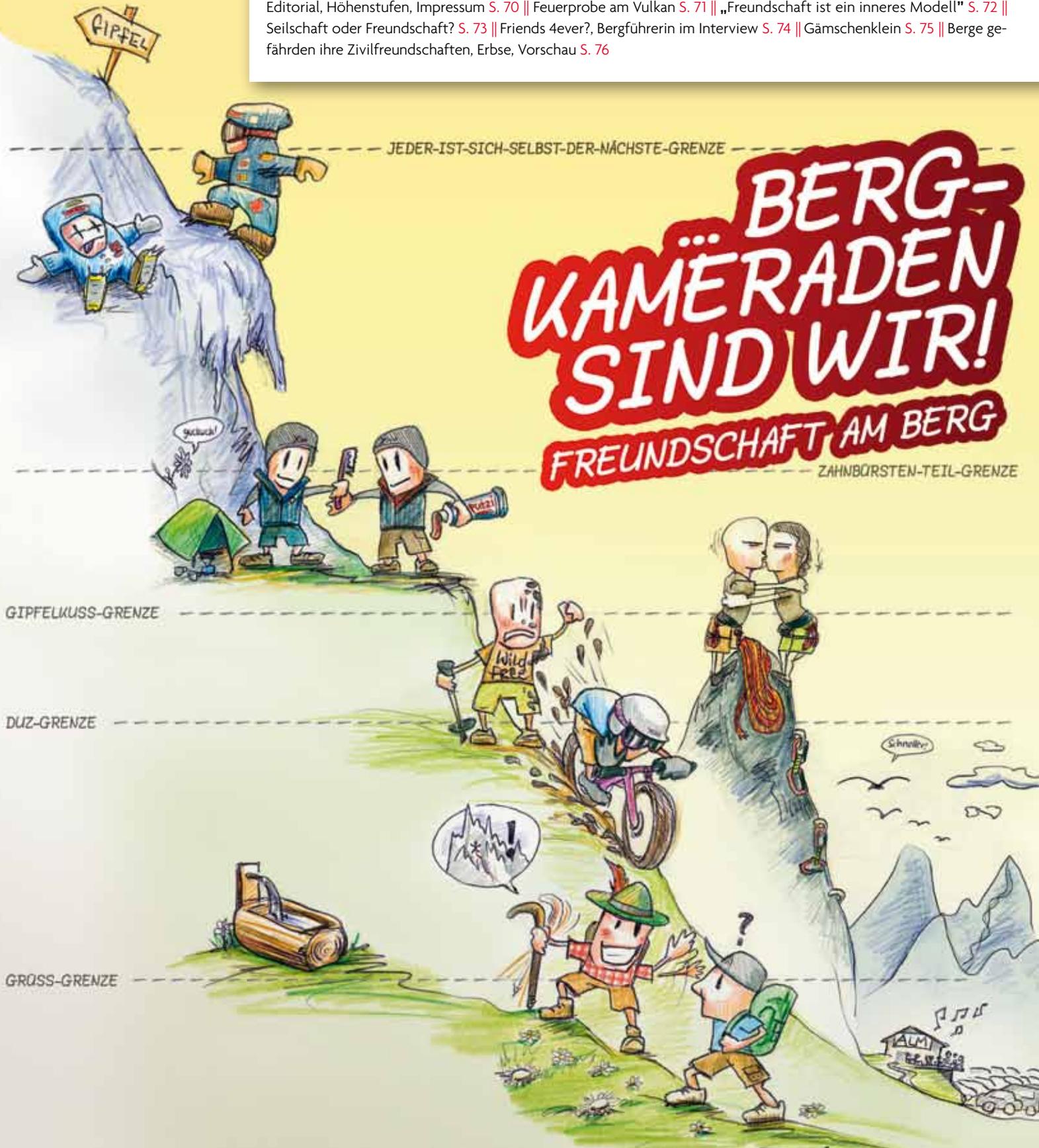


# KNOTENPUNKT.

Editorial, Höhenstufen, Impressum S. 70 || Feuerprobe am Vulkan S. 71 || „Freundschaft ist ein inneres Modell“ S. 72 || Seilschaft oder Freundschaft? S. 73 || Friends 4ever?, Bergführerin im Interview S. 74 || Gämschenklein S. 75 || Berge gefährden ihre Zivilfreundschaften, Erbsen, Vorschau S. 76



