



erleben  
& lernen



2.  
Auflage

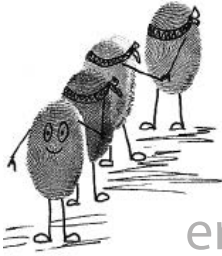
Streicher • Harder • Netzer (Hg.)

# Erlebnispädagogik in den Bergen

Grundlagen, Aktivitäten,  
Ausrüstung und Sicherheit

 reinhardt

** reinhardt**



# erleben & lernen

Band 16

Herausgegeben von

Prof.in Dr. Janne Fengler, Prof. i.R. Dr. Werner Michl, Holger Seidel

Bernhard Streicher • Heidi Harder • Hajo Netzer  
(Hrsg.)

# Erlebnispädagogik in den Bergen

Grundlagen, Aktivitäten, Ausrüstung und Sicherheit

2., aktualisierte Auflage

Mit 48 Abbildungen und 3 Tabellen

Mit Beiträgen von

Claudia Bensmann, Florian Bischof, Hannes Boneberger, Heidi Harder,  
Wolfgang Mayr, Philipp Melle (geb. Sausmikat), Melanie Moosbuchner,  
Hajo Netzer, Bernhard Streicher

Ernst Reinhardt Verlag München



Dr. habil. *Bernhard Streicher*, Dipl.-Psych., arbeitet als wissenschaftlicher Berater, Autor und Forscher mit einem Schwerpunkt in Risikokultur und ist Mitglied der Sicherheitskommission des Deutschen Alpenvereins.

*Heidi Harder*, M.A., Pädagogin, arbeitet als Erlebnispädagogin, Systemischer Coach und Beraterin, staatlich geprüfte Berg- und Skiführerin und Ausbilderin im Bundeslehrteam Bergsteigen des Deutschen Alpenvereins.

*Hajo Netzer*, Dipl.-Sozialpäd., staatlich geprüfter Berg- und Skiführer, ist freiberuflicher Trainer in der erlebnispädagogischen Bildungsarbeit sowie Ausbilder im DAV-Bundeslehrteam Bergsteigen.

Alle drei waren langjährig im Lehrteam Alpin der Zusatzqualifikation Erlebnispädagogik (ZQ) tätig.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-497-03229-7 (Print)

ISBN 978-3-497-61897-2 (PDF-E-Book)

ISBN 978-3-497-61896-5 (EPUB)

2., aktualisierte Auflage

© 2024 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Der Verlag Ernst Reinhardt GmbH & Co KG behält sich eine Nutzung seiner Inhalte für Text- und Data-Mining i.S.v. § 44b UrhG einschließlich Einspeisung/Nutzung in KI-Systemen ausdrücklich vor.

Printed in EU

Cover unter Verwendung von Fotos von © Markus Mainka – Fotolia.com und © Marco Monticone – Fotolia.com

Satz: Die Top Partner – Jörg Kalies, Unterumbach

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München  
Net: [www.reinhardt-verlag.de](http://www.reinhardt-verlag.de) E-Mail: [info@reinhardt-verlag.de](mailto:info@reinhardt-verlag.de)

# Inhalt

Vorwort zur zweiten Auflage .....	8
Vorwort zur ersten Auflage .....	9
1 Besonderheiten der Erlebnispädagogik in den Bergen .....	10
1.1 Pädagogisches Potenzial und Wirksamkeit .....	10
1.2 Naturraum Berge .....	12
1.3 Planung .....	13
1.4 Zielgruppen .....	16
1.5 Risikokultur .....	17
2 Fachsportliche Grundlagen .....	24
2.1 Ausrüstung .....	24
2.2 Orientierung .....	30
2.3 Wetter .....	36
2.4 Tourenplanung .....	40
2.5 Notfall .....	43
3 Bergwandern .....	47
3.1 Ausrüstungs- und Sicherungskunde .....	47
3.2 Mögliche Durchführung .....	53
3.3 Pädagogische Themen .....	55
3.4 Praxisbeispiele .....	56
3.5 Mehrtagestouren .....	57
3.6 Bachbettbegehung .....	59
3.7 Geländespiele, Orientierungstouren und moderne Technik .....	60
4 Biwak .....	62
4.1 Ausrüstung und Sicherheit .....	62
4.2 Tipps und Tricks bei der Durchführung .....	64
4.3 Ökologische Aspekte .....	68
4.4 Rechtliche Aspekte .....	68
4.5 Praxisbeispiel .....	70

