

Persönlichkeitsbildung durch Bergsport

Entwicklung eines Reflexionstools für Bergführer:innen. Wenn Bergführer:innen mit Jugendlichen (und Schulklassen) in den Bergen unterwegs sind, gilt es ein unvergessliches, aber auch sicheres Erlebnis zu bieten. Soll zusätzlich das pädagogische Potenzial dieser Erfahrungen für die Persönlichkeitsbildung genutzt werden, ist eine spezifische Umsetzung nötig. Wie dies mit einem Reflexionstool erreicht werden kann, zeigt der folgende Beitrag.

Von Vitus Furrer, Tobias Zolliker und Stefan Valkanover





Vitus Furrer ist Sportlehrperson und Dozent in Fachdidaktik Bewegung und Sport an der Pädagogischen Hochschule Bern. Des Weiteren arbeitet er als Bergführeraspirant.

Kann Bergsport zur Persönlichkeitsentwicklung beitragen?

Im Projekt AlpenLernen des Schweizer Alpen-Clubs (SAC) können Schulklassen (Alter der Schüler:innen zwischen 12 und 18 Jahren) ihr Klassenzimmer für fünf Tage gegen die alpine Umgebung einer SAC-Hütte tauschen. Das Projekt führt in die Welt des Bergsports ein und soll zeigen, wie der Alpenraum begangen und erklettert sowie gleichzeitig geschützt werden kann. Dank der Begleitung von Bergführer:innen können im Rahmen dieser Projektwoche während rund drei Tagen Bergsportsequenzen durchgeführt werden, in denen z. B. das Klettern und Abseilen gelernt, eine alpine Bergtour in Angriff genommen oder in eine Gletscherspalte abgeseilt wird. Während dieser Aktivitäten soll es nicht nur um Bildung im Bergsport (technische Fähigkeiten und Fertigkeiten, sog. Hardskills; vgl. Iberer & Winter, 2022)¹, sondern auch um Bildung durch Bergsport gehen (Persönlichkeitsentwicklung, sog. Softskills; vgl. Rohwedder, 2020)². Der Bergsport soll durch die Verbindung von Körperlichkeit, Gemeinschaft und Naturerfahrung die gesamte Persönlichkeit formen.

Um Bildungsprozesse durch Bergsport bei den Schüler:innen anzuregen, können sog. Wagnissituationen verwendet werden. Bewegungswagnisse sind subjektiv als herausfordernd wahrgenommene Bewegungsaufgaben, in denen Schüler:innen auf Basis ihres eigenen Bewegungskönnens entscheiden und handeln. Diese Situationen entstehen im Bergsport von sich aus, wenn bspw. eine Schülerin vor der Aufgabe steht, eine Felswand zu überwinden. Obwohl sie durch ein Seil gesichert ist und der Bergführer sie anleitet, spürt sie ihre Angst vor der Höhe. Die Situation zu bewältigen, erfordert Mut, Vertrauen in die Sicherung und die Fähigkeit, ihre Angst aktiv zu kontrollieren. Die Schülerin wird damit physisch, psychisch und sozial herausgefordert, was als Beitrag zur Persönlichkeitsbildung verstanden werden kann (Streicher, 2021). Um das pädagogische Potenzial dieser Situationen bezüglich einer Entwicklungsförderung auszuschöpfen, sind allerdings spezifische Umsetzungsformen notwendig. Konkret sind diese Bewegungswagnisse aufzuarbeiten und zu reflektieren, da Gelingen sowie Misslingen für die Schüler:innen einen besonderen Wert haben (Neumann, 2017).

Obwohl das pädagogische Potenzial von Bergsportaktivitäten in Fachkreisen breite Anerkennung findet, scheint die Notwendigkeit solcher Reflexionsarbeit unter Bergführer:innen durchaus umstritten zu sein (Damisch, 2000)³. Bergsporterlebnisse mit Bergführer:innen werden häufig erlebt, aber nicht reflektiert. An diesem Punkt haben wir mit unserem

„Der Bergsport soll durch die Verbindung von Körperlichkeit, Gemeinschaft und Naturerfahrung die gesamte Persönlichkeit formen.“

¹ „Fürs Lernen leben: Pädagogik im Bergsport“ (Stefan Winter, Ulrich Iberer) bergundsteigen #117 / Winter 2021–22

² „Bergführer 2.0 – Alles Soft Skill oder was?“ (Pit Rohwedder) bergundsteigen #111 / Sommer 2020

³ „Erlebnispädagogik und Bergführer“ (Pit Rohwedder) bergundsteigen #32 / Sommer 2000

Das Toprope-Klettern ist eine klassische Bergsportaktivität, welche mit Jugendlichen in einem Lager durchgeführt wird. Foto: Flurina Bosshard

Entwicklungsforschungsprojekt angesetzt. Wir möchten eine einfache Möglichkeit bieten, wie Erlebnisse zur Persönlichkeitsentwicklung genutzt werden können.