**EDITORIAL****HALLO ZUSAMMEN.**

„Du sollst die Bergkameradschaft in hohen Ehren halten! (...) Jeder Fremde, der sich mit dir die Liebe zu deinen Bergen teilt, sei der Kamerad, doppelt nahe, wenn er in Not gerät oder irgendwelche Hilfe braucht, und sei es auch nur ein Schluck aus deiner Feldflasche oder ein Blick in deine Karte.“ So beschwor Luis Trenker seine Leser 1931 im fünften seiner „Zehn Bergsteigergebote“. Früher schweißte die Ausgesetztheit der Berge zusammen, ein zuverlässiger Begleiter war häufig die einzige Lebensversicherung. Doch was ist heute davon geblieben, wenn sogar eine Bank das Verhältnis zu ihren Kunden als

„Bergfreundschaft“ betitelt? Meist werden Gefühle der Sicherheit, der Ehrlichkeit und der tiefen Verbundenheit mit dem Wort verknüpft. Doch vielleicht ist dies ja nur ein überkommenes Klischee? Und was macht Freundschaft eigentlich aus?

Um diesen Fragen nachzugehen, haben wir uns mit den Vor- und Nachteilen der heutigen Bergpartnerschaften beschäftigt, uns gefragt, ob die Qualität der Beziehung linear mit der Anzahl der Höhenmeter zunimmt, und uns mit Jugendlichen, einem Psychologen und einer Bergführerin über ihre Erfahrungen unterhalten. Stehen

heute mehr die Konkurrenz und der sportliche Ehrgeiz im Vordergrund? Oder das gemeinsame Bergerlebnis?

„Du sollst nicht anmaßend sein und auch andere auf ihre Weise selig werden lassen, wenn es auch nur Jochbummler, Greise, alte Tanten, Anfänger oder Leute vom anderen Verein sind.“ Luis Trenker jedenfalls plädierte eindeutig für das harmonische Miteinander.

Viel Spaß beim Lesen!

**EURE REDAKTION****HÖHENSTUFEN DER BERGFREUNDSCHAFT**

[Text und Foto: Nils Beste]

**ZWISCHENMENSCHLICHE GRENZERFAHRUNGEN**

Soziales Netzwerk, visualisiert am Col du Midi

Grenzerlebnisse suchen viele Menschen in den Bergen. Spannend wird es, wenn es dabei um zwischenmenschliche Grenzen geht, um die Beziehung zum Nebenmenschen. Denn Bergfreundschaften, so unsere Diagnose, verändern sich mit zunehmender Höhe. Zunächst vertiefen sie sich. Ab einer gewissen Schwelle aber nimmt die Intensität wieder ab, das Konkurrenzdenken dafür zu. Darum zielt den Titel dieser Ausgabe ein Höhenprofil mit den verschiedenen Stadien der Bergfreundschaft.

Die Situationen werden vielen bekannt vorkommen: Raus aus dem Alltag, rein in die Berge. Kaum outdoor angelangt, wird man schon freundlich begrüßt. Einige Höhenmeter weiter ist dann auch die Duz-Grenze überschritten. Von hier an nimmt, als wäre es stillschweigend vereinbart, niemand mehr ein „Sie“ in den Mund.

Mit steigender Höhe werden die Freundschaften inniger: Plötzlich gibt es Gipfelbussis, für die sich der Konditionsschwächere vorher allerdings schon mal ein „Jetzt stell dich nicht so an!“ anhören musste. Werden die Touren noch härter, führen die rauen Bedingungen zum Äußersten: Gestandene Alpinisten teilen sich eine Zahnbürste, um Gewicht zu sparen.

