



Zur Bedeutung von Naturerfahrungen von Kindern in der Stadt

Ulrich Gebhard

Städtischer Freiraum kann als Ausdruck des kulturell und sozial bedingten Naturverständnisses interpretiert werden. Ob und wie viel naturnahe Freiräume sich eine Gesellschaft auch in der Stadt gewissermaßen „leistet“, ist zumindest ein Indikator auch für die Wertschätzung von Natur im Vergleich zu anderen Nutzungsinteressen von Freiflächen. In diesem Vortrag wird die besondere Bedeutung von naturnahen Freiflächen für die Entwicklung von Kindern beleuchtet.

1 Stadtnatur und Kinder

Bereits in den dreißiger Jahren des vergangenen Jahrhunderts hat Martha Muchow die Bedeutung des naturnahen Spielraums, überhaupt des „Nahraums“ vor dem Hintergrund ethnographischer Studien betont. Sie vertrat die Ansicht, „dass man, um sich mit dem Kinde verständigen zu können, nicht nur wissen (muss), wie das Kind in der Welt lebt, sondern man muss auch wissen, in welcher Welt es lebt“ (Muchow 1932, S. 391).

Wir wissen durch eine Vielzahl von sozialwissenschaftlichen Studien, dass sich die Kindheit in den letzten Jahrzehnten dramatisch verändert hat. Einige Stichworte seien in aller Kürze genannt: Die Spielräume von Kindern verlagern sich in den Wohnraum („Verhäuslichung“), die

Orte und v.a. Termine von Kindern sind oft weit voneinander entfernt („Verinselung“), es gibt bereits bei Grundschulkindern einen Terminstress, das Kinderspiel ist reglementiert und kontrolliert. Straßenspiel ist selten geworden und damit geht auch Verlust an Geheimnissen einher.

Angesichts dieser Situation ist der Ruf nach sogenannten „Naturerfahrungsräumen“ in der Stadt nicht erst in letzter Zeit zu vernehmen. Der zentrale Gedanke dabei ist, dass derartige Naturerfahrungsräume für die kindliche Entwicklung ein günstiges Gegengewicht angesichts der „veränderten Kindheit“ darstellen. „Ein Städtischer Naturerfahrungsraum (NERaum) ist eine weitgehend ihrer natürlichen Entwicklung überlassene, mindestens ein Hektar große „wilde“ Fläche im Woh-

numfeld, auf der ältere Kinder und Jugendliche frei – ohne pädagogische Betreuung und ohne Geräte – spielen können“ (Schemel 2009, 80). Wie wir wissen, hat sich dieses Konzept noch nicht in hinreichendem Maße realisieren lassen. In diesem Zusammenhang sind vor allem drei Herausforderungen zu nennen. Erstens müssen dafür geeignete Freiflächen vorhanden sein bzw. bereitgestellt werden. Zweitens werden damit verbundene Risiken in aller Regel überschätzt. Und drittens gibt es zur Frage der Betreuung noch kontroverse Diskussionen – uns zwar sowohl hinsichtlich der Kinder als auch hinsichtlich der Naturerfahrungsräume selbst.

Im Folgenden sollen nun die psychologischen Hintergründe für dieses Freiraumkonzept beleuchtet werden. Damit verbunden ist auch die Frage, wie Kindern die positiven Wirkungen von Naturerfahrungen zur Verfügung gestellt werden können und v.a., ob sie das überhaupt wollen. Denn natürlich soll durch zusätzliche Zeit in der Natur nicht noch zusätzlicher Termindruck und Stress aufgebaut werden.

Als gleichsam vorweggenommenes Resümee seien einleitend vier wesentliche Vorteile von Naturerfahrungsräumen in der Stadt thesenhaft formuliert:

1. Naturnahe Freiräume in der Stadt sind wirken sich in der Tat günstig auf die psychische, soziale und somatische Entwicklung von Kindern aus.

2. Naturnahe Freiräume in der Stadt sind ein Element des Naturschutzes (z.B. Biodiversität).
3. Naturnahe Freiräume in der Stadt sind günstig für das Stadtklima. (z.B. Luftqualität, Lärmsenkung).
4. Naturnahe Freiräume in der Stadt sind auch für Erwachsenen gut.