Ziel dieser Forschungsarbeit

Ziel der vorliegenden Forschungsarbeit ist es, Absichten und Umsetzungsstrategien von Bergführer:innen im Umgang mit schülerseitigen Herausforderungen im Projekt AlpenLernen zu dokumentieren, um darauf aufbauend ein Reflexionstool zur Persönlichkeitsentwicklung durch Bergsportaktivitäten zu entwickeln. Das entwickelte Tool wird anschließend auf seine persönlichkeitsfördernden Effekte hin getestet.

Methodisches Vorgehen

Am Fachdidaktikzentrum der Pädagogischen Hochschule Bern sowie am Institut für Sportwissenschaft der Universität Bern wurden ab 2022 empirische Studien im Projekt AlpenLernen durchgeführt, um Lehrmaterialien zur Persönlichkeitsentwicklung durch Bergsport zu entwickeln, zu überprüfen und zu überarbeiten. Die vorliegenden Studien orientieren sich an der fachdidaktischen Entwicklungsforschung, auch Design (Based) Research genannt, welche u. a. den Fokus auf die Entwicklung von wissenschaftlich fundierten Lehrunterlagen legt.

In einer explorativen Feldforschung wurde der Lerngegenstand der Bergsportsequenzen einer AlpenLernen-Projektwoche im September 2022 auf der Blüemlisalphütte (Schüler:innen 12- bis 15-jährig) untersucht (vgl. Abbildung 1). Anhand von teilnehmenden Beobachtungen und einem Interview mit dem Bergführer (männlich, 60-jährig), welcher die Projektwoche begleitete, wurden die Absichten und Zielperspektiven der Bergsportsequenzen und das bisherige Lehr-Lern-Arrangement evaluiert. Aus den Erkenntnissen dieser Feldforschung sowie der recherchierten Theorie wurde anschließend ein Tool zur reflexiven Begleitung von Bewegungswagnissen für die Bergführer:innen entwickelt. Eine erste Fassung des Reflexionstools wurde anschließend demselben Bergführer zur Validierung vorgelegt, um ausgehend von seinen Rückmeldungen das Reflexionstool zu überarbeiten.

In einer weiteren AlpenLernen-Projektwoche Ende September 2023 wurde das entwickelte Reflexionstool getestet (vgl. Abbildung 2). Die Bergsportaktivitäten, die durch einen anderen Bergführer (männlich, ca. 45-jährig) angeleitet wurden, konnten dabei beobachtet und festgehalten werden. Vier Wochen nach der Projektwoche wurden schließlich fünf leitfadengestützte Interviews mit zufällig ausgewählten Schüler:innen der Projektwoche (16- bis 18-jährig) geführt, um das persönlichkeitsfördernde Potenzial von Wagnissen im Bergsport zu untersuchen.

