wird und das Geborgenheit und Sicherheit findet, werden die dabei aktivierten Synapsen gefestigt, Selbstvertrauen und Sicherheit entsteht. Umgekehrt bedeutet das aber auch, dass ein Kind, wenn es zu sehr behütet wird, zu wenig Erfahrungen macht.

Prof. Dr. Gerald Hüther: „Viele Eltern wissen das und festigen diese Bindung spielerisch, beispielsweise indem sie sich immer wieder kurzzeitig verstecken, um anschließend, genau dann, wenn das Kind Angst bekommt und nach der Mutter oder dem Vater sucht, wieder aufzutauchen. Wenn Kindern das Gefühl vermittelt wird, dass sie in der Lage sind, die verschwundene Bezugsperson durch eine eigene Reaktion wieder herbeizuholen, wächst ihr Vertrauen in ihre eigene Fähigkeit, bedrohliche Situationen meistern zu können. Auch die dabei aktivierten Verschaltungen werden gebahnt. So entsteht Selbstvertrauen, Vertrauen in die eigene Kompetenz und bei der Bewältigung von Problemen.“

Der Mangel an emotionaler Zuwendung ist verantwortlich für die frühe Bindungsstörungen. Kinder sind oft hinderlich bei Beruf, Karriere und Selbstverwirklichung. Das kindliche Bedürfnis nach Aufmerksamkeit, Geborgenheit und Zuwendung ist modernen Eltern allzu leicht lästig. Die Ausübung der gesellschaftlich anerkannten Pflichten, eine besonders ausgewogene Ernährung, Sauberkeit, ansprechende, modische Kleidung, die Beschaffung von tollem Spielzeug sind weniger wichtig für das Kind als Nähe. **Buchtipps: Auf Schatzsuche bei unseren Kindern, Jirina Prekop, Gerald Hüther, Kösel-Verlag**

1/4

215/80

219/84