5	Klettern . . . . .	73
5.1	Ausrüstungskunde, Sicherungstheorie und Aufbau einer Toprope-Station . . . . .	73
5.2	Aufbau und Betrieb einer Toprope-Station . . . . .	79
5.3	Pädagogische Themen . . . . .	83
5.4	Spielformen . . . . .	84
5.5	Praxisbeispiel . . . . .	88
6	Abseilen . . . . .	90
6.1	Ausrüstung und Sicherungskunde . . . . .	90
6.2	Aufbau einer Abseilstation . . . . .	90
6.3	Pädagogische Themen . . . . .	96
6.4	Praxisbeispiele . . . . .	99
7	Niedere temporäre Seilaufbauten . . . . .	101
7.1	Ausrüstungs- und Sicherungskunde . . . . .	101
7.2	Mögliche Aufbauten . . . . .	104
7.3	Pädagogische Themen . . . . .	117
7.4	Praxisbeispiele . . . . .	120
8	Hohe temporäre Seilaufbauten . . . . .	122
8.1	Ausrüstungs- und Sicherungskunde . . . . .	122
8.2	Mögliche Aufbauten . . . . .	123
8.3	Pädagogische Themen . . . . .	136
8.4	Praxisbeispiele . . . . .	136
9	Naturerfahrung in den Bergen . . . . .	138
9.1	Pädagogische Themen . . . . .	138
9.2	Mögliche Übungen . . . . .	142
9.3	Praxisbeispiel . . . . .	147
10	Winter . . . . .	148
10.1	Ausrüstung und Sicherheit . . . . .	148
10.2	Tourenplanung und -durchführung . . . . .	149
10.3	Pädagogische Themen . . . . .	150
10.4	Aktivitäten . . . . .	151
10.5	Praxisbeispiel . . . . .	155
11	Recht und Versicherung . . . . .	156
11.1	Zivilrecht . . . . .	156
11.2	Strafrecht . . . . .	162

11.3 Jugendschutz .....	165
11.4 Versicherungen .....	165
Anhang .....	167
Literatur .....	167
Weitere Informationsquellen .....	171
Bildnachweis .....	171
Die Autorinnen und Autoren .....	171
Sachregister .....	173

### **Online-Zusatzmaterial**

Ein Glossar zur Erklärung wichtiger Begriffe finden Sie online unter [www.reinhardt-verlag.de](http://www.reinhardt-verlag.de).

## Vorwort zur zweiten Auflage

Seit der ersten Auflage dieses Buches hat sich die Erlebnispädagogik weiterentwickelt. Wir haben nach bestem Wissen alle bedeutsamen sicherheitsrelevanten Neuerungen aufgenommen. Die größte Veränderung erlebten wir aber in einer zunehmenden Formalisierung der Erlebnispädagogik: Einrichtungen erstellen detaillierte Handlungsanweisungen, Maßnahmen werden nach Effizienzkriterien strukturiert und Erlebnispädagog:innen machen sich im Vorfeld viele Gedanken über mögliche unerwünschte Nebenwirkungen von Aktionen.

In den wilden Anfangsjahren der alpinen Erlebnispädagogik gab es wenig technisch-formales Wissen und etliche Aktionen waren aus heutiger Perspektive aus vielerlei Hinsicht haarsträubend. Der aktuelle Status Quo gibt hier deutlich mehr Sicherheit sowohl für Leitung als auch Teilnehmende – einerseits. Andererseits erwartet die Methode Erlebnispädagogik von den Teilnehmenden, sich auf unbekannte, unsichere und herausfordernde Situationen einzulassen. Aus unserer Sicht geht diese Bereitschaft auf Leitungsseite gerade verloren. Erlebnispädagogik lebt und wirkt nicht durch perfekte, aber seelenlose Inszenierungen, sondern vom authentischen Engagement, der Freude am Neuen und der Lust am Ausprobieren durch die Leitung. Insbesondere dadurch gewinnen Teilnehmer:innen Vertrauen und Motivation – die zentralen Voraussetzungen dafür, dass Erlebnispädagogik wirken kann.