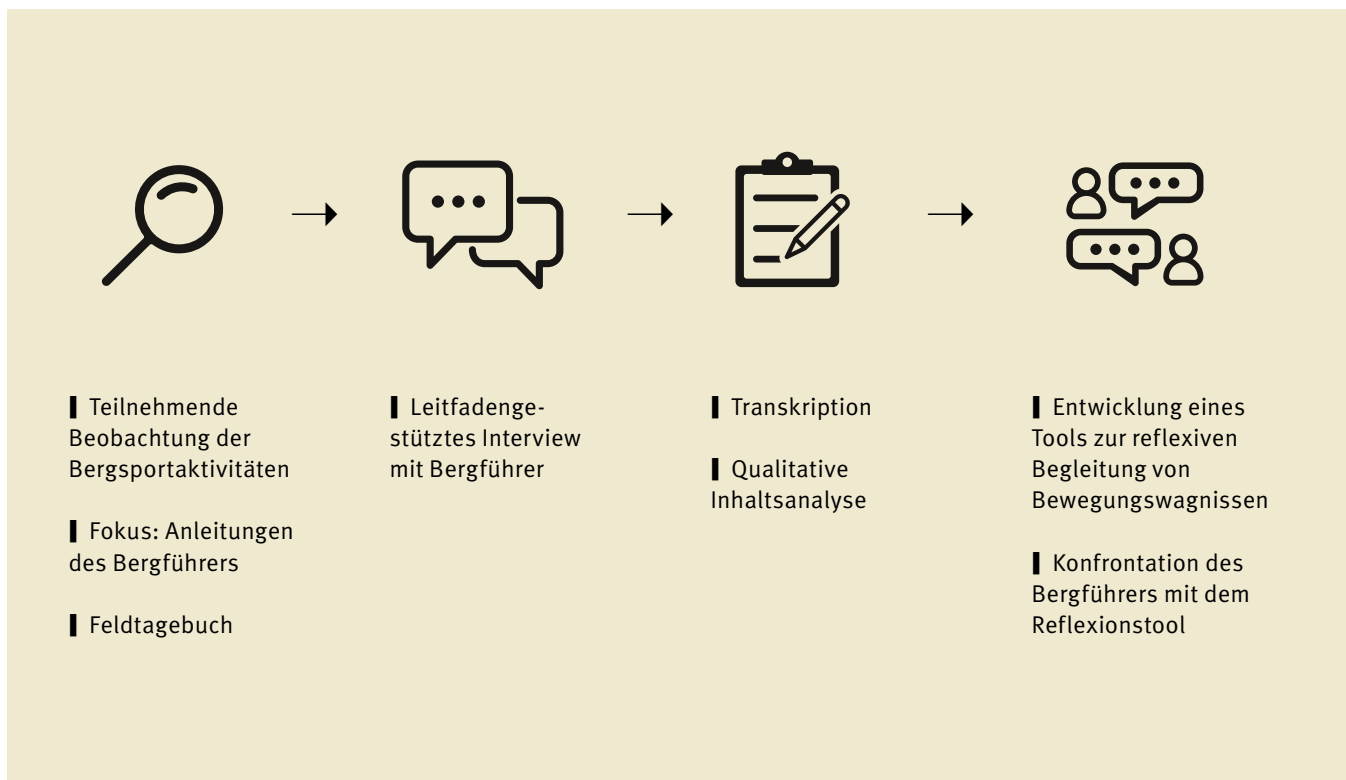


Abb. 1 Vorgehensweise bei der ersten Studie zur Entwicklung des Reflexionstools.



Auch das Abseilen in und das gemeinsame Hochziehen aus einer Gletscherspalte gehört zu den Wagnissen, die die Jugendlichen in Angriff nehmen. Foto: Flurina Bosshard



Abb. 2 Vorgehensweise der zweiten Studie zur Testung des Reflexionstools.

