

Junge Menschen sind die wichtigste Energiequelle

Extremsportler Mike Horn erfüllt sich mit „Pangaea“ einen Traum

Von Irene Schröder

Extreme Herausforderungen sind sein Lebenselixier: Mike Horn schwamm 1997 als Erster von der Amazonasquelle bis zur Mündung, umrundete 1999 die Erde am Äquator ohne motorische Hilfsmittel, verbrachte zwei Jahre – vom August 2002 bis November 2004 – am nördlichen Polarkreis und führte von Januar bis März 2006 gemeinsam mit Borge Ousland eine Expedition an den Nordpol durch. Mittlerweile könnte es der 46-jährige Mike Horn etwas ruhiger angehen lassen – schließlich betreibt der gebürtige Südafrikaner im schweizerischen Château-d'Oex unter anderem den 7,5 Kilometer langen Abenteuerparcours „Mike Horn Family Trail“, der eine Ausstellung über seine Expeditionen einschließt.

Das Thema Expedition ließ den Naturschützer aus Leidenschaft aber nicht ruhen. Ange-



Training in der Schweiz: Bei Bergtouren wurden Fitness und Teamgeist getestet.

trieben von dem Wunsch, junge Menschen aus aller Welt für das Thema Natur und Verantwortung für die Zukunft zu sensibilisieren, startete er 2008 in ein Projekt, das viele Menschen für unmöglich hielt:

Eine vierjährige Expedition an Bord eines speziell nach seinen Auflagen gebauten Segelschiffs. Die ständig wechselnde Crew sollte aus insgesamt 144 Jugendlichen aus allen Kontinenten bestehen, die eine strenge



„Geländewagen der Meere“: Die Pangaea ist mit 35 Metern Länge die größte segelnde Expeditionsjacht der Welt.

Fotos: pr

Vorauswahl durchlaufen hatten, um als „young explorers“ – junge Entdecker – die Welt aus einer ganz anderen Perspektive zu erleben. Ihre Aufgabe: „Explore, learn and act“ – entdecke, lerne und handle.

neuester umweltfreundlicher Technik verbinden. Das 35 Meter lange Schiff mit einem wiederverwendbaren Aluminiumrumpf bietet Platz für 30 Kojen. Als „Geländewagen der Meere“ wurde das unter anderem von Mercedes-Benz gesponserte Schiff definiert, das nach Beendigung der Expedition im Herbst dieses Jahres nach Mike Horns Plänen komplett recycelt werden soll.

Insgesamt zwölf Expeditionen sieht das Pangaea-Konzept vor, Stationen waren die Antarktis, Ostafrika, der Nordpol, die Everglades oder der Golf von Mexiko. Dass die Segeltörns unter der Führung Mike Horns keine Ferien zur See werden würden, wurde den jugendlichen Bewerbern schon in den „Selection-Camps“ im Waadtland klar: Workshops und Sport, eine zweitägige Bergtour, Überlebensstests und Teamaufgaben, fotografieren, filmen und orientieren mit GPS und Satellitenkarten – Begeisterung war erwünscht, aber nicht ausschlaggebend.

Zurzeit ankert die „Pangaea“ in Falmouth Harbor auf der Antilleninsel Antigua, während

Mike Horn mit seinen zehn „jungen Entdeckern“ die Auswirkungen des Klimawandels auf die Gletscher Patagoniens untersucht.

Den Respekt vor der Natur bewahren

Die Erkenntnisse der Reisen, an denen im vergangenen Jahr auch drei Jugendliche aus Baden-Württemberg teilnahmen, werden an der Universität München ausgewertet. Mike Horns wichtigste Erkenntnis steht bereits fest: „Unser Problem ist, dass wir den Respekt vor der Natur verlieren, ihre Schönheit und vor allem ihre unermessliche Kraft und Stärke vergessen. Wir alle müssen unsere Verantwortung akzeptieren und zusammenarbeiten, um eine nutzbare Basis von Erfindungsreichtum, Tatendrang und Mut verbunden mit neuer Inspiration, Hoffnung und Ehrgeiz zu entwickeln. Zusammen können wir die mächtigste Energiequelle der Welt erschließen – die jüngere Generation und ihr helfen, Lösungen für die Zukunft zu finden.“

Das Unmögliche möglich machen

„Das Unmögliche existiert nur so lange, bis wir einen Weg finden, es möglich zu machen“, lautet ein Lebensmotto Mike Horns, das er durch das „Pangaea“-Projekt bestätigt sieht. Pangaea? Der Name steht für den Superkontinent, der alle Landmassen der Erde enthielt, bevor sich die Trias-Teilung vollzog, die zur Aufspaltung in die heutigen Kontinente führte. Der Urkontinent diente auch als Namenspatron des Schiffes, das nach Mike Horns Angaben in über 22.000 Arbeitsstunden in Brasilien gebaut wurde: Es sollte modernste Forschungsarbeiten, Umwelt- und Bildungsprojekte auf See und in den Anlaufhäfen weltweit ermöglichen sowie robuste Vielseitigkeit mit



Das Schildkröten-Hospital in Marathon im US-Staat Florida zählte zu den Anlaufpunkten der „jungen Entdecker“ im vergangenen Jahr.