Doch plötzlich ist es mit der Harmonie vorbei. Je näher die Gipfelziele an die Todeszone rücken, umso mehr gilt das Motto: „Jeder ist sich selbst der Nächste“. Die Sauerstoff-Flasche wird nicht geteilt.

Allein eine Stufe geht noch hierüber hinaus: die Halluzinationsgrenze. Dafür brauchen „Visualisierungs“-Experten wie Christian Stangl keinen Bergkameraden und noch nicht mal einen echten Gipfel.

**IMPRESSUM**

Autoren dieser Ausgabe: Nils Beste, Julia Deischl, Margret Hornsteiner, Ulrike Maurus, Nina Schneider, Stefanus Stahl, Johanna Stuke, Sabine Weigelt. Herausgeber: Jugend des Deutschen Alpenvereins. Bundesjugendleiter: Michael Knoll. Redaktion: Georg Hohenester (verantwortl.), Andi Dick in Zusammenarbeit mit dem KNOTENPUNKT-Redaktionsteam. Beiträge in Wort und Bild an den DAV, Redaktion KNOTENPUNKT, Von-Kahr-Straße 2-4, 80997 München. Die Beiträge geben immer die Meinung der Verfasser, nicht die der Jugend des Deutschen Alpenvereins wieder. Diese Publikation wird gefördert aus Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundes. Nachdruck nur mit Genehmigung der Redaktion. Titelillustration: Johanna Stuke. Gestaltung und Produktion: Sensit Communication, [www.sensit.de](http://www.sensit.de)

# FEUERPROBE AM VULKAN

[Text: Johanna Stuke, Fotos: Andreas Moosbuchner, Hansi Heckmair]

**Zufällig gleichzeitig in Südamerika. Begeistert für ein gleiches Ziel. Zusammengeführt per E-Mail. Wenn die Einstellungen passen, kann aus der Zweckgemeinschaft viel mehr werden, das belegt das Beispiel von Hansi und Andi. Andi erzählt ...**



Für extreme Erlebnisse am Berg ...

So sehe ich Hansi zum ersten Mal: Er taucht in der Tür des Café Refugio Montaña in Quito auf, grinst breit und sagt: „Servus, ich bin der Hansi. War schon gespannt, wie der Irre aussieht, der hier mit zwei Snowboards im Gepäck nach Südamerika fliegt.“ Wirklich hatte ich auf dem Flug nach Quito zu meinem Architekturpraktikum absurd viel Gepäck dabei: zwei Snowboards, zwei Paar Stiefel und Steigeisen, Hochtouren- und Kletterzeug. Die zweite Ausrüstung war für ihn, Hansi. Zwei Wochen vorher hatte mir ein Freund von ihm erzählt: ein verrückter Snowboard-Pro, der zum Wellenreiten in Südamerika unterwegs sei. Die Idee, ihn für Board-Hochtouren zu begeis-

tern, war sofort da. Ein paar Mails später stand die Verabredung im Café in Quito.

Sympathisch ist er mir gleich. Aber wie soll einem auch jemand unsympathisch sein, der sofort ja sagt zum Vorschlag, mit einem Wildfremden anspruchsvolle Snowboardbefahrungen zu machen?

Wir leihen uns fehlende Ausrüstung von ecuadorianischen Freunden zusammen: Jacken, Hosen, Seil ... Dann ziehen wir los; nach ein paar Alpinrouten fühlen wir uns beide fit und sind heiß auf mehr. Zum ersten Mal auf dem Brett stehen wir am Cotopaxi (5897 m). Beim mühsamen Tragen und Nachziehen der sperrigen Boards merken wir bald, dass wir nicht nur menschlich, sondern auch konditionell gut zusammenpassen. Wir erreichen den Gipfel mit Freunden von der „Agrupación Nuevos Horizontes“, dem ältesten Bergclub Quitos. Riesige Aussicht, dünne Luft, ständig wechselnder Schnee zwischen Bruchharsch, windgepresst und Blankeis, ein mit dem Pickel gebremster Sturz über dem Eisbruch, unten als erste Amtshandlung ein gemeinsames Bier – es passt!