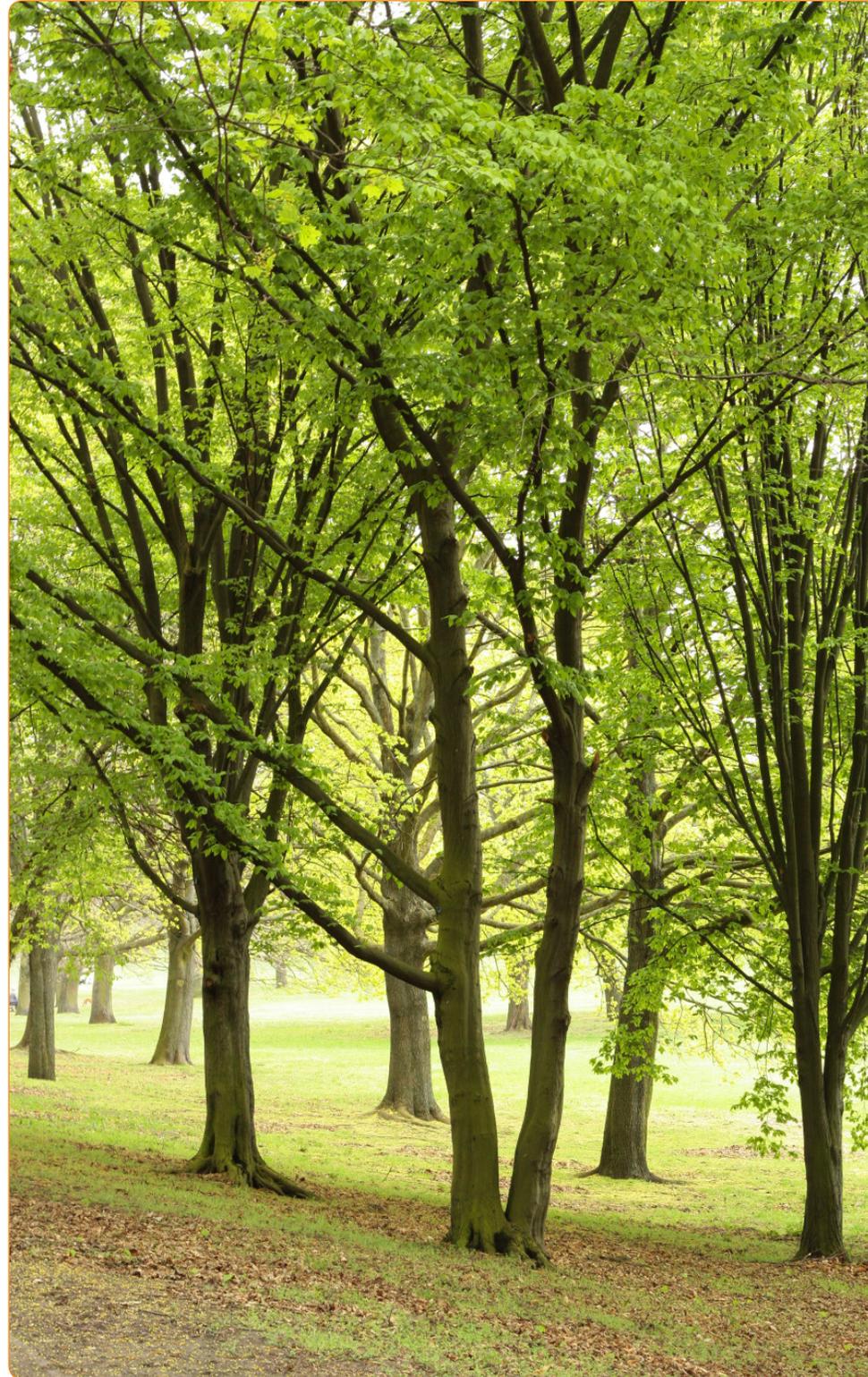
Mit der Etablierung von naturfreien Freiflächen lassen sich also gleichsam vier Fliegen mit einem Streich schlagen, wobei in diesem Artikel v.a. der erste Punkt vertiefend behandelt wird.

2 Was ist an Naturerfahrungen gut für die psychische Entwicklung (von Kindern)?

Es geht hier um die Frage, in welcher Weise äußere Natur nicht nur biologisch-materiell, sondern auch psychisch wirksam ist (s. ausführlich Gebhard 2009). Mitscherlich äußerte bereits in den 60er Jahren die Vermutung, dass eine besondere Entfremdung von „Natur“ - wie in den „unwirtlichen Städten“ - soziale und psychische Defizite hervorrufe und dass das besonders bei der Entwicklung von Kindern sichtbar werde. Danach „braucht“ das Kind seinesgleichen -“nämlich Tiere, überhaupt Elementares, Wasser, Dreck, Gebüsche, Spielraum“ (Mitscherlich 1965, 24). Relativ eindeutig werden hier gleichsam menschliche Grundbedürfnisse behauptet.

Die Frage allerdings, was der Mensch für eine Umwelt braucht, welche Qualität und wieviel

Natur, ist schwierig. Zu sehr hat sich die traditionelle Psychologie auf die Beziehung des Menschen zu anderen Menschen konzentriert. Die Persönlichkeit des Menschen wird so in den meisten psychologischen Schulen als das Ergebnis der Beziehung zu sich selbst und der Beziehung zu anderen Menschen verstanden. In der Persönlichkeitsstruktur verdichten sich danach die Erfahrungen mit sich selbst und den anderen Menschen; die nichtmenschliche Umwelt (also Gegenstände, Pflanzen, Tiere, Natur, Landschaft, Bauten) spielt in einem solchen, gleichsam zweidimensionalen Persönlichkeitsmodell nur eine untergeordnete Rolle. Die Erfahrungen z. B., die Kinder in den ersten Lebensjahren mit vertrauten Bezugspersonen machen, bestimmen wesentlich die Persönlichkeit und auch, mit welcher Tönung und Qualität die Welt wahrgenommen wird. Erikson (1968) hat dafür den Begriff „Urvertrauen“ eingeführt. Die Frage ist nun, ob und in welcher Weise die dingliche und natürliche Umwelt etwas Analoges zu dem, was Erikson „Urvertrauen“ genannt hat, bedingen könnte. Dabei ist auch zu bedenken, dass das menschliche Verhältnis zur Umwelt und zur lebendigen Natur in weiten Teilen unbewusst ist (Gebhard 2013, S. 14ff.; Searles 1960). Welche Bedeutung die Natur für die psychische Entwicklung hat, ist eine grundlegende wissenschaftliche Fragestellung, die die Stellung des Menschen in und zu der Natur auch psychologisch wendet. Außerdem ist dieser Komplex auch von praktischer Bedeutung, auch, aber nicht nur im Hinblick auf die Gesundheit. Die Frage nach „Naturbedürfnissen“ ist z.B. bedeutsam für den Städtebau, die Landschaftsplanung, die Architektur von öffentlichen wie privaten Gebäuden. Sie ist auch bedeutsam für unseren Umgang mit der Natur: Natur- und Landschaftsschutz. Es ist letztlich die Frage, wie sich äußere Natur in der inneren Natur des Menschen repräsentiert und was das für jeweilige Folgen hat. Das erinnert an der Vorstellung A. von Humboldts, der bei der Naturforschung „nicht bei den äußeren Erscheinungen allein verweilen“, sondern die Natur auch so erforschen wollte, „wie sie sich im Inneren der Menschen abspiegelt“.