In diesem Sinne ist dieses Buch immer noch als Anregung gedacht und nicht als formalistische Vorgabe. Alle, die erlebnispädagogisch arbeiten, möchten wir ermutigen: Geht raus, probiert aus, verlasst vorgegebene Pfade und sammelt gemeinsam Erfahrungen.

Entlang des bayerischen Alpenbogens, im Mai 2024  
Bernhard Streicher, Heidi Harder und Hajo Netzer



## Vorwort zur ersten Auflage

Erfahrungen in den Bergen sind ein wichtiger Teil unseres Lebens. In unserer Tätigkeit als Erlebnispädagogen und Ausbilder haben wir das Glück, anderen Menschen vielfältige und nachhaltige Erlebnisse in diesem Naturraum zu ermöglichen und Veränderungen anzustoßen.

Einerseits beobachten wir seit Jahrzehnten eine große Popularität erlebnispädagogischer Maßnahmen in den Bergen, andererseits empfanden wir in den letzten Jahren aber auch einen zunehmenden Mangel an aktueller und fundierter Fachliteratur zu diesem Gebiet der Erlebnispädagogik. Daher möchten wir mit diesem Buch in komprimierter Form den aktuellen Stand erlebnispädagogischer Maßnahmen in den Bergen zusammenfassen. Es wendet sich an alle, die solche Maßnahmen mit anderen Menschen planen und durchführen oder in Einrichtungen verantworten. Für die Umsetzung der beschriebenen Maßnahmen ist ein gewisses Grundlagenwissen im Bereich Erlebnispädagogik, eine grundlegende Vertrautheit und Erfahrung mit dem Naturraum Berge sowie Vorkenntnisse im Bereich Bergwandern bzw. Klettern eine notwendige Voraussetzung.

Wir haben uns auf die Beschreibung bewährter Maßnahmen beschränkt und Aufbauten so beschrieben, wie sie von Personen mit oben genannten Vorkenntnisse leicht und sicher durchgeführt werden können. Es gibt aber noch eine Vielzahl an anderen möglichen Maßnahmen und Aufbauten, die ebenfalls sicher sind und angeboten werden können. Die hier beschriebenen Vorgehensweisen sollen in diesem Sinne keine Einschränkung, sondern eine Anregung sein.

Trotz gewissenhafter Recherche und Zusammenstellung, können wir den Ausschluss von Fehlern nicht garantieren. Die Erfahrung zeigt, dass sich Techniken, Vorgehensweisen und Methoden in der Erlebnispädagogik in den Bergen immer wieder ändern und neuen Erkenntnissen angepasst werden. Es liegt in der Verantwortung jedes Einzelnen, sich entsprechend auszubilden, sich kontinuierlich zu informieren und die eigenen Kompetenzen weiterzuentwickeln.

Wir wünschen allen, dass dieses Buch eine Fülle an Anregungen für die pädagogische und psychologische Arbeit mit Menschen im Gebirge bietet, dass sich daraus wieder neue Ideen und Methoden entwickeln und dass so die Begeisterung, die wir für diese Tätigkeit haben, weitergegeben wird.

Bad Hindelang, im Juli 2015  
Bernhard Streicher, Heidi Harder und Hajo Netzer

# 1 Besonderheiten der Erlebnispädagogik in den Bergen

*Von Bernhard Streicher, Heidi Harder und Hajo Netzer*

Die Zielsetzung und die Vorgehensweise sind in der Erlebnispädagogik in den Bergen dieselben wie in der allgemeinen Erlebnispädagogik. Die zentrale Idee ist, durch reale, vielschichtige und eventuell unbekannte Herausforderungen unmittelbare Situationen und Erlebnisse zu schaffen, die ein unterstützendes, ganzheitliches und zielgerichtetes Lernumfeld für das Wachstum von persönlichen und sozialen Kompetenzen erzeugen (Sibthorp/Morgan 2011). Der Rahmen bleibt der gleiche, doch in der Erlebnispädagogik in den Bergen kommen spezifische Elemente hinzu, die im Folgenden aufgezeigt werden.