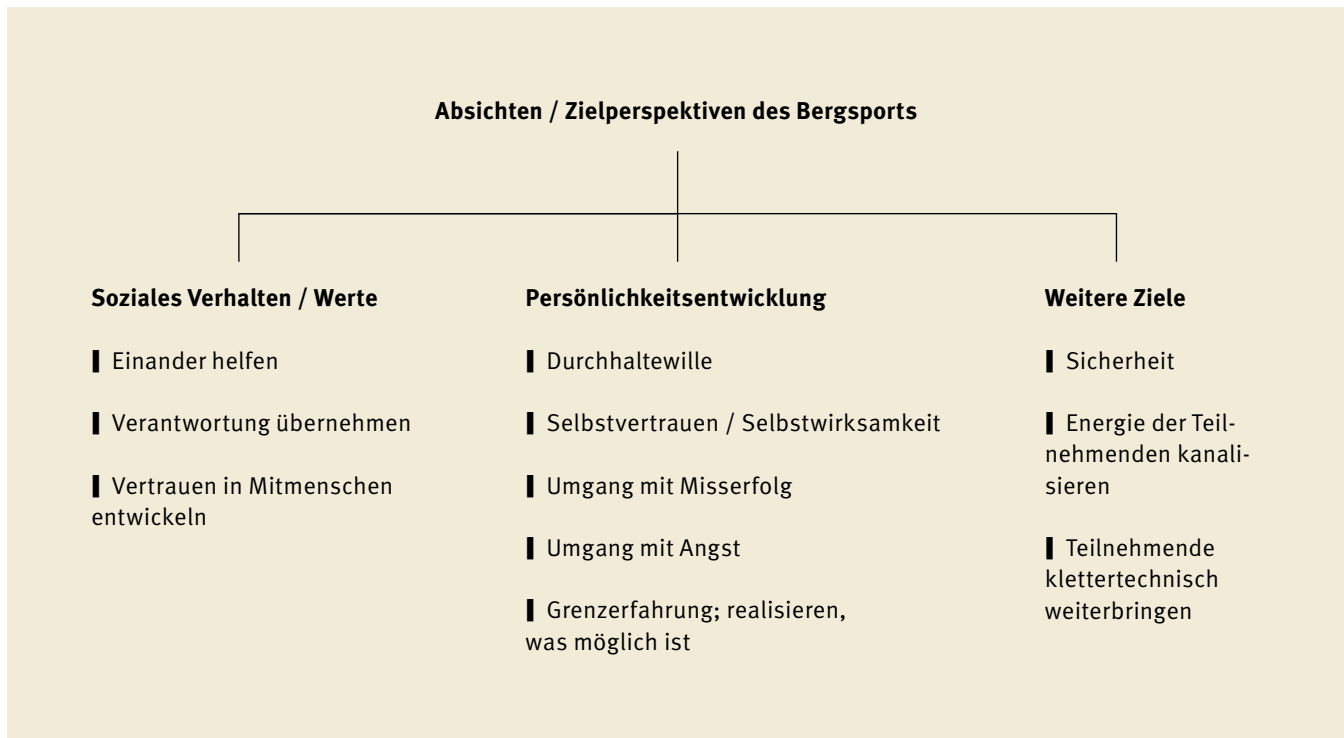


Abb. 3 Ergebnisse des Interviews mit dem Bergführer aus der explorativen Feldstudie.

Dokumentation der Absichten und Umsetzungsstrategien des Bergführers

Die Analyse des Interviews aus der ersten Studie zeigt auf, dass der Bergführer diverse Absichten/Zielperspektiven im Bereich einer Entwicklungsförderung verfolgen möchte (vgl. Abbildung 3). Dazu gehört, dass bspw. durch gemeinsames Klettern soziale Werte wie Verantwortungsübernahme, Vertrauen oder Hilfsbereitschaft thematisiert werden sollen. Der Bergführer erwähnt des Weiteren Themen wie Durchhaltewillen, Umgang mit Angst und Misserfolg oder Selbstvertrauen, welche als persönlichkeitsbildend zusammengefasst werden können. Zudem nennt der Bergführer noch weitere Ausbildungsziele wie bspw. sicherheitsrelevante Aspekte oder die Klettertechnik. Damit misst der Bergführer in seiner Zielsetzung sowohl den Softskills als auch den Hardskills eine wichtige Bedeutung zu. Diese Ansichten des Bergführers decken sich mit der Literatur über die Perspektiven im Bergsport (Iberer & Winter, 2022).

Beobachtungen während der ersten Projektwoche zeigen, dass diese Absichten/Zielperspektiven in der Durchführung nicht gezielt aufgegriffen werden. Oft wird versucht, durch das Vermitteln von technischen Kompetenzen oder mit kognitiv-verbalen Anweisungen der Angst der Schüler:innen zu begegnen. Eine proaktive Thematisierung der oben erwähnten Zielperspektiven soziales Verhalten/Werte und

Persönlichkeitsentwicklung findet kaum statt. Lediglich bei Problemsituationen wie akuter Angst beim Klettern wird mit betroffenen Schüler:innen das Gespräch gesucht. Gelungene Wagniserfahrungen werden durch positives Feedback des Bergführers verstärkt, der Umgang mit Misserfolg wird aber nicht konkret thematisiert. Gezielte Reflexionsphasen zu den individuellen Erlebnissen der Schüler:innen oder zum Umgang miteinander (einander helfen, Verantwortung übernehmen, Vertrauen entwickeln) fehlen jedoch in den Bergsportsequenzen. Somit bleibt die beabsichtigte umfassende Entwicklungsförderung eher zufällig. Der Fokus während der Bergsportsequenzen liegt auf der Vermittlung von bergsport-spezifischen Fachkompetenzen (Hardskills) und nicht auf der Bildung durch Bergsport (Softskills).

In der erlebnispädagogischen Theorie entspricht dieses Vorgehen dem Modell „the mountains speak for themselves“ aus den 1960er-Jahren (Bacon, 1987). Dieses Lernmodell meint, dass es nicht notwendig sei, Erlebnisse zu reflektieren, sondern sie einfach wirken zu lassen. Die Erfahrungen könnten dann automatisch in das tägliche Leben der Teilnehmer:innen transferiert werden. Die Rolle des „Instruktors“, in unserem Fall des Bergführers, beinhalte lediglich das Vermitteln von technisch-instrumentellen Fertigkeiten und liege nicht im Beraten oder Aufarbeiten der Erfahrungen. Heutzutage wird dieses Modell häufig kritisiert, da dieser Lernprozess nicht steuerbar ist und der Transfer willkürlich erscheint.