In zahlreichen Untersuchungen zur Kleinkindentwicklung wird hervorgehoben, wie wichtig eine vielfältige Reizumgebung ist. Neben dem Einfluss auf die Gehirnentwicklung trägt eine reizvielfältige Umwelt dazu bei, psychische Entwicklungsschritte anzuregen und zu fördern. Es ist so, dass eine reizarme und auch eine reizhomogene Umwelt sich in mehrfacher Weise negativ auswirkt. Das Optimum liegt zwischen homogenen, immer gleichen, vertrauten Reizen einerseits und sehr neuen und fremdartigen Reizen andererseits. Eine naturnahe Umgebung, in der sowohl relative Kontinuität als auch ständiger Wandel besteht, ist ein sehr gutes Beispiel für eine derartige Reizumwelt, die eine Mittelstellung zwischen neu und vertraut einnimmt. Eine solche „reizvolle“ Umgebung lädt ein zur Exploration, zur Erkundung, weil sie neu und interessant ist und eben zugleich vertraut. Dem Bedürfnis nach aktiver Orientierung kann man am besten nachgehen in einem Zustand relativer Sicherheit und Geborgenheit. In Großstädten gibt es zunehmend die paradoxe Situation, dass Kinder sowohl zu schwach als auch zu stark gereizt sind. Einerseits fehlt häufig eine reizvolle Spielumwelt, andererseits kann man von einer Überreizung in der Stadt sprechen, die auch häufig zu nervösen Symptomen führt.

Mit Berlyne (1969) könnte man das Kinderspiel in der Natur als „unspezifische Exploration“ bezeichnen, eine Tätigkeit, die die Neuigkeit der Umgebung als Anlass zu explorativer Aktivität nimmt und damit zugleich Sicherheit und Vertrautheit herstellt.

Natürliche Strukturen haben eine Vielzahl von Eigenschaften, die für die psychische Entwicklung gut sind: Die Natur verändert sich ständig und bietet zugleich Kontinuität. Sie ist immer wieder neu (z.B. im Wechsel der Jahreszeiten) und doch bietet sie die Erfahrung von Verlässlichkeit und Sicherheit: Der Baum im Garten überdauert die Zeiläufe der Kindheit und steht so für Kontinuität. Die Vielfalt der Formen, Materialien und Farben regt die Phantasie an, sich mit der Welt und auch mit sich selbst zu befassen. Das Herumstreunen in Wiesen und

Wäldern, in sonst ungenutzten Freiräumen kann Sehnsüchte nach „Wildnis“ und Abenteuer befriedigen. Auch in der Anthropologie geht man davon aus, dass es beim Menschen sowohl einen grundlegenden Wunsch nach Bindung und Vertrautheit als auch ein ebenso grundlegendes Neugierverhalten gibt.

Ein wesentlicher Wert von Naturerfahrungen besteht in der Freiheit, die sie vermitteln (können). „Wir sind so gern in der Natur, weil diese keine Meinung über uns hat“, sagt Nietzsche. So müsste es (nicht nur für Kinder) mehr „freien“ ungeplanten Raum in den Städten geben. Erst relative Freizügigkeit ermöglicht es, sich die Natur wahrhaft anzueignen. Es ereignet sich die Wirkung von Natur nämlich nebenbei. Der Naturraum wird als bedeutsam erlebt, in dem man eigene Bedürfnisse erfüllen, in dem man eigene Phantasien und Träume schweifen lassen kann und der auf diese Weise eine persönliche Bedeutung bekommt. In dieser Hinsicht kann Naturerfahrung auch sinn- und identitätsstiftend sein. Die persönliche, subjek-

tivierende Bedeutung von Natur hat dann etwas mit Wohlbefinden, Glück und sinnhaftem Leben zu tun. Dabei geht es um die symbolische Bedeutung von Natur, in der Erlebnisse in und mit der Natur und deren sinnstiftende Valenz zusammenfließen, ein wichtiger Aspekt von Naturerfahrungen.