## 1.1 Pädagogisches Potenzial und Wirksamkeit

Dem Bergsteigen wurden im Laufe der Jahrzehnte unterschiedliche erzieherische Werte und Funktionen zugesprochen. In den 1930er und 1940er Jahren war das vermittelte Selbstverständnis von Bergsteiger:innen stark vom Heldenmythos geprägt und das pädagogische Potenzial wurde in der Abhärtung des Körpers und der Formung des Geistes durch Training und Entbehrung gesehen. Klassische Zuschreibungen wie Kameradschaft, Wagnis, Durchhaltewillen und Fitness sind immer noch aktuell und lebendig, aber in den letzten Jahrzehnten wurde Bergsteigen mit vielen weiteren Themen verbunden. Dazu gehören beispielsweise das Agieren in der Gemeinschaft, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen, der emotionale und kognitive Zugang zu Naturräumen, die innere Klärung zum Thema Risiko, Wagnis und Gefahr oder das Draußen-unterwegs-sein als Teil einer Work-Life-Balance. Bergsteigerische Unternehmungen im weitesten Sinne haben sowohl einen engen Bezug zu entwicklungspsychologischen Themen (z.B. Lernen von Handlungskompetenz, Frustrationstoleranz, Selbstwirksamkeit, Erwerb von intrinsischer Motivation) als auch zu Alltagsthemen (z.B. Zielerreichung, Kooperation mit Anderen, Bewältigung von Stress, Umgang mit Unsicherheit und Risiko). Daher ist es naheliegend und sinnvoll, bergsteigerische Tätigkeiten pädagogisch zu nutzen.

Der russische Sänger Vissotzky singt in einem Lied: „Wenn du dir nicht sicher bist, ob dein Freund wirklich ein Freund ist, dann gehe mit ihm ins

Gebirge“. Diese Zeile beschreibt die Wirkung des Bergsteigens auf die Persönlichkeits- und Gruppendynamik und die dazugehörige Authentizität. Entsprechend besteht ein großer pädagogischer Vorteil von bergsteigerischen Unternehmungen in der Unmittelbarkeit und Ernsthaftigkeit der Situationen. Es müssen keine künstlichen, leicht durchschaubaren und damit wenig attraktiven Szenarien entwickelt werden. In diesem Sinne sprechen die Berge für sich selbst. Hat beispielsweise eine Gruppe die Aufgabe, eine Schlucht selbstständig zu überqueren, so sind die mögliche Gefährdung und die Notwendigkeit einer zielgerichteten und sozial kompetenten Zusammenarbeit offensichtlich. Bei einer mehrtägigen Wanderung sind Differenzen zwischen persönlichen Zielen und Gruppenzielen nicht nur real und unmittelbar erlebbar, sondern die Lösung dieser Differenzen ist auch notwendige Voraussetzung für einen erfolgreichen Weiterweg.

In einem Seminarraum können sich Teilnehmer:innen leichter innerlich zurückziehen und einen indifferenten Standpunkt einnehmen. Bei vielen Übungen in der Erlebnispädagogik in den Bergen ist dieser Rückzug und eine gleichgültige Haltung nicht ohne unmittelbare Konsequenzen möglich:

Hat sich bei einer Biwaktour, einer Bergtour mit Übernachtung im Freien ohne Zelt, niemand für eine gewissenhafte Essensplanung verantwortlich gefühlt, müssen die Teilnehmer:innen vielleicht mit wenig oder einseitigem Essen auskommen. Sind Teilnehmer:innen mit einer Abseilstelle an einer Felswand konfrontiert, müssen sie einen Standpunkt einnehmen: Sie müssen sich zumindest entscheiden, ob sie einen ersten Schritt in die Herausforderung wagen wollen oder davon Abstand nehmen. Egal wie sie sich entscheiden, ihr Entschluss wirkt sich auch immer unmittelbar auf ihr Verhalten und Erleben aus. Die Frage bei einem Seminar mit Drogenabhängigen, wer für die ungenügenden Essensvorräte im Biwak verantwortlich ist, kann gleichzeitig ein Transfer zum Alltag sein: Selbstverantwortung über das eigene Leben oder Abgabe der Verantwortung.