Innerhalb kürzester Zeit haben wir einige schwierige bis brenzlige Situationen gemeistert, hat sich starkes Vertrauen in den anderen entwickelt. Wie das zustande kam, obwohl wir uns kaum kannten? Bei jeder unserer Aktionen

haben wir gemerkt, dass wir ein ähnliches Risikogefühl haben, eine solide Selbsteinschätzung, den gleichen Humor. Dazu kommt, dass sich der jeweils andere darauf eingelassen hat, mit einem Unbekannten loszuziehen. Die Erfahrung, kraftmässig wie auf menschlicher Ebene so gut zu harmonieren, ist wirklich etwas Besonderes. Wir sind reif für den Chimborazo (6267 m).

Dunkle Gewitterwolken stehen am Horizont, als wir uns gegen Mitternacht vor die Hütten-tür wagen. Blitze beleuchten das nächtliche Vulkan-Panorama. Eisiger Wind schneidet uns

**„So kurz ich diesen Kerl erst kenne, ich vertraue ihm blind.“**

fast die Luft ab. In die Daunenjacken verkrochen, schauen wir nach oben. Irgendwo dort steht der Gipfel des Chimborazo in der Nacht. Wir sind völlig allein, die Hütte ist dunkel, der Hüttenwart unterwegs. Keiner von uns beiden würde aussprechen, wie allein und winzig wir uns gerade fühlen. Unsere Wegbeschreibung ist ein Zettel mit Höhenangaben und Hinweisen wie: „dann links, dann rechts“. Genaueres wollten wir eigentlich vom Hüttenwirt erfragen. „Die Gewitter werden weniger“, sagt Hansi. Lange hatten wir gestern abgewägt, ob wir den Aufstieg wagen sollen. Das Vertrauen in die Urteilsfähigkeit, Fitness und Nervenstärke des anderen und unsere gemeinsame Lust auf den Berg gaben den Ausschlag: Wir wollen es zumindest probieren. Ich merke erstaunt, dass ich diesem Kerl, den ich erst so kurz kenne, blind vertraue. Das nennt man wohl Freundschaft. Wortlos nicken wir uns zu, dann schultern wir unsere Rucksäcke und steigen in die Dunkelheit, dem Gipfel entgegen.

... braucht es jemanden, mit dem man harmoniert.



# „FREUNDSCHAFT IST EIN INNERES MODELL.“

**Freundschaft – großes Wort oder nur Worthülse? Kommen wir zwischen Live- und Web-Freundschaften durcheinander? Und ist die Beziehung am Berg echter, tiefer, verlässlicher? Fragen wir den Psychologen unseres Vertrauens ...**

„Gute Freunde kann niemand trennen“, hat Franz Beckenbauer seinerzeit gesungen. Was macht denn eine gute Freundschaft aus?

In unserer Alltagssprache bezeichnet das Wort „Freundschaft“ ganz unterschiedliche Sozialbeziehungen. Die Bandbreite reicht von der Brieffreundschaft oder einem freundschaftlichen Verhältnis unter Arbeitskollegen bis hin zu guten Freunden und engsten Vertrauten. Wenn wir eine Person als Freund oder Freundin bezeichnen, verweist das auf eine positive, emotionale Verbundenheit und gegenseitige Wertschätzung. Freundschaften werden freiwillig und informell geschlossen und bestehen in der Regel über einen längeren Zeitraum.

**Wie entstehen Freundschaften?**

Freundschaften entstehen vor allem bei neuen Reifungsschritten, wenn sich im Leben etwas grundlegend ändert. Zum Beispiel wenn Kinder in die Schule kommen oder wenn junge Erwachsene zum Studium in eine neue Stadt ziehen. In solchen Übergangssituationen besteht ein starkes Bedürfnis nach Freundschaften, die Halt und Orientierung bieten. Es braucht aber

auch ein bestimmtes Maß an Gemeinsamkeiten – gleiche Hobbys oder Einstellungen, die man teilen kann. Bei der Auswahl von Freunden spielen deshalb oft das gleiche Alter, der gleiche Wohnort oder die gleiche soziale Herkunft eine Rolle.

**Wie wichtig sind Freundschaften im Leben?**

Bei Kindern kann man beobachten, dass Freundschaften eher von kurzer Dauer sind, sich auf das gemeinsame Spielen beschränken und beim ersten Streit gekündigt werden. Für Jugendliche sind Freunde wichtige Bezugspunkte

## „Für Freundschaften gibt es keinen Automatismus.“

bei der Suche nach der eigenen Identität und einem stabilen Selbstwertgefühl. Mit der Zeit entwickeln sich auch die Freundschaftsbeziehungen weiter: Vertrauen wird aufgebaut, Kon-

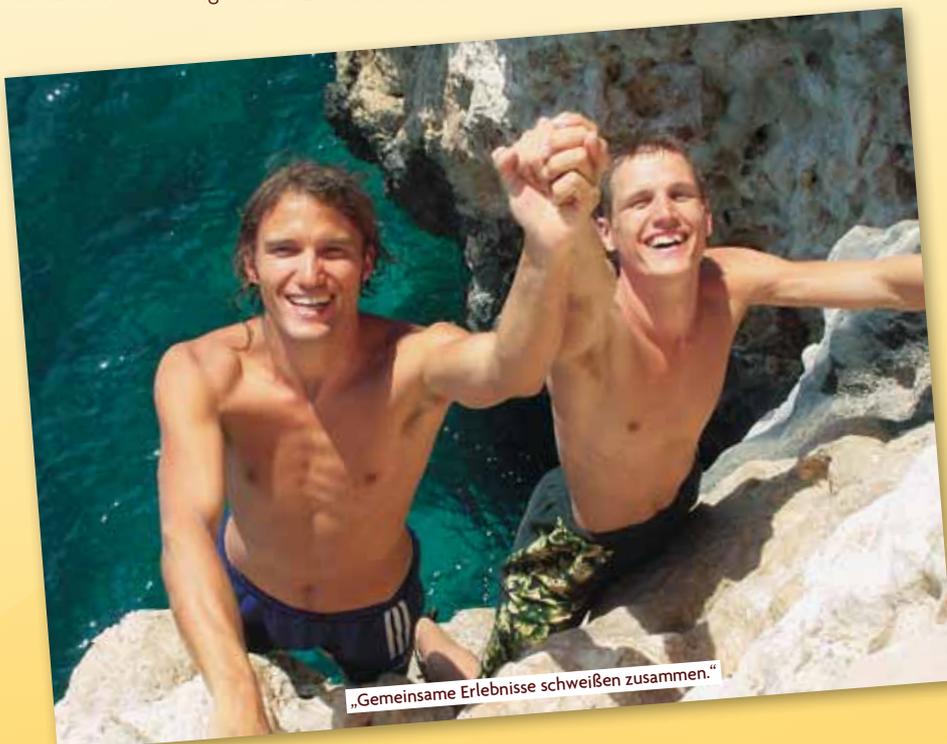
flikte und Krisen werden bewältigt. Gemeinsame Erlebnisse im Kinder- und Jugendalter können zusammenschweißen und eine Freundschaft so prägen, dass sie ein Leben lang hält.

**Freundschaften spielen sich zunehmend online ab. Ist Facebook das Ende von echten Freundschaften?**

Virtuelle Freundschaften in sozialen Netzwerken wie Facebook sind sicher nicht der Untergang. Ich sehe da gar nicht so große Unterschiede zum echten Leben. Im Grunde ist Freundschaft ja die Vorstellung, befreundet zu sein, und damit ein inneres Modell und imaginativ. Die Suche nach Bestätigung, das Bedürfnis dazuzugehören und entsprechende Signale der Freundschaft spiegelt Facebook eigentlich nur wider. Und irgendwann kommt auch in Facebook der Punkt, wo man seine Freunde sortiert, reduziert und das Ganze entspannter angeht.