Entwicklung des Reflexionstools

Um dem entgegenzuwirken, wurde anhand der Ergebnisse aus der Feldforschung und der bestehenden Theorie ein Reflexionstool – bestehend aus drei verschiedenen Instrumenten – ausgearbeitet (Überblick in Abbildung 4; das gesamte Reflexionstool ist via QR-Code verfügbar). Das Hauptziel des Reflexionstools ist, Bergführer:innen die Möglichkeit zu bieten, Wagnissituationen während der Bergsportsequenzen gezielt zu nutzen, um eine Entwicklungsförderung bei den Schüler:innen anzustoßen. Dazu wird vorgeschlagen, dass die Schüler:innen ihre erlebten Bewegungswagnisse im Sinne des Experiential Learning Cycle⁴ nach Kolb (1984) reflektieren. In diversen Theorien der Wagniserziehung und der Erlebnispädagogik sind Reflexionen von Erfahrungen zentraler Bestandteil, um die gewünschte Entwicklungsförderung zu erreichen. Den Schüler:innen können so Möglichkeiten geboten werden, lernrelevante Momente mit passenden Medien festzuhalten und damit die eigenen Lernprozesse sichtbar zu machen. Konkret heißt dies, dass von Wagnissituationen bspw. Fotos gemacht werden und dann anschließend über die erlebten Gefühle gesprochen wird.

Des Weiteren wurde bei der Entwicklung der Reflexionsinstrumente darauf geachtet, dass der Aufwand für die Bergführer:innen bei der Umsetzung möglichst klein gehalten wird. Ohne große Vorbereitung kann das selbsterklärende Reflexionstool ad hoc am Berg eingesetzt werden (das Originaldokument via QR-Code beinhaltet eine knapp gehaltene Einleitungsseite).

Das Reflexionstool (vgl. Abbildung 4) umfasst drei verschiedene Reflexionsinstrumente (Vorher-nachher-Reflexion, Zu Fuß im alpinen Gelände – Lernjournal, Wagnissituationen fotografisch festhalten), welche die Schüler:innen anregen sollen, über die erlebten oder bevorstehenden Bewegungswagnisse nachzudenken. Diese Bewegungswagnisse sind so zu verarbeiten, dass eine Entwicklungsförderung gezielt im Bereich der Selbstwahrnehmung (z. B. Selbstwirksamkeitserwartung) angeregt wird. Des Weiteren sollen Diskussionen über Ängste und Unsicherheiten angestoßen werden, da diese Aspekte in den beobachteten Bergsportsequenzen immer wieder auftauchten, aber nicht wirklich aufgearbeitet wurden. Folgende Reflexionsfragen geben einen Einblick (Zolliker, 2023, S. 85ff):