„Keiner versteht mich“

Frauen brauchen emotionalen Zuspruch

Am Arbeitsplatz läuft alles schief, das Auto muss in die Werkstatt, und der Wocheneinkauf steht auch noch an. Ein verständnisvolles Ohr zu finden, ist vielen Paaren in ihrer Beziehung wichtig. Doch statt verständnisvollem Nicken hagelt es manchmal nur nüchterne Ratschläge. Nicht immer hilft dem Partner aber ein „Warum machst du nicht einfach...“. „Frauen sind in ihrer Kommunikation eher beziehungs-, Männer dagegen lösungsorientiert“, erklärt Felicitas Heyne, Psychologin in Herxheim. Männer meinten es mit ihren konstruktiven Vorschlägen zwar gut, Frauen suchten aber

oft eine emotionale Bewältigungshilfe.

Für diesen Konflikt bieten sich zwei Lösungen an. „Entweder die Frau bespricht das Problem erstmal mit ihrer Freundin. Dort kann sie sich ausheulen“, empfiehlt Heyne. Oder sie müsse mit dem Partner üben, anders zu kommunizieren. Dazu sei es wichtig, sich nicht beleidigt abzuwenden, wenn das vermeintliche Falsche gesagt wird. „Sagen Sie ganz klar: ‚Ich fühle mich von dir verstanden‘“, rät Heyne. Weiterhelfen können danach Beispiele, anhand derer man dem anderen verständlich machen kann, was man von ihm erwartet. (dpa)

Der Trauschein ist keine Glücks-Garantie

Amerikanische Studie sieht die Ehe nicht als besonders förderlich für das Wohlbefinden

Auch wilde Ehen machen glücklich – sogar ein bisschen mehr als eine Heirat. Zu diesem Ergebnis sind US-Forscher nach Auswertung eines nationalen Gesundheitsregisters gekommen. Bei beiden Formen des Zusammenlebens relativiere sich das Plus bei Gesundheit und Wohlbefinden gegenüber Singles aber nach der „Honeymoon-Phase“ rasch wieder, schreiben die Forscher im „Journal of Marriage and Family“. Nur eine Auswirkung halte sich: Es gebe weniger Kontakt zu Eltern und Freunden.

Kelly Musick von der Cornell University in Ithaca (US-Staat New York) und Larry Bumpass von der University of Wisconsin-Madison hatten 2737 alleinstehende Männer und Frauen in ihre Untersuchung einbezogen. Innerhalb von sechs Jahren heirateten 896 von ihnen oder zogen mit einem Partner zusammen.

Direkt nach einem solchen Ereignis ging es den Paaren im Schnitt richtig gut: Sie fühlten sich wohler und waren gesünder als Singles. Dieses Hoch halte allerdings nicht allzu lange vor, betonen die Forscher. Leichte Unterschiede gebe es zwischen Ehe und wilder Ehe aber doch: In der Ehe gebe es gesundheitliche Vorteile –



„Wilde Ehen“ machen glücklicher – meinen zwei amerikanische Forscher.

Foto: dpa

Kinderstube

Eltern sollten ihre Kinder nicht vor Dritten zurechtweisen. Besser sei es, die Diskussion später unter vier Augen fortzusetzen, rät Hermann Scheuerer-Engelich von der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (bke). Das sei vor allem bei Teenagern wichtig. Zu viel Zurechtweisung könne gerade in der Pubertät die Botschaft vermitteln: „Ich

vertraue nicht darauf, dass du alleine zurecht kommst.“

Außerdem sollten Erwachsene versuchen, ihre eigenen Ratschläge zu reflektieren. Wenn eine Mutter ihre Tochter ständig dazu auffordert, sich bei anderen zu entschuldigen, heißt das vielleicht, dass sie selbst zu vorsichtig und zu ängstlich im Umgang mit anderen Menschen ist. (dpa)

wohl vor allem wegen gemeinsamer Krankenversicherungen. Paare ohne Trauschein aber fühlten sich im Schnitt selbstbestimmter, flexibler und in ihrer Persönlichkeit gestärkter als Verheiratete.

„Die Hochzeit war lange eine wichtige soziale Einrichtung, aber in den letzten Jahren ist in den westlichen Gesellschaften die Zahl der Lebensgemeinschaften gestiegen. Auch die Zahl der unehelich geborenen Kinder hat zugenommen“, wird Musick in einer Mitteilung der Universität zitiert. In Amerika habe die Ehe aber noch den höchsten sozialen Stellenwert.

Die Studie zeige nun, dass eine Liebesbeziehung in ihren Auswirkungen auf Gesundheit und Gemüt einer Ehe ebenbürtig sei, schreiben die Forscher. Zu bedenken sei dabei, dass eine Ehe heute längst nicht mehr lebenslang verbindlich sei, wie die Scheidungsrate zeige – die Normen für eine Beziehung ohne Trauschein dagegen oft enger gefasst würden als noch vor Jahrzehnten. (dpa)