Der direkte Schritt vom Planen und Tun zur spürbaren Folge ist eine große pädagogische Chance. Aufgrund der Unmittelbarkeit der Situationen ist es notwendig, sich mit Problemen auseinanderzusetzen und passende Lösungen zu entwickeln.

In zahlreichen empirischen Studien konnte mittlerweile die Wirksamkeit allgemeiner erlebnispädagogischer Maßnahmen und bergbezogener Aktivitäten im Besonderen gezeigt werden. So führten erlebnispädagogische Maßnahmen beispielsweise zu weniger Aggression, größerer emotionaler Stabilität, besserer Selbstregulation und Frustrationstoleranz, höheren sozialen Kompetenzen, höherer Selbstwirksamkeit, gesteigertem Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, verbessertem Selbstwertgefühl sowie verringerter Depressivität und Ängstlichkeit (Beightol et al. 2012; Cason/Gillis 1994; Hattie et al. 1997; Neill/Richards 1998). Besonders zentral für die Wirksamkeit erlebnispädagogischer Maßnahmen scheint

das Vertrauen der Teilnehmer:innen in die Leitung zu sein (Shooter et al. 2012). Dieses Vertrauen wird maßgeblich durch die wahrgenommene sicherheitstechnische Kompetenz und einer wertschätzenden und respektvollen Kommunikation gebildet. Die Teilnehmer:innen werden gerade bei erlebnispädagogischen Maßnahmen in den Bergen häufig mit ihnen unbekanntem und herausfordernden Situationen konfrontiert. Diese Situationen werden vor allem dann als positive Lernerfahrungen erlebt, wenn die Teilnehmer:innen das Vertrauen in die Leitung haben können, dass sie nicht überfordert und alleingelassen werden, dass mit ihren Problemen, Ängsten und Befürchtungen kompetent und wertschätzend umgegangen wird und dass sie im Bedarfsfall Unterstützung bei der Lösung oder Entwicklung neuer Handlungskompetenzen erhalten.

## 1.2 Naturraum Berge

Berge sind weit mehr als eine Arena für Freizeitaktivitäten. Sie bilden eine Grundlage für ganzheitliches Lernen und sind gleichzeitig ein eigener Lebensraum. Es ist sowohl das Erleben der eigenen Person als auch das Erleben der Natur in all ihren Facetten möglich. Für viele urban geprägte Menschen stehen Berglandschaften in einem Kontrast zu ihrer Alltagswelt. Allein der Aufenthalt in solchen Landschaften kann ein prägendes Erlebnis sein. Die Auseinandersetzung mit den Unannehmlichkeiten und Gefahren dieser Landschaften oder die Entdeckung von Unbekanntem oder Ungewöhnlichem konfrontieren Menschen mit ihrer üblichen Erfahrungswelt und ihren Alltagsroutinen. Zusätzlich haben Berglandschaften eine transzendente Dimension. In zahlreichen Mythen, Sagen und Religionen werden Berge, Pässe und Gipfel als starke Symbole für natürliche Stärke, Lebensabschnittsübergänge, Selbsterkenntnis und Besinnung, aber auch für Gefahr, Bedrohung oder Demut verwendet. Diese symbolische und archaische Bedeutung wird auch von modernen Stadtmenschen intuitiv erfasst und kann pädagogisch genutzt werden (vgl. Streicher 2021).

Ferner eignen sich Berglandschaften als zwar kulturgeprägte, aber nur spärlich besiedelte Landschaften für eine ökologische Sensibilisierung und zum Erlernen ökologischer Verantwortlichkeit. Der Leitung kommt hier im Sinne des Modelllernens eine Vorbildfunktion zu. Diese reicht von der Wahl der Verkehrsmittel, der Auswahl des Essens und der Verpackung über die sorgsame Nutzung der Landschaft für die Aktivitäten bis hin zur Weitergabe von Wissen und der Begeisterung für die Lebensräume von Pflanzen und Tiere. Menschen schätzen und schützen Lebensräume, Pflanzen und Tiere und setzen sich für diese ein, wenn sie ihnen vertraut sind und sie eine positive emotionale Beziehung zu ihnen haben. Freie

Bewegung in der Natur und positive Erlebnisse und Erfahrungen mit der Natur sind notwendige Voraussetzungen für späteres ökologisches Verantwortungsbewusstsein. Berglandschaften bieten für diese Entwicklung ein großes pädagogisches Potenzial.