**Was macht Freundschaften am Berg besonders?**

Die Situation beim Bergsteigen ist erst einmal eine besondere, weil die wechselseitige Abhängigkeit angesichts der ständigen Gefahr viel größer ist als normal. In Ausnahmesituationen am Berg stellt sich schnell heraus „mit wem man kann“ oder nicht. Eine Bergkameradschaft muss jedoch nicht gleichbedeutend mit einer Freundschaft sein. Es ist zum Beispiel gut möglich, dass man als Seilschaft gut harmoniert und intensive Krisenmomente übersteht, sich die Freundschaft aber nicht auf den Alltag übertragen lässt. Für Freundschaften gibt es halt keinen Automatismus.



„Gemeinsame Erlebnisse schweißen zusammen.“



**Martin Schwiersch (52)** ist Psychologe, niedergelassener Psychotherapeut, Bergführer, Erlebnispädagoge und war Leiter der DAV-Jugendbildungsstätte in Hindelang.

# SEILSCHAFT ODER FREUNDSCHAFT?

Kein Zweifel, im Gebirge zu zweit unterwegs zu sein erfordert großes Vertrauen in den anderen. Aber ist eine Seilschaft deshalb gleich eine Freundschaft? Und taugt jede Freundschaft zur gut funktionierenden Seilschaft? Was dich mit deinem Seilpartner verbindet, kannst du in diesem Test herausfinden ...

Am 1. Januar klingelt das Telefon, dein Bergkamerad ist dran ...

Er/sie wünscht dir erst mal ein glückliches neues Jahr.

Das kann nur eines bedeuten: Powderalarm an eurem bevorzugten Skitourenberg!

Wann warst du das erste Mal in seiner/ihrer Wohnung?

Damals, bei dieser legendären Silvesterparty ...

Als ich ihn/sie morgens vor der Tour abholen sollte und warten musste, weil er/sie verschlafen hatte.

Ein gemeinsamer Freund fragt dich, ob du eine Idee für ein Geschenk zum Geburtstag deines Seilpartners hast.

Wenn ich mich recht erinnere, hat er/sie mal erwähnt, dass er/sie diese eine Band toll findet. Vielleicht lässt sich deren CD irgendwo auftreiben ...

Keine Ahnung – wird er/sie schon 25?

Kennst du seinen/ihren Nachnamen?

Ja Nein

Ihr habt euch etwas aus den Augen verloren und schon ein halbes Jahr nichts mehr voneinander gehört. Wenn ihr euch dann zufällig über den Weg lauft, ist das Gespräch...

Wie klingt bei euch ein gelungener Bergtag aus?

Mit Kaffee und Kuchen, Apfelsaft oder einem Bierchen – egal, Hauptsache wir finden eine Einkehrmöglichkeit zum gemütlichen Beisammensitzen!

Sobald wir am Ausgangspunkt zurück sind, ziehen wir beide das Handy aus der Tasche, um den Abend zu planen. Ich bin bei Freunden zum Grillen eingeladen. Keine Ahnung, mit wem mein Seilpartner telefoniert oder was er/sie vorhat ...

... abendfüllend. Er/sie hat mir seine Leidensgeschichte vom verletzten Fuß erzählt. Außerdem gab es so viele andere Neuigkeiten ... Und dann haben wir uns in eine Diskussion verstrickt, welcher Kinofilm aktuell sehenswert ist.

... schnell beendet. Wir haben uns für die Kletterhalle verabredet, aber sonst gab es nichts zu erzählen, denn er/sie war verletzt und konnte die letzten Monate keine Touren machen.

Wer übernimmt bei euch die Tourenplanung?

Wir suchen gemeinsam ein Ziel aus, das uns beide reizt.

Meistens mein Seilpartner. Manchmal würde ich zwar gern eine andere Route machen, aber den Streit ist es nicht wert.

Hoffentlich bleibt ihr so gute Freunde! Wenn ihr weiterhin so viel zusammen unterwegs seid und so viele spannende Erlebnisse teilen könnt, dürft ihr dem aber nichts im Wege stehen. !

Das zwischen euch ist Freundschaft. Schade nur, dass ihr als Seilschaft nicht ganz so gut harmoniert. Vielleicht schafft ihr es, Ziele zu finden, auf die ihr gemeinsam hinarbeiten könnt. Nicht dass am Ende die Freundschaft unter euren Bergaktivitäten leidet! !

Ihr seid zwar eine tolle Seilschaft, aber Freunde seid ihr (noch) eher weniger. Dabei habt ihr schon viel zusammen erlebt. Ihr könntet eure gemeinsamen Erlebnisse bei einem gemütlichen Diabend aufleben lassen – oder lade ihn/sie doch nach der nächsten Tour zum Grillfest ein! !

**MARMOR, STEIN UND EISEN BRICHT ...****FRIENDS 4 EVER?**

Haben Bergfreundschaften ein Verfallsdatum? Oder überstehen sie selbst widrige Umstände? Zwei jugendliche Bergsteiger haben uns Einblick in ihre Bedenken und Hoffnungen gewährt. Schon länger begleitet die Leidenschaft für die Berge Marlen (23) und Jakob (19). Die beiden sind langjährige Mitglieder des DAV und teilen ihr Hobby gern mit ihren Freunden. Marlen hat mehrere Freunde, mit denen sie regelmäßig zum Klettern oder Bergsteigen geht; große Abenteuerlust und absolute Zuverlässigkeit sind für Marlen das tragende Element ihrer Berg-Freundschaften. Jakob dagegen hat vor allem einen besten Kumpel, mit dem er gern beim Highlinen und Klettern unterwegs ist; er schätzt an ihm sein unwahrscheinliches Talent,

ihn zu motivieren, und dass er sich in jeder Situation auf ihn verlassen kann.

Selbst einen ausbildungsbedingten Wohnortwechsel dürften ihre Freundschaften überstehen,



da sind Marlen und Jakob optimistisch. Für Marlen ist dafür insbesondere die Stärke der Freundschaft und die Entfernung des Ausbildungsortes ausschlaggebend; das größte Hindernis ist ihrer Meinung nach, den Kontakt auch im neuen Umfeld aufrechtzuerhalten. Sie hofft aber, dass der Spaß bei einem Wiedersehen in den Bergen noch genauso groß sein werde wie früher. Jakob dagegen hegt ganz und gar keine Zweifel, dass sein Kumpel und er auch noch in ein paar Jahren zusammen unterwegs sein werden. Der beste Beweis: Sein Freund ist gerade für ein Jahr nach Amerika gegangen und trotzdem haben sie sehr guten Kontakt – und freuen sich schon auf ein Wiedersehen in den Bergen!

**INTERVIEW: RAGNA KRÜCKELS, BERGFÜHRERIN**

[Text: Sabine Weigelt, Fotos: Paul Koller]

**„DAS BERGFÜHRERZIMMER KANN SEHR WERTVOLL SEIN.“**

**Sind deine Gäste für dich Freunde oder nur Kunden?**

Es gibt alle Variationen. Es gibt tiefere Begegnungen, aber nicht mit jedem Gast, und sie sind in der Unterzahl. Auch Freundschaften können sich entwickeln, in jeder Bandbreite, etwa mit Stammgästen, die jedes Jahr zu einer Tour kommen, weil man sich gut versteht. Grundsätzlich muss die „Chemie“ stimmen und Vertrauen vorhanden sein.