3 Naturerfahrung und Gesundheit

Die günstigen Wirkungen von Naturerfahrungen werfen immer häufiger die Frage auf, ob eine Entfremdung von Natur sich in psychischer und somatischer Hinsicht negativ auswirkt, also krank macht. Bei Kindern wird sogar schon von einem „Nature Deficit Syndrom“ (NDS) gesprochen (Louv 2005, Taylor u.a. 2001). Ich verfolge hier die umgekehrte Logik, nämlich dass die Möglichkeit oder geradezu das Angebot von Naturerfahrungen auch ein Beitrag zur Gesundheitserhaltung sein kann. So gibt es seit einiger Zeit nicht nur therapeutische Angebote mit Tieren, sondern auch entsprechende Versuche mit Pflanzen und Gärten.

Das Konzept der „Therapeutischen Landschaften“ (Gebhard/Kistemann 2016) betont dabei v.a. die symbolische und kulturelle Bedeutungserzeugung durch Natur.

Die empirischen Befunde zur belebenden und gesundheitsfördernden Wirkung von Natur sind vielfältig, und Gesundheitsargumente werden bei politischen Entscheidungen im Hinblick auf die Stadt- und Landschaftsplanung immer wichtiger. Naturräume mit Wiesen, Feldern, Bäumen und Wäldern haben eine belebende Wirkung bzw. bewirken eine Erholung von geistiger Müdigkeit und Stress. Der Zusammenhang von Naturerfahrungen und Gesundheit wird häufig mit evolutionären Annahmen in Verbindung gebracht, wonach eine Präferenzierung von naturnahen Umwelten und vor allem entsprechende Wirkungen von Natur auf die seelische und körperliche Befindlichkeit mit biologisch fundierten Dispositionen zusammenhänge („Biophilie“). Nach der „Attention Restoration Theory“ von Kaplan/Kaplan (1989) wirken sich Naturräume deshalb günstig auf die Gesundheit, weil sie einen Abstand zum Alltagsleben bzw. Alltagstrott ermöglichen und weil Naturerfahrungen Aufmerksamkeit provozieren, die nicht anstrengt. Auf die Bedeutung der symbolischen Valenzen unserer Naturbeziehungen werde ich im letzten Abschnitt noch genauer eingehen.

Eine Vielzahl von empirischen Befunden zeigt die günstige Wirkung von Naturerfahrungen für die Gesundheit. Belege gibt es hinsichtlich folgender Aspekte:

Physische Gesundheit

Herzkrankheiten, Diabetes, Rückenbeschwerden, Übergewicht, Blutdruck, Schlaganfall, Motorische Entwicklung bei Kindern, v.a. Grobmotorik

Psychische Gesundheit

Stress, Erholung von geistiger Müdigkeit, kognitive Entwicklung, Konzentration, Induzierung



positiver Gefühle (Freundlichkeit, Interessiertheit, Ruhe, Zufriedenheit), Abbau von Ärger und Frustration, kontemplative Stimmung, Kreativität, Vergessen von Sorgen, bessere Bewältigung von bedeutsamen Lebensaufgaben, Selbstwertgefühl, Symptomminderung von chronischen Aufmerksamkeitsstörungen (ADD)

Soziale Gesundheit

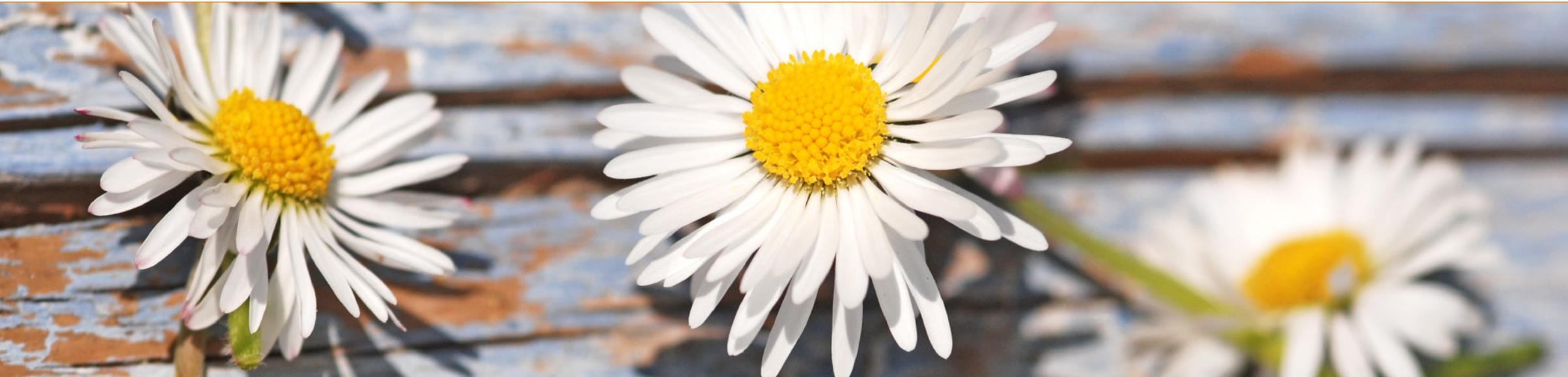
Integration, Förderung der psychosozialen Entwicklung

Vor allem die Natur in der unmittelbaren Wohnumgebung beeinflusst die Gesundheit. Menschen, die in Gegenden mit einem hohen Grünanteil leben, beurteilen ihre physische und mentale Gesundheit höher als Menschen in einer Umgebung mit wenig Grünflächen.