In der Praxis kann ein freier Zutritt zur Natur zu Konflikten mit dem Naturschutz führen. Bestehende Sperrungen und Regelungen müssen auf jeden Fall beachtet werden. Darüber hinaus bedarf es Fachwissen und Sensibilität seitens der Leitung, was der Natur oder Grundbesitzer:innen zugemutet werden darf. Gerade bei immer wieder benutzten Orten sollte man abwägen, ob die Intensität der Nutzung naturverträglich ist oder ob ein Verzicht nicht angemessener ist.

### 1.3 Planung

Neben der technischen Planung (Kap. 2) erfordern erlebnispädagogische Maßnahmen in Berglandschaften auch eine umfassende pädagogische Planung: Die Bedürfnisse der Teilnehmer:innen, die pädagogischen Aufträge und Ziele, die Verhältnisse vor Ort, das Gelände in den Bergen und das notwendige Material müssen in Passung gebracht werden. Häufig wird von einer bestimmten Methode oder attraktiven Aktivität (z. B. Klettern) ausgegangen, die dann in der Gestaltung der Zielgruppe entsprechend angepasst wird. Umfassender ist eine Planung, die auch übergeordnete Rahmenbedingungen berücksichtigt. Im Sinne eines Zwiebelprinzips, bei dem innen die einzelne Aktion liegt, sollten von außen nach innen (und nicht andersherum) folgende Rahmen bei der Planung und Durchführung einer Maßnahme berücksichtigt werden:

1. **Kultur:** Aus welchem kulturellen Hintergrund kommen Veranstalter:innen, Leitung und Teilnehmer:innen? Welche Werte sind hier relevant? Dies ist insbesondere ein wichtiger Aspekt bei Teilnehmer:innen mit Migrationshintergrund oder bei interkulturellen Veranstaltungen. Der Kulturbegriff kann sich aber auch auf die Kultur innerhalb einer pädagogischen Einrichtung oder eines Unternehmens beziehen und beinhaltet auch die Risikokultur; also die geteilten Vorstellungen darüber, was als Risiko angesehen wird und wie damit umgegangen wird.
2. **Modell von Veränderung:** Welche Vorstellung haben Veranstalter:innen, Leitung und Teilnehmer:innen, wie Veränderung stattfindet? Wie und was kann durch eine erlebnispädagogische Maßnahme gelernt werden? Wer ist für welchen Teil dieses Veränderungsprozesses (mit-)verantwortlich? Beispielsweise kann sich die Leitung in der Verantwortung sehen, Defizite der Teilnehmer:innen zu erkennen und diese durch eine



entsprechende erlebnispädagogische Maßnahme zu beheben. In diesem Fall ist die Leitung im Wesentlichen für die Veränderung verantwortlich. Die Leitung kann sich aber auch als Experte für die Gestaltung von Rahmenbedingungen, in denen Lernen und Veränderung angeregt wird, verstehen. Die Verantwortung diese Rahmenbedingungen zu nutzen, liegt dann auf der Seite der Teilnehmer:innen. Eine dritte Möglichkeit besteht darin, Veränderung als wechselseitigen Erfahrungsaustausch zu verstehen. In diesem Fall wird die Leitung die Gestaltung der Maßnahme intensiv mit den Teilnehmer:innen besprechen und stets für neue Richtungen offen sein.

Die Vorstellung, wie Veränderung und Lernen stattfindet, beeinflusst maßgeblich die Auswahl der Methoden, die Gestaltung der Aktivitäten, mögliche Interventionen und die Art der Reflexion einer Maßnahme. Sie drückt sich auch in der Haltung und dem Selbstverständnis der Leitung gegenüber den Teilnehmer:innen aus. Eine selbstreflektierte Wahrnehmung und Kenntnis der Möglichkeiten und Grenzen der eigenen Modellvorstellung von Veränderung ist daher pädagogisch bedeutsamer als die Auswahl einer bestimmten Aktivität.