**Hat sich die Beziehung zu deinen Gästen über die Zeit verändert?**

Nein, ich freue mich nach wie vor auf die Begegnungen mit den Menschen. Wenn ich merke, dass es nicht so gut klappt, bin ich schneller auf einer professionellen Ebene. Einen Unterschied macht auch, ob ich auf einer Eintages-, Wochentour oder sechswöchigen Expedition bin. Wenn ich merke, dass ich mehr Abstand benötige, dann ist ein anderes Zelt oder ein „Bergführerzimmer“ wertvoll.

**Wovon hängt die Bergführer-Gast-Beziehung ab?**

Richtig gut läuft es, wenn der Gast zufrieden ist – was natürlich von seiner Erwartung abhängt. Steht der Gipfel im Vordergrund, kann es gefährlich werden. Oft beeinflussen unausgesprochene Erwartungen die Beziehung auf Tour. Generell hat sich das Verhältnis gewan-

delt: Der Gast braucht heute viel mehr Betreuung und erwartet Transparenz.

**Der Bergführer-Ehrenpräsident Peter Geyer hat gesagt: „Unterwegs sein zu dürfen ist herrlich – unterwegs sein zu müssen, kann oft sehr hart sein!“**

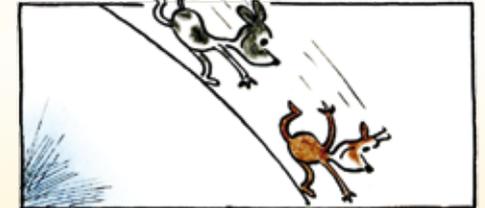
Das stimmt genau so. Wenn du unterwegs bist, weil du es willst, dann ist das herrlich. Wenn aber deine Energie woanders hingehet, etwa zu Kindern oder Familie, dann ist es wirklich hart.



**Ragna Krückels (42)** ist staatlich geprüfte Berg- und Skiführerin – neben ihrer halben Stelle als Lehrerin.



# GÄMSCHEN KLEIN



# „BERGE GEFÄHRDEN IHRE ZIVILFREUNDSCHAFTEN!“

Was klingt wie ein Warnhinweis auf Suchtmitteln im Taschenformat, ist eine schlichte Wahrheit. Wie bei den meisten Menschen hat auch der Tag eines Bergsportlers nur 24 Stunden. Die Wochentage kann man angesichts von Arbeit, Einkäufen und Erledigungen fast vergessen; bleiben noch Wochenenden und Urlaube. Dort das gleiche Bild: 24 Stunden pro Tag. Acht davon verbringen wir schlafend, zwei mit weiteren Grundbedürfnissen, bleiben 14 zur freien Verfügung. Um diese Freizeit konkurrieren dann Partner, Freunde, Haushalt und: die Berge. Wir, ihrer Anziehungskraft hoffnungslos verfallen, neh-

men für wenige Stunden abseits der Zivilisation oft lange Stunden in Autos oder Warteschlangen in Kauf und zwacken die Zeit dafür mehr

## „Berge sind kein normales Suchtmittel.“

oder weniger freiwillig andernorts ab – ein Verhalten, das Mediziner von vielen Abhängigen kennen. Die Süchtigen vernachlässigen Freunde, Familie, Job; rutschen in extreme Milieus, werden kriminell und ... halt! Berge sind kein norma-

les Suchtmittel. Ihr Zeitbedarf ist zwar enorm und das Bergsteiger-Milieu durchaus extrem, aber von krimineller Energie keine Spur – und statt physischem und psychischem Verfall stärken sie Körper und Geist. Sind nicht sogar Berge selbst die besten Freunde überhaupt? Immer da, gute Zuhörer und ungemein vielseitig! Wozu braucht es da noch Zivilfreundschaften?

Wer trotzdem Wert auf Gesellschaft legt, der sollte seinen Freunden zu Hause doch ab und zu etwas Zeit widmen – oder einfach Zivilfreundschaften und Berge verbinden: Freundschaft ist ja zum Glück nicht ortsgebunden.

### BERGKAMERADEN ○○○