4 Präferenzen von Kindern und Jugendlichen

Angesichts der inzwischen gut belegten Befunde zu den positiven Wirkungen von Naturerfahrungen für Kinder stellt sich angesichts der viel beklagten Medialisierung der modernen Kindheit die Frage, ob Kinder und Jugendliche überhaupt in die Natur gehen wollen. Die Präferenzforschung gibt hier verhältnismäßig klare Antworten: Bei Kindern lässt sich trotz





vieler skeptischer Stimmen durchaus noch ein „Bedürfnis“ nach naturnahen Freiflächen konstatieren (vgl. Stopka/Molitor 2016), bei Jugendlichen eher nicht.

Denn natürlich gibt es wirkungsmächtige Konkurrenz. Bei der Entscheidung zwischen „wirklichen“, sinnlichen Naturerfahrungen und Erfahrungen in virtuellen Welten ist die Natur nicht immer attraktiv. Gmeiner (2003) hat im Auftrag der „Österreichischen Kinderfreude 1123 Kinder im Alter von 6 bis 15 Jahren nach ihren Freizeitvorlieben gefragt. Immerhin 35,1% halten sich danach gern in der Natur auf. Allerdings wird dies noch übertroffen durch Fernsehen (52,2%) und Computer (47,2%).

Die Freiraum-Präferenzen variieren zwischen den Altersgruppen teilweise sehr stark. Balling und Falk (1982) zeigen, dass Jugendliche deutlich geringere Präferenzen als ältere und jüngere Teilnehmer(innen) für naturnahe Freiflächen haben. (vgl. Herzog et al. 2000). Jugendliche haben eine vergleichsweise hohe Vorliebe für urbane Orte (Kaplan & Kaplan 1989). Diese geringere Präferenz für natürliche Umgebungen sowie gleichzeitig eine größere Vorliebe für urbane Strukturen (Kaplan & Kaplan 2002) hängt wahrscheinlich mit pubertätsbedingten psy-

chologischen Entwicklungsaufgaben zusammen und ist deshalb nicht umstandslos als ein Desinteresse an Natur zu interpretieren. Zudem zeigt sich in Längsschnittstudien, dass die Präferenz für naturnahe Flächen im Erwachsenenalter durchaus wieder aktiviert wird. Brämer (2007) zeigt im Jugendreport Natur '06, dass Unternehmungen in der Natur umso unattraktiver sind, je mehr elektronische Medien man besitzt oder sich ihrer bedient. Der Report spricht geradezu von einem zunehmendem „Verschwinden der Natur aus dem alltäglichen Horizont junger Menschen“. Ganz wesentlich liege das am Medienkonsum und an der Reglementierung von Naturerfahrungen. Interessant ist dagegen, dass immerhin 61% den nächsten Wald in fünf Minuten erreichen könnten und 38% dies auch mehrmals die Woche tun. 47% suchen mehrfach die Woche Wiesen und Felder auf, 68% Gärten. Auch nach Befunden von Schuster (2003, N=1133, 13-18 Jahre) spielt Natur im Freizeitverhalten von Jugendlichen nur eine untergeordnete Rolle. Auch Kaplan/Kaplan (2002) registrieren, dass Jugendliche nicht so sehr Naturfreiräume bevorzugen wie Kinder; sie sprechen geradezu von einer „time out“, was die gesuchte Nähe zur Natur angeht. Vielmehr suchen Jugendliche öffentliche Räu-

me auf, in denen sie mit Gleichaltrigen Kontakt haben.

Eine genauere Analyse der Befunde zeigt allerdings, dass Jugendliche durchaus eine Sehnsucht nach Natur haben, diese aber nicht aufsuchen, weil die adoleszenzspezifischen Themen wie Autonomie oder Identität dort scheinbar nicht zu bearbeiten sind. Durch eine entsprechend freizügige Gestaltung von Naturräumen könnte dem u.U. begegnet werden.

Die Vorliebe für naturnahe Landschaften scheint bei jüngeren Kindern (zwischen 6 und 10 Jahren) ausgeprägter zu sein als bei Jugendlichen (Herzog et al. 2000). In einer Kinderbefragung (9-14 Jahre, N=2400) in Nordrhein-Westfalen (LBS-Kinderbarometer 2004) konnte gezeigt werden, welche Wirkungen die Kinder selbst ihren Naturerfahrungen zuschreiben. Zunächst ist bemerkenswert, dass für die meisten Kinder Natur und Umwelt der wichtigste positive Aspekt in ihrer Wohnumgebung ist. Etwa die Hälfte der Kinder halten sich fast täglich in der Natur auf, die Mädchen noch etwas mehr als die Jungen. Mit zunehmendem Alter nimmt das Bedürfnis nach Natur ab. Bei den selbst empfundenen Wirkungen von Naturerfahrungen stehen Spaß (80%), Wohlfühlen

(77%) und Entspannung (76%) deutlich an erster Stelle. Immerhin 70% der Kinder meinen, in der Natur so sein zu können, wie sie sind. Selten (10%) haben die Kinder Angst in der Natur.

Nach der KIM-Studie von 2014 (6-13 Jahre) spielen 39% am liebsten draußen, übertroffen nur vom Bedürfnis, sich mit Freunden zu treffen (53%). Fernsehen (36%), Sport (24 %) und Computer (23 %) rangieren demnach nach den Naturerfahrungen (Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest 2015). 46 % spielen täglich auch draußen.