■ „Wie stimmt deine Einschätzung der Tour mit dem Erlebten überein?“

■ „Wie ist die Situation ausgegangen und wie hast du dich danach gefühlt?“

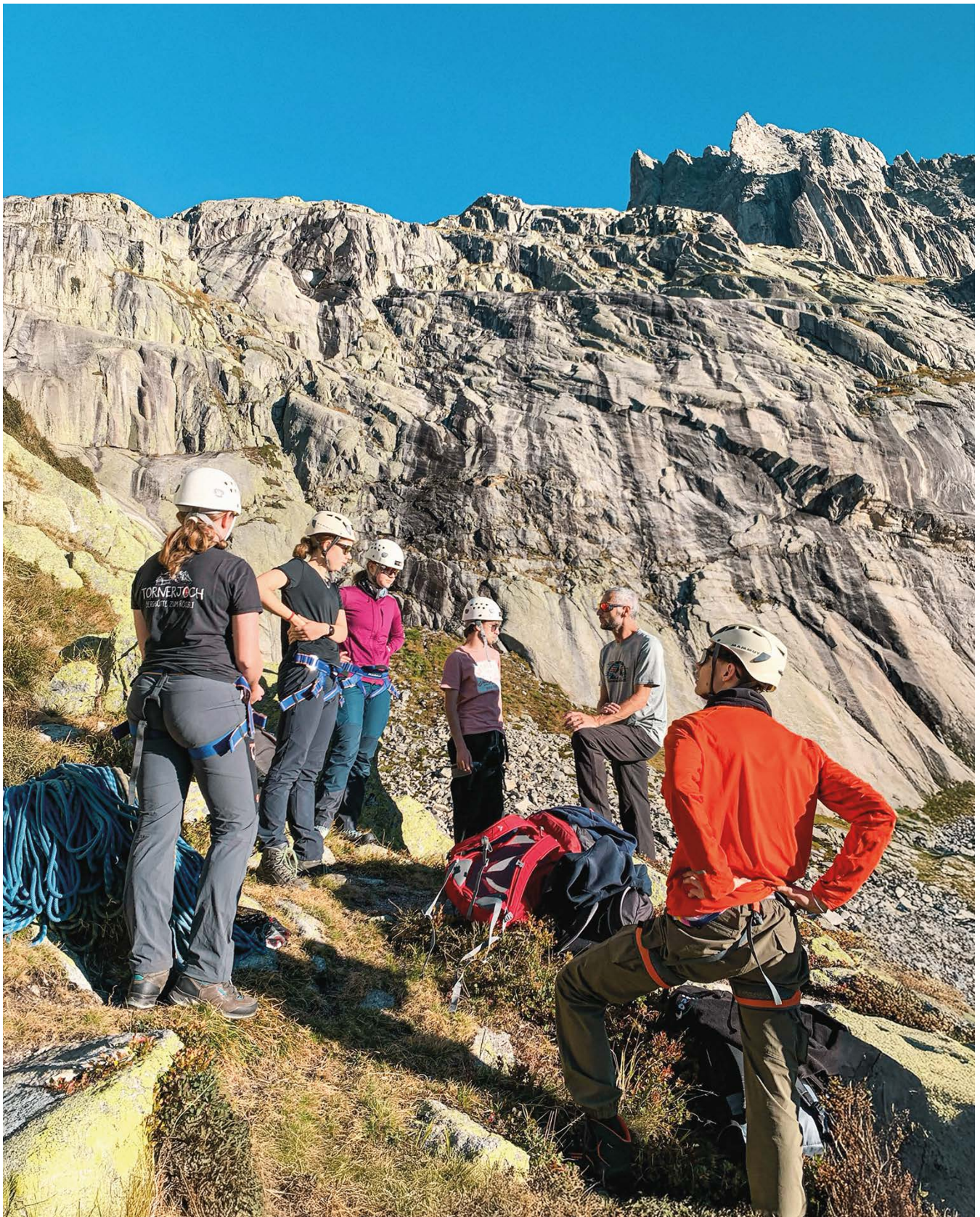
■ „Weshalb kam es zu dieser Veränderung?“

■ „Was würdest du einer anderen Person zu dieser Situation/ diesem Wagnis erzählen?“

⁴ Das Modell des Experiential Learning Cycle nach Kolb (1984) beinhaltet die vier Phasen 1) unmittelbare Erfahrung, 2) Reflexion, 3) generalisieren des Gelernten und 4) dessen Anwendung.



Abb. 4 Reflexionstool mit drei Instrumenten inkl. Vorgehensweise zur Persönlichkeitsentwicklung durch Bergsport.



Im Anschluss an eine Wagnissituation (z. B. nach dem Klettern) wird in einer Kleingruppe über das Erlebte reflektiert.

Foto: Flurina Bosshard



Das Reflexionstool wurde dem Bergführer noch vor seiner Testung zur Konsultation vorgelegt. Er bewertete es großteils positiv und hat das Reflektieren und Verarbeiten von Wagnissituationen respektive der neuen Erfahrungen und Erlebnisse als Ziel des Tools verstanden. Zudem war er überzeugt, dass durch das Anwenden des Tools Lernprozesse ausgelöst werden können. Nach Aussagen des Bergführers können durch das Reflexionstool einerseits persönliche Entwicklungen festgehalten werden und andererseits würden sich die Schüler:innen bei der Vorher-nachher-Reflexion und anhand der Fotos mit den erlebten Wagnissituationen auseinandersetzen. Man müsse einfach gewillt sein, das Tool auch wirklich einzusetzen:

„Wenn jemand ein bisschen offen ist für solche Sachen und interessiert ist an Neuem, dann greift er dies sehr einfach auf. Denn ich meine, das ist in fünf Minuten [...] gelesen und dann versteht man das eigentlich.“ (Bergführer; Zolliker, 2023, S. 56)

Das Reflexionstool wurde im Anschluss an das Interview punktuell angepasst und konnte anschließend in einer weiteren Projektwoche getestet werden.