3. Auftrag und Ziel: Welchen allgemeinen Auftrag (z.B. Durchführung einer zweitägigen Wanderung mit Biwak zur Stärkung des Gruppenzusammenhalts) haben die Erlebnispädagog:innen und was bedeutet dieser für die Planung der Maßnahme und die Interaktion mit den Teilnehmer:innen? Aufträge können grob nach *Netzwerkbildung* (z.B. sich kennenlernen, sich austauschen, eine angenehme Zeit miteinander verbringen usw.), *Teamentwicklung* (z.B. Umgang mit Konflikten in der Gruppe, Zusammenarbeit, allgemeines Miteinander usw.) und *Persönlichkeitsentwicklung* (z.B. Selbsterfahrung, psychotherapeutische Ansätze usw.) unterteilt werden. Der Auftrag bestimmt, wie eine Maßnahme gestaltet wird und auf welcher Ebene interveniert und reflektiert wird. Gleichzeitig muss der Auftrag allen Beteiligten bekannt sein.

Welche konkreten Ziele lassen sich aus dem Auftrag ableiten (z.B. Verbesserung verbindlicher Absprachen in der Gruppe oder Formulierung und Erreichung von realistischen Vereinbarungen)? Welche unterschiedlichen Ziele haben die Veranstalter:innen, Leitung und Teilnehmer:innen? Sind diese allen bekannt? Die Formulierung der Ziele sollte nicht auf abstrakte pädagogische Kompetenzen (z.B. bessere Teamfähigkeit, soziale Kompetenz) beschränkt sein, sondern auch die Ziele der Teilnehmer:innen berücksichtigen. Zusätzlich ist es wichtig, dass den Teilnehmer:innen mögliche andere Ziele der Veranstalter:innen oder der Leitung transparent gemacht werden. Die Ziele selbst sollten konkret, realistisch, handlungsorientiert und wenn möglich messbar formuliert und allen Beteiligten bekannt sein.

4. Rahmenbedingungen: Unter welchen örtlichen, zeitlichen, finanziellen,

materiellen, witterungsbedingten etc. Rahmenbedingungen findet die Veranstaltung statt? Aus welcher Alltagssituation kommen die Teilnehmer:innen zur Veranstaltung? Welchen Einfluss haben die Rahmenbedingungen auf die Möglichkeiten der Veranstaltung?

5. Teilnehmer:innen: Wie ist die generelle und aktuelle emotionale, kognitive und physische Befindlichkeit der Teilnehmer:innen? Wozu sind sie eher gut oder eher weniger in der Lage? Was sind ihre Stärken und wie können diese gefördert werden? Wann zeigen sie Ausnahmen vom unerwünschten Verhalten? Wie können diese Ausnahmen gefördert werden? Wie können die Teilnehmer:innen motiviert werden, Neues auszuprobieren und Wagnisse einzugehen? Was überfordert oder was unterfordert die Teilnehmer:innen? Wie kann ein optimales Aktivierungsniveau für das Lernen erreicht werden? Wie ist es möglich, dass die Teilnehmer:innen Vertrauen zur Leitung haben?
6. Maßnahme: Die Maßnahme selbst kann unterteilt werden in einzelne Aktionseinheiten bestehend aus *Anmoderation* (wie wird die folgende Aktivität eingeleitet und eingebettet; Kap. 7.3), *Aktivität*, möglicher *Intervention* und *Reflexion*. Die Art der Anmoderation, Aktivität, pädagogischen Intervention und Reflexion sollte sich aus den anderen Rahmenbedingungen (Punkte 1–5) ergeben.

Die *Reflexion* eigener Erlebnisse und der Transfer der Lernerfahrungen in den Alltag der jeweiligen Personen ist einer der wesentlichen Bestandteile der erlebnispädagogischen Arbeitsweise. *Reflexion* ist das „(...) Nachdenken über ein bestimmtes Thema (...). Dabei werden das eigene Denken, Handeln und Fühlen mit bisherigen Erfahrungen in Beziehung gesetzt. Das generelle Ziel der (Selbst-)Reflexion ist eine Ausrichtung und Orientierung des Bisherigen an neuen Anforderungen und zur Mitwelt.“ (Friebe 2010, S. 21). Erst durch Reflexion wird das Erlebte bewusst und damit greifbar, beschreibbar und artikulierbar. Bedürfnisse, Ängste oder Wünsche können besprochen werden. Die Perspektiven Anderer werden sichtbar und können diskutiert werden. Soziale Dynamiken werden nachvollziehbar. Darüber hinaus ermöglicht Reflexion im Sinne der Persönlichkeitsentwicklung, eigene Handlungsmuster zu analysieren und gegebenenfalls zu verändern (Friebe 2010).

Die ganzheitliche, handlungsorientierte Ausrichtung der Erlebnispädagogik spiegelt sich auch beim Thema Reflexion wieder. Durch unterschiedliche Reflexionsmethoden und Herangehensweisen werden möglichst alle Lernstile angesprochen und Reflexion wird somit auf unterschiedlichen Ebenen ermöglicht. Reflexionen sollten jeweils auf den Auftrag und die konkreten Ziele der jeweiligen Veranstaltung ausgerichtet sein und aufeinander aufbauen. Um Reflexionsergebnisse zu sichern, sollten diese festgehalten und mit Methoden der Transfersicherung in den Alltag

übertragen werden. Um eine Reflexion zu strukturieren, sollten folgende Überlegungen angestellt werden:

- Welche Ziele verfolgt eine Reflexion?
- Welche Ebenen sollen angesprochen werden?
- Welche Methoden passen zur Maßnahme und den Lernstilen der Teilnehmer:innen?
- Wie werden Lernergebnisse visualisiert und dokumentiert?
- Wie wird der Transfer in den Alltag sichergestellt?

Neben der Reflexion sollte idealerweise auch die Wirkung erlebnispädagogischer Maßnahmen überprüft werden. Eine Form der Evaluation kann innerhalb einer Maßnahme darin bestehen, eine angestrebte Verhaltensänderung der Teilnehmer:innen durch aufeinanderfolgende, geeignete Problemstellungen (z. B. Folge von Problemlöseaufgaben) zu überprüfen. Die Abfrage der Zufriedenheit der Teilnehmer:innen mit der Maßnahme (z. B. über Smiley-Fragebögen) sagt wenig über die Wirkung der Maßnahme auf Einstellungs- oder Verhaltensänderungen aus (Kirkpatrick 1994). Besser ist es, tatsächliches Verhalten und die Auswirkungen dieses Verhaltens im Alltag zu messen.

## 1.4 Zielgruppen

Grundsätzlich sind erlebnispädagogische Maßnahmen in den Bergen mit allen Zielgruppen denkbar. Ob und in welcher Form sich die Berge als Lernort für eine bestimmte Zielgruppe eignen, ist bei der Planung der Maßnahme im Vorfeld unbedingt zu berücksichtigen. Möglicherweise ist bei Kindern und Jugendlichen die Affinität zum Abenteuer und zur motorischen Betätigung am größten, doch auch mit beruflichen Teams oder mit Gruppen mit Menschen mit Behinderung kann in diesem Bereich gearbeitet werden. Je nach Zielgruppe wird der Aufbau, die Zielsetzung und der Auswertungsschwerpunkt der Maßnahme anders geartet sein, aber das Lernumfeld bleibt das Gleiche. Bei einer Seilbrücke wird es vielleicht bei Kindern um das Bestehen eines Abenteuers mit ein paar Unabwägbarkeiten gehen (Ich-Erleben in einer Gruppe); im Teamtraining könnten Frustrationstoleranz, Absprachen, Kommunikation, Fehlertoleranz oder Arbeitsqualität mögliche Themen sein; im Bereich von Menschen mit Handicaps wiederum versucht die Leitung mit Zwischenschritten, Hilfestellungen zu geben und Herausforderungen zu reduzieren, um somit Erfolgserlebnisse zu ermöglichen.

Erlebnispädagogische Maßnahmen in den Bergen finden ihre Grenzen,