Nicht nur eine Vorliebe für naturnahe Freiflächen konnte empirisch gezeigt werden, auch entsprechende Wirkungen sind nicht nur plausibel, sondern auch empirisch belegt: Blinkert (1996) konnte z.B. zeigen, dass „Aktionsräume“ in relativ unmittelbarer Wohnumgebung – und das sind ganz wesentlich naturnahe Freiräume – den ansonsten zu konstatierenden Tendenzen zu Medienkonsum, Verhäuslichung und zur organisierten Kindheit zumindest entgegenwirken.

In einer vergleichenden Studie in mehreren süddeutschen Städten (Reidl et al. 2005) konnte der Erlebnis- und Spielwert von Brachflä-

chen bzw. Naturerfahrungsräumen bestätigt werden: In Naturerfahrungsräumen spielen Kinder länger, lieber und auch weniger allein. Ein Bewusstsein für Lieblingsorte und damit Zugehörigkeitsgefühl ist ausgeprägter. Es zeigt sich auch, dass ein wesentliches Motiv hierfür die Unkontrolliertheit und Freizügigkeit ist. Interessanterweise gilt dies für Jungen noch mehr als für Mädchen. Eine qualitative Analyse der Aktionen zeigte zudem, dass das Kinderspiel komplexer, kreativer und selbstbestimmt ist. Diese positive Bedeutung konnte auch in Elternbefragungen bestätigt werden.

5 Naturerfahrung und Naturschutz

Häufig wird mit dem Plädoyer für Naturerfahrungen auch die Hoffnung verbunden, dass Naturerfahrungen und Umweltbewusstsein positiv zusammenhängen. Eine Reihe von empirischen Studien belegen nun in der Tat eine Korrelation von positiven Naturerlebnissen und umwelpfleglichen Einstellungen (z.B. Bögeholz 1999, Kals u.a. 1998, Lude 2001). Auch die Befunde im Umkreis der sogenannten „significant life experiences“ aus den USA, Australien, Großbritannien weisen in diese Richtung. In der Tendenz zeigt sich, dass Naturerfahrungen in der Kindheit einer der wichtigsten Anregungsfaktoren für späteres Engagement für Umwelt- und Naturschutz sind.

Der zentrale Gedanke dabei ist, dass unser Gefühl für die Natur eher von positiven Erlebnissen und von Intuitionen als von rationalen Argumenten geprägt wird. So ist es folgerichtig, in der Naturschutzdebatte die erlebnisbezogene und intuitive Ebene wieder salonfähig zu machen. Im Anschluss an v.a. Haidt (2001) gehe ich davon aus, dass Naturerlebnisse vor allem und primär die Intuition beeinflussen und erst im zweiten Schritt bzw. nachträglich und nicht notwendig die Reflexion (Gebhard 2016a).

Bisherige eher rationalistische Ansätze in der Moralphysik gehen mit Piaget und Kohlberg davon aus, dass der Mensch zu moralischem Wissen und moralischem Urteilen

primär durch einen Prozess des rationalen Denkens gelangt. In neueren intuitionistischen Ansätzen wird dagegen angenommen, dass zunächst eine moralische Intuition vorhanden ist und diese das moralische Urteil verursacht. Das rationale Denken findet überwiegend nach dem intuitiven Urteil, also als post hoc Rechtfertigung statt. Naturerlebnisse werden also, betrachtet man sie vor dem Hintergrund des sozialintuitionistischen Modells, in der Tat eine Funktion im Hinblick auf das Umweltbewusstsein haben. Bei meinen Überlegungen zur Bedeutung von Naturerfahrungen in der seelischen Entwicklung ist dies jedoch nicht der zentrale Punkt. Im Gegenteil: Mir geht es in meiner Argumentation eher darum, dass wir davon ausgehen können, dass Naturerfahrungen einfach gut tun und nicht weil wir die Menschen damit moralisieren wollen.

6 Natur als salutogenetischer Faktor

Für den Philosophen Martin Seel wird die Erfahrung des Naturschönen zu einer mehr oder weniger wesentlichen Bedingung des Gelingens eines „guten Lebens“. *„Die Gegenwart des Naturschönen ist in diesem Sinn unmittelbar und mittelbar gut, ihre Erfahrung also eine positive existentielle Erfahrung“* (Seel 1991, 303). Naturerfahrungen sind insofern ein Element eines Lebens, das etwas mit Wohlbefinden und Lebensqualität, eben mit einem guten Leben zu tun hat. Insgesamt lässt sich vor dem Hintergrund der zusammengetragenen Befunde sagen, dass die Erfahrung von Natur zwar nicht Gesundheit determiniert, aber eine Ressource für Gesundheit ist sie allemal (Maller u.a. 2006). Aus salutogenetischer Sicht (Antonovsky 1997) könnte man Natur und Landschaft als einen wirksamen Faktor betrachten, der uns in der Polarität zwischen Gesundheit und Krankheit in Richtung des Gesundheitspols orientiert. Durch diese salutogenetische Perspektive auf das Naturerleben gewinnen die symbolischen Bedeutungen von Natur ein besonderes Gewicht.

Die „Natur“ stellt sozusagen einen Symbolvorrat dar, die dem Menschen für Selbst- und Weltdeutungen zur Verfügung steht. Diese symbolische Dimension unserer Naturbeziehungen ist für den Menschen als „animal symbolicum“ (Cassirer 1969) nicht unbedeutend, ist es doch gerade der symbolische Weltzugang, der es uns gestattet, unser Leben als ein sinnvolles zu interpretieren (Gebhard 2005). Im Kern ist das die romantische Idee, die ich eingangs erwähnt habe. Der Begriff der „therapeutischen Landschaften“ zielt insofern auch nicht nur auf die physischen Attribute von Natur und Landschaft, sondern v.a. auf deren symbolische und kulturelle Bedeutung.

Im Verhältnis des Menschen zur äußeren Natur wird nämlich stets auch sein Verhältnis zu sich selbst sichtbar bzw. aktualisiert. Die Erfahrungen, die wir in und mit der Natur machen, sind auch Erfahrungen mit uns selbst – nicht nur, weil wir es sind, die diese Erfahrungen machen (das wäre trivial) – sondern weil Naturerfahrungen und Naturphänomene Anlässe sind, uns auf uns selbst zu beziehen. Die Natur wird so – wie Caspar David Friedrich es sagt – zur „Membran subjektiver Erfahrungen und Leiden“.

Sowohl in der philosophischen Symboltheorie als auch in der empirischen Psychotherapieforschung (Buchholz 1996) wird angenommen, dass Symbole die Funktion haben, Sinnstrukturen zu konstituieren. Danach gibt es einen Zusammenhang von psychischer Gesundheit und dem Reichtum an symbolischen Bildern. Natursymbole spielen dabei eine nicht unerhebliche Rolle (Gebhard 2016b).

Victor von Weizsäcker hat bereits im Jahre 1930 Gesundheit folgendermaßen definiert: *„Die Gesundheit eines Menschen ist eben nicht ein Kapital, das man aufzehren kann, sondern sie ist überhaupt nur dort vorhanden, wo sie in jedem Augenblick des Lebens erzeugt wird. Wird sie nicht erzeugt, dann ist der Mensch bereits krank.“* Die Frage in unserem Zusammenhang wäre dann, ob Naturerfahrung ein Faktor sein könnte, der bei der Erzeugung von Gesund-



heit wirksam ist. Im Rahmen des Konzepts der Salutogenese (Antonovsky 1997) wäre diese Frage auch einer empirischen Erforschung zugänglich. Antonovsky geht davon aus, dass Gesundheit und Krankheit keine puren Entgegensetzungen sind. Menschen bewegen sich danach stets in einem Kontinuum zwischen den Polen Gesundheit und Krankheit. Wo wir uns hier befinden, wird wesentlich durch das sogenannte Kohärenzgefühl gesteuert. Es drückt die subjektive Überzeugung aus, dass das Leben verständlich, beeinflussbar und bedeutungsvoll ist.

Je stärker das Kohärenzgefühl ausgeprägt ist, desto besser sind die Chancen für das Subjekt, sich in Richtung des Gesundheitspols zu bewegen. In unserem Zusammenhang ist die These nicht unplausibel, dass das Kohärenzgefühl

durch Naturerfahrungen, durch Aufenthalte in der freien Natur, beim Wandern, im Garten, im Kontakt mit Tieren zu unterstützen ist und damit die Möglichkeiten stärkt, die uns in Richtung des Gesundheitspols wandern lassen.

Natur eignet sich offenbar dazu, innere Seelenzustände in äußeren Gegenständen zu symbolisieren. Das gilt z. T. auch umgekehrt: Das Erleben von äußerer „heiler“ Natur kann eben heilsam auch für die innere Natur sein. So kann eine naturnahe und zugleich symbolisch bedeutungsvolle Umwelt dazu beitragen, das besagte Kohärenzgefühl zu stärken. Eine solche naturnahe Umwelt hat zudem den Vorteil, dass sie relativ unerschöpflich ist und damit immer wieder zum Symbol eines geglückten, eines guten Lebens werden kann.