Testung des Reflexionstools

Durch das Beobachten der Bergsportaktivitäten während einer weiteren Projektwoche und das Führen von fünf Interviews mit Schüler:innen wurde das persönlichkeitsfördernde Potenzial von Wagnissen im Bergsport untersucht (Valkanover, Furrer & Bosshard, 2025). Die Ergebnisse zeigen, dass die 16 teilnehmenden Schüler:innen während der Woche insgesamt 48 Wagnisse erlebten, welche v. a. beim Klettern sowie bei den Aktivitäten auf dem Gletscher auftraten. Dabei war in keiner dieser Sequenzen eine spezifische Wagnisübung geplant, was die Befunde sehr einfach in den Alltag der Bergführer:innen-Tätigkeit übertragen lässt: Wagnissituationen entstehen im Bergsport automatisch und müssen nicht forciert werden. Bei Lehrunterlagen zu solchen Lerngelegenheiten im Bergsport ist daher der Fokus auf die reflexive Begleitung dieser Momente zu legen und nicht auf das „künstliche“ Kreieren von Wagnissituationen. Die drei Varianten des Reflexionstools wurden in der Projektwoche wie geplant umgesetzt, wobei ein Instrument (Vorher-nachher-Reflexion) in leicht abgeänderter Form durchgeführt wurde (Grund: unsichere Tourenplanung). In den Interviews äußerten sich die Schüler:innen über die wahrgenommenen Reflexionsmomente durchwegs positiv. Die durchgeführten Reflexionsphasen wurden nicht als störend, künstlich oder als zu umfangreich wahrgenommen. Im Gegenteil – manche Schüler:innen meinten, es hätte auch noch mehr reflektiert werden können. Die Umsetzung nahm jeweils rund 10–20 Minuten in Anspruch.

Vier Wochen nach der Projektwoche berichteten die befragten Schüler:innen in den Interviews von spannenden Lernerfahrungen durch die Wagnisse. Sie hoben hervor, mehr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten gewonnen und ihre Ängste

vor Gletscherspalten überwunden zu haben. Auch das Vertrauen in andere Personen wurde als hilfreicher Lerneffekt erwähnt, der das Überwinden von Wagnissen erleichtert. Weitere Erkenntnisse betreffen eine verbesserte Selbsteinschätzung und die Fähigkeit, Risiken besser einzuschätzen. Zudem zeigt die Auswertung, dass die Erfahrungen auf verschiedene Kontexte wie Schule, Sport und Freizeit übertragen werden konnten. Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass der Bergsport zur Persönlichkeitsentwicklung beitragen kann (Valkanover et al., 2025). Folgendes Zitat unterstreicht dies:

„Ich würde schon sagen, dass ich am Schluss der Woche mehr das Gefühl hatte, dass ich mir mehr zutrauen darf, als ich das eigentlich tue und ja, dass ich auch wirklich mehr erreiche als ich denke.“ (Schüler:in; Bosshard, 2024)⁵

⁵ Das im Dialekt vorliegende Zitat wurde von den Autoren übersetzt.

Per QR-Code zum dreiteiligen Reflexionstool

Mit dem folgenden QR-Code kann ein dreiteiliges Reflexionstool zur Begleitung von Wagniserfahrungen von Schüler:innen heruntergeladen werden. Das Ziel dabei ist, Persönlichkeitsentwicklung durch Bergsport anzuregen. Die Umsetzung kann ohne Vorkenntnisse im Gelände vorgenommen werden und nimmt bis max. 20 Minuten in Anspruch. Zentral dabei ist, dass die Wagniserfahrungen der Schüler:innen reflektiert werden und ein Transfer der gemachten Erfahrungen in den Alltag der Schüler:innen mitgedacht wird. Obwohl das Tool im schulischen Kontext entwickelt und getestet wurde, lässt es sich auch im nicht-schulischen Kontext anwenden. Neben Bergführer:innen werden auch Tourenleiter:innen sowie Jugendleiter:innen eingeladen, das Reflexionstool herunterzuladen, zu testen und die gemachten Erfahrungen rückzumelden (vitus.furrer@phbern.ch). Wir sind bemüht, das Tool weiterzuentwickeln.

Bemerkung: Das Word-Dokument soll auf dem PC/Mac angeschaut werden und nicht via Handy.



Zum dreiteiligen Reflexionstool



Tobias Zolliker ist Sportwissenschaftler und Geograph mit Lehrdiplom für Maturitätsschulen. Als Sportlehrer und IO-Tourenleiter beim SAC bringt er den Jugendlichen den Alpinismus näher.

