

le des Netzes, mit dem der Kollege arbeitet: Er unterstützt, beobachtet, korrigiert, optimiert.

Die Stufenleiter

Gesprächspartner Humer nennt drei Arten, drei Stufen des Outdoor-Trainings: *Warm-ups*, *Low events* und *High events*. Aufwärm-Module wie die Baumstamm-Übung finden am Boden statt und sind für jeden unproblematisch. Auch *Low events* geben Bodenhaftung und Sicherheit, brauchen aber partnerschaftli-

Unterstützung – etwa der *Trust-fall* – sich fallen lassen im Vertrauen darauf, dass man von der Gruppe aufgefangen wird. *High events* in mindestens fünf Metern Höhe können nur von ausgebildeten Leuten und mit äußerster Vorsicht durchgeführt werden. Humer unterscheidet zwischen standardisierten, kalkulierbaren Übungen auf installierten Anlagen (etwa zum Abseilen) und nicht-standardisierten Events im freien Gelände.

Letztere Ausflüge sind weniger kalkulierbar, den Launen der Natur und Zufällen ausgesetzt



Nach dem Fachgespräch inmitten der Natur: Outdoor-Experte Humer mit Interviewer Freise

und erfordern nicht etwa nur mehr Betreuungsaufwand, sondern – als Voraussetzung – einen höheren Reifegrad des Teams. Erst bei riskanten Unternehmen beginnt der eigentliche Stress. Wo Bedenken und Angst aufkommen oder Tränen fließen, muss ein Profitrainer dies merken, darauf reagieren und bereit sein, eine Übung abzubrechen oder zu vertagen. Für Humer sind nur solche Events akzeptabel, deren Lernfaktor

realitätsnah ist. „Deshalb halte ich überhaupt nichts vom Survival-Training!“

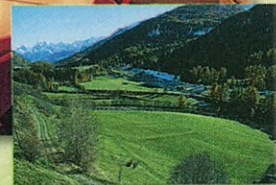
„Für mich ist wichtig, dass eine Gruppe gemeinsame Erfahrungen macht, sie als nützlich er- und anerkennt und sie als Team in ihre betriebliche Praxis umsetzen kann.“ In fortschrittlichen Firmen gehörten zum Team unbedingt auch Handelspartner und Kunden. Einzelpersonen jedoch, die an einem Outdoor-Training teilnehmen, können Gruppenerfahrung hinterher nicht praktisch umsetzen. Für sie wäre das zunächst eine Info-, Impuls- oder eine Schnupper-Ausbildung – und später dann könnte ein wirkliches Outdoor-Training im eigenen Team folgen.

Häufigster Fehler bei Outdoor: Es werde viel zu wenig reflektiert. „Aus meiner Sicht wäre ideal, wenn jedes Outdoor-Training durch einen dritten Mann psychologisch begleitet und ausgewertet werden könnte – der Aufwand lohnte sich.“ Wenigstens sollten Trainer und Outdoor-Partner sich gegenseitig und die Gruppe kritisch beobachten und beurteilen: Was wird ausgelöst, was verändert sich bei der Übung? Wie wird das für alle sichtbar (gemacht)? Nach jedem Training sollte gleich im Anschluss ein Nach-Briefing-Gespräch in der Gruppe stattfinden. Und daraus muss hervorgehen: Was soll *danach* passieren? Humer: „Sonst war die ganze Übung umsonst!“

Eberhard B. Freise

SEMINARE, TAGUNGEN, WORKSHOP'S

- Nur 30 min. Anfahrt vom Zentralraum Linz
- Streßfreies Arbeiten durch perfekte Organisation
- Jederzeit den richtigen Ansprechpartner
- Individuelle Menüplanung ohne Zeitverlust
- Intakte Natur für die Denkpausen
- Kombinationsprogramme Sport & Seminar (Mountainbiking, Golf, Tennis, Erlebniswäldläufe)



HOTELGASTHOF BRUNNWALD

im SEMINARHAUS im Mühlviertel

SEMINARHOTEL
GESUNDHEITSSINSEL
SCHÖNHEITSOASE

A-4190 Bad Leonfelden • Kurhausstraße 20 • Tel: 07213/6385 • Fax: 07213-6738 e-mail: office@brunnwald.at