Quellen / Literatur

- Antonovsky, A. (1997): Salutogenese: Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen.
- Balling, J.D., Falk, J.H. (1982): Development of Visual Preference For Natural Environments. - In: Environment and Behavior 14, 1, S. 5 – 28.
- Berlyne, D.E. (1958): The influence of complexity and novelty in visual figures on orienting responses. - In: J. of Experimental Psychology 55, S. 289 – 296.
- Blinkert, B. (1996): Aktionsräume von Kindern in der Stadt. – In: FIFAS Schriftenreihe Bd. 2, Centaurus Pfaffenweiler.
- Bögeholz, S. (1999): Qualitäten primärer Naturerfahrung und ihr Zusammenhang mit Umweltwissen und Umwelthandeln. Opladen.
- Braun, A. (2000): Wahrnehmung von Wald und Natur. Opladen.
- Buchholz, M.B. (1996): Metaphern der Kur. Eine qualitative Studie zum psychotherapeutischen Prozeß. Opladen.
- Cassirer, E. (1969): Wesen und Wirkung des Symbolbegriffs. Darmstadt.
- Gebhard, U. (2005): Naturverhältnis und Selbstverhältnis. - In: Scheidewege 35, S. 243-267.
- Gebhard, U. (2013): Kind und Natur. Die Bedeutung der Natur für die psychische Entwicklung. (4. überarb. & erw. Aufl.). Wiesbaden: Springer-Verlag.
- Gebhard, U. (2014): 'Wie viel 'Natur' braucht der Mensch? 'Natur' als Erfahrungsraum und Sinninstanz. In Hartung, Gerald/Kirchhoff, Thomas (Hg.): Welche Natur brauchen wir? Analyse einer anthropologischen Grundproblematik des 21. Jahrhunderts (S. 249-274). Freiburg: Alber.
- Gebhard, U. (2016a): Intuition und Reflexion. Der Ansatz Alltagsphantasien. – In: U. Eser (Hrsg.): Jenseits von Belehrung und Bekehrung: Wie kann Kommunikation über Ethik im Naturschutz gelingen? (S. 84-97). – In: BfN-Skripten, Bonn – Bad Godesberg 2016.
- Gebhard, U. (2016b): Natur und Landschaft als Symbolisierungsanlass. – In: U. Gebhard, & T. Kistemann (Hrsg.): Landschaft – Identität – Gesundheit. Zum Konzept der Therapeutischen Landschaften (S. 151-168). Wiesbaden: Springer VS.
- Gebhard, U. & Kistemann, T. (2016): Therapeutische Landschaften. Gesundheit, Nachhaltigkeit, „gutes Leben“. – In: U. Gebhard, & T. Kistemann (Hrsg.): Landschaft – Identität – Gesundheit. Zum Konzept der Therapeutischen Landschaften (S. 1-17). Wiesbaden: Springer VS.
- Gmeiner, M. (2003): Kinder an die Macht. Ängste, Sorgen, Perspektiven der Kinder 2003. – In: Österreichische Kinderfreude, Wien.
- Haidt, J. (2001): The emotional dog and its rational tail: A social intuitionist approach to moral judgement. – In: Psychological Review, 108, S. 814-834.
- Herzog, T.R., Herbert, E.J., Kaplan, R., Crooks, C.L. (2000): Cultural and developmental comparisons of landscape perceptions and preferences. - In: Environment and Behavior 32, 2000, S. 323 – 346.
- Kals, E., Schumacher, D., Montada, L. (1998): Naturerfahrungen, Verbundenheit mit der Natur und ökologische Verantwortung als Determinanten naturschützenden Verhaltens. - In: Z. für Sozialpsychologie 29, S. 5 – 19.

- Kant, I. (1977): Kritik der Urteilskraft (Werkausgabe Band X) Frankfurt/M.
- Kaplan, R., und Kaplan, S. (1989): The Experience of Nature: a psychological perspective. Cambridge.
- Kaplan, R., Kaplan, S. (2002): Adolescents and the natural Environment: ATime out? - In: Kahn, P. H., Kellert, Jr., Kellert, S. R.: Children and Nature. Psychological, Sociocultural, and Evolutionary Investigations. Cambridge, London 2002, S. 227-258.
- LBS- Initiative Junge Familie (2005): Das LBS-Kinderbarometer. Münster.
- Louv, R. (2005): Last Child in the Woods: Saving Our Children from Nature-Deficit Disorder. Chapel Hill.
- Lude, A. (2001): Naturerfahrung und Naturschutzbewusstsein. Eine empirische Studie. Innsbruck, Wien, München.
- Maller, C., Townsend, M., Pryor, A., Brown, P., Leger, L.St. (2006): Healthy nature healthy people: 'contact with nature' as an upstream health promotion intervention for populations. - In: Health Promotion International 21, 1, S. 45 – 54.
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (2015). KIM-Studie 2014. Kinder und Medien. Computer und Internet. Basisuntersuchung zum Medienumgang 6- bis 13-jähriger in Deutschland. Stuttgart: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest.
- Mitscherlich, A. (1965): Die Unwirtlichkeit unserer Städte. Frankfurt/M.
- Muchow, M. (1931): Das kindliche Spiel und die Organisation des Spiels im Kindergarten unter psychologischen Gesichtspunkten betrachtet. - In: Kindergarten 73, S. 588ff.
- Reidl, K., Schemel, H.-J. (2005): Naturerfahrungsräume im besiedelten Bereich. – In: Nürtinger Hochschulschriften 24.
- Schemel, Hans Joachim (2009): Kinder und Natur in der Stadt – der Zusammenhang von wildem Bewuchs und freiem Spiel in Naturerfahrungsräumen. - In: Kammerer, Bernd (Hrsg.): Spielen in der Stadt. Spielplatzplanung - Instrumente und Strategien für eine kinderfreundliche Stadt. Nürnberg: emwe-Verlag, 71-94.
- Schuster, K. (2003): Lebensstil und Akzeptanz von Naturschutz. Heidelberg.
- Searles, H.F. (1960): The nonhuman environment in normal development and schizophrenia. New York.
- Seel, M. (1991): Eine Ästhetik der Natur. Frankfurt.
- Stopka, I., Molitor, H. (2016): Natur und Kinder in der Stadt. Chancen und Herausforderungen für die Etablierung von Naturerfahrungsräumen im öffentlichen Freiraum. - In: Natur und Landschaft (7), 322-328.
- Taylor, A.F., Kuo, F.E., Sullivan, W.C. (2001): Coping with ADD. The surprising connection to green play settings. – In: Environment and Behavior 33, 1, S. 54 - 77.

Anschrift des Autors

Prof. Dr. Ulrich Gebhard
ulrich.gebhard@uni-hamburg.de

Universität Hamburg
Von-Melle-Park 8
20146 Hamburg