Literatur

- Bacon, S. (1987). The Evolution of the Outward Bound Process. Outward Bound.
- Bosshard, F. (2024). Persönlichkeitsbildung durch Wagnis im Bergsport. Eine qualitative Untersuchung der Schüler*innenerfahrungen in der Projektwoche AlpenLernen. Unveröffentlichte Masterarbeit am Institut für Sportwissenschaft der Universität Bern.
- Damisch, C., (2000). Erlebnispädagogik und Bergführer. bergundsteigen, 32, 28–29.
- Iberer U. & Winter, S. (2022). Fürs Lernen leben. bergundsteigen, 117, 30–37.
- Kolb, D. A. (1984). Experiential learning. Experience as the source of learning and development. Prentice-Hall.
- Neumann, P. (2017). Etwas wagen im Sportunterricht. Zugriff am 27. Juli 2022 unter <https://wimasu.de/wagnis/>.
- Rohwedder, P. (2020). Bergführer 2.0 – Alles Soft Skill oder was? bergundsteigen, 111, 30–36.
- Streicher, B. (2021). Alpine Erlebnispädagogik: Die Berge als Lernwelt. In M. Tiedemann (Hrsg.). Außerschulische Lernorte, Erlebnispädagogik und philosophische Bildung (S. 363–375). Springer-Verlag GmbH.
- Valkanover, S., Furrer, V. & Bosshard, F. (2025). Nachhaltige Gestaltung von Bergsportaktivitäten – Bewegungswagnisse wirksam begleiten. In B. Bous, J. Rappich, P. Rameder & M. Scholz (Hrsg.). (In) Bewegung – Aktuelle Forschungsprojekte zum handlungsorientierten Lernen (S. 136–149). Ziel-Verlag.
- Zolliker, T. (2023). Gestaltung von Bergsportaktivitäten als Bewegungswagnisse. Entwicklungsforschung zur reflexiven Begleitung von Bewegungswagnissen. Unveröffentlichte Masterarbeit am Institut für Sportwissenschaft der Universität Bern.

Fazit

Dass der Bergsport einzigartige und unvergessliche Erlebnisse bieten kann, ist für Bergsportler:innen unbestritten. Ob er aber auch ein Potenzial zur Persönlichkeitsentwicklung hat (Iberer & Winter, 2022), ist hingegen weniger belegt. Dieser Frage sind wir in der vorliegenden Studie nachgegangen. Die Ergebnisse unterstützen generell die These der Persönlichkeitsförderung durch Bergsport. Persönlichkeitsfördernde Aspekte von Bergsportaktivitäten werden als Ziele oder Potenziale vom Bergführer hervorgehoben – etwa die Übernahme von Verantwortung, die Förderung von Hilfsbereitschaft oder der konstruktive Umgang mit Angst. Doch Persönlichkeitsentwicklung passiert nicht von selbst, sondern bedarf einer entsprechenden Inszenierung (Neumann, 2017). Daher wurden zur Unterstützung der Bergführer:innen drei einfache Reflexionsinstrumente ausgearbeitet (vgl. QR-Code). Diese haben zum Ziel, die Selbstwahrnehmung der Schüler:innen zu fördern, sowie den Umgang mit Angst zu thematisieren.

Diese Reflexionsinstrumente wurden vom Bergführer als gut umsetzbar beurteilt und von einem weiteren Bergführer getestet. Sie nahmen bei der Durchführung je rund 10–20 Minuten in Anspruch. Bei den Schüler:innen kamen die Reflexionsphasen gut an und es hat sich gezeigt, dass weniger Angst vor Wagnissen oder ein höheres Vertrauen in die eigene Person und eigenen Fähigkeiten erlebt wurden. Aus diesen Erkenntnissen lassen sich verschiedene Schlüsse ziehen. Die Bergführer:innen werden mit dem Reflexionstool eingeladen, Bewegungswagnisse der Schüler:innen zu thematisieren und erlebte Emotionen anzusprechen. Dadurch bietet sich die Möglichkeit, eine Brücke zum Schulalltag, insbesondere zum Sportunterricht zu schlagen und die gemachten Erfahrungen am außerschulischen Lernort Projektwoche zu transferieren. Die Schüler:innen können auf der einen Seite eine erhöhte Selbstwirksamkeit z. B. in einer Bodenturnübung im Schulfach Sport erleben und auf der anderen Seite leistet die Arbeit des Bergführers/der Bergführerin einen Beitrag zum schulischen Lernen und erfährt dadurch eine noch höhere Relevanz. Und schließlich lässt sich das Tool auch im nichtschulischen Bergsport anwenden, obwohl es im und für den schulischen Kontext entwickelt und getestet wurde.

Zusammenfassend bieten die vorgestellten Reflexionsinstrumente den Bergführer:innen eine einfache Unterstützung, um die für die Persönlichkeitsentwicklung wichtige Reflexion mit den Schüler:innen abwechslungsreich und wirksam zu gestalten und dabei Softskills zu fördern. Offensichtlich bietet der Bergsport mehr als (nur) großartige Erlebnisse. ■