

Wald – ein Wohlfühl(t)raum

Ein Essay

MICHAEL SUDA UND ANIKA GAGGERMEIER

O Täler weit, o Höhen,
o schöner, grüner Wald,
du meiner Lust und Wehen
andächt'ger Aufenthalt.
Da draußen, stets betrogen,
saust die geschäft'ge Welt:
Schlag noch einmal die Bogen
um mich, du grünes Zelt;
Schlag noch einmal die Bogen
um mich, du grünes Zelt.

Joseph von Eichendorff

Wald ist alles andere als eindeutig definiert. Für die einen ist er ein Wirtschaftsobjekt, für die anderen das Sinnbild unberührter Natur, für wieder andere ist er ein Rückzugsraum für Erholung und Selbstfindung. Zwischen diesen Polen finden wir ausgesprochen unterschiedliche Vorstellungen darüber, was Wald ist oder sein soll. In den letzten 100 Jahren haben sich eine Reihe von Interessengruppen gebildet, die ihre Anforderungen an den Wald und seine Bewirtschaftung mehr oder weniger lautstark in die politischen Prozesse einfließen lassen. Eine große, bislang auf der politischen Bühne kaum sichtbare Gruppe sind »Waldbesucher*innen«. Sie nutzen das »grüne Zelt« im Sinne von Joseph von Eichendorff als eine Gegenwelt zum hektischen Alltag. Diese Gruppe ist jedoch nicht homogen: Sportler*innen, Familien, Spaziergänger*innen, Geocacher*innen, Waldbader*innen, Therapeuten*innen – eine Vielzahl von Menschen, die aufgrund ihrer unterschied-

Wald – ein Wohlfühl(t)raum

lichen Ansprüche keinen einheitlichen Anforderungskatalog an den Wald und seine Bewirtschaftung stellen.

Dieser Beitrag soll helfen, die diverse Gruppe der »Waldbesucher*innen« besser kennenzulernen. Seit fast 20 Jahren beschäftigen wir uns am Lehrstuhl für Wald- und Umweltpolitik der Technischen Universität München (TUM) mit der Wahrnehmung des Waldes und seiner Bedeutung aus Sicht gesellschaftlicher Gruppen. Wir haben mit vielen Waldbesucher*innen auf unterschiedliche Art und Weise gesprochen: im Wald, in Städten, im persönlichen Interview, schriftlich, telefonisch, online oder auch in Form von Gruppendiskussionen. Kennzeichen unserer Fragen ist durchgehend, dass unsere Gesprächspartner*innen in ihrer eigenen Sprache antworten können. Es geht uns also nicht darum, die Menschen in vorgefertigte Kategorien (z.B. ja/nein oder stimme zu/stimme nicht zu) zu zwingen, sondern sie anzuregen, frei über ihre Eindrücke und Erlebnisse zu berichten.

Wir laden Sie nun ein, sich mit uns auf eine Reise in die Gefühls- und Gedankenwelt der Waldbesucher*innen zu begeben. Auf unserem gemeinsamen Weg werden wir Antworten auf folgende Fragen finden:

- ♦ Verändert sich etwas für Menschen, wenn sie im Wald sind, und was bewirkt diese Veränderungen?
- ♦ Warum gehen Menschen in den Wald? Welche Erinnerungen und Assoziationen bleiben vom Waldbesuch?
- ♦ Gibt es einen Unterschied zwischen den Assoziationsbildern aus der medialen Berichterstattung und dem eigenen Walderleben?
- ♦ Welchen Einfluss hat die Coronapandemie auf Waldbesuche?
- ♦ Wie sieht der Lieblingswaldort aus?
- ♦ Und sind Menschen im Wald überhaupt auf der »Suche«?

Der Wald und seine Wirkungen auf die Menschen

Das Besondere des Waldraumes wird deutlich, wenn wir die unterschiedlichen Besucher*innen des Waldes (zum Beispiel Radfahrer*innen, Läufer*innen, Spaziergänger*innen) danach fragen, was sich während eines Waldaufenthaltes »in ihnen tut«. Die Antworten der Befragten verdeutlichen die tiefgreifende emotionale Bindung zum Wald. Sie beschreiben Aspekte des Abschaltens und Zurücklassens (»alltägliche Probleme werden kleiner«, »totale Entspannung«, »Eintauchen in eine andere Welt«) und einen Zustand der Balance (»innerer Frieden«, »Seele bau-

Michael Suda und Anika Gaggermeier

men lassen«, »öffnet mir das Herz«). Es werden Sinneseindrücke genannt (»liebe es, Vögel zu hören«, »Gerüche aufnehmen«). Außerdem beschreiben Menschen ihre tiefen Gefühle (»pures Glück«, »fühle Demut«, »Heimatgefühl«, »fühle meine Mitte«). Der Wald ist ein Raum, der zu einer subjektiv positiven Veränderung des psychischen und physischen Allgemeinzustands seiner Besucher*innen führt.

Die von den Waldbesuchern*innen beschriebenen positiven Wirkungen des Waldes sind Teil einer aktuellen Diskussion zum Thema »Wald und Gesundheit«. Medien und Kongresse widmen sich diesem Themenfeld, zahlreiche Autoren*innen haben Bücher verfasst, und neue Ausbildungskurse haben sich etabliert. Trotz einer Vielzahl internationaler medizinischer Studien sind die Wirkmechanismen der messbaren Effekte eines Waldaufenthalts wie zum Beispiel Stressreduktion, Stärkung des Immunsystems, Blutdrucksenkung nicht abschließend geklärt. Offensichtlich handelt es sich um eine komplexe Verbindung von physiologischen und psychologischen Faktoren.

In unseren Studien haben wir unter anderem Heilpraktiker*innen der Psychotherapie, Naturcoaches und Waldbademeister*innen als Praktiker*innen befragt. Uns interessierte besonders, welche gesundheitlichen Effekte der Wald ihrer Meinung nach auf ihre Klienten*innen hat und warum dies so ist.

Die meisten Befragten nennen ganzheitliche Effekte, die sowohl auf die Psyche als auch den Körper wirken (Erholung, Entspannung, Stressreduktion, Abschalten, Herunterfahren und Beruhigung). Wahrgenommene psychische Effekte sind zum Beispiel, dass die Klienten*innen sich im Wald geborgen fühlen und zu sich selbst finden. Die physischen Effekte, über die die Trainer*innen und Therapeuten*innen berichten, entsprechen weitgehend den medizinischen Erkenntnissen.

Wenn Praktiker*innen von negativen gesundheitlichen Effekten berichten, handelt es sich um Ängste, die der Wald auslösen kann. An und mit diesen Gefühlen wird vor allem psychotherapeutisch gearbeitet. Im Wald werden vor allem Traumapatienten*innen als Teil der Therapie mit ihren Ängsten konfrontiert.

»Wald tut gut« – worauf führen die Trainer*innen und Therapeut*innen diesen Effekt zurück? Aus Sicht der Befragten ist der Wald ein besonderer Raum, der den meisten Menschen das Gefühl von Schutz und Geborgenheit vermittelt. Er hat eine Atmosphäre, in die Menschen sowohl spirituell als auch physisch eintauchen können. Die Vielfalt der Sinneswahrnehmungen, das Licht, die Geräusche und der Duft (Terpene) prägen die Umgebung. Das besondere Klima, die Kühle im Sommer sind in diesem Raum positiv erlebbar. Zwischen den Menschen und den Wäldern besteht also eine enge Beziehung. Der Wald ist eine Art Wohl-

Wald – ein Wohlfühl(t)raum

fühlraum. Die Befragten beschreiben vielfältige Wirkungen auf Körper, Geist und Seele. Die Distanzierung vom Alltag mit seinen Belastungen ist ein zentrales Element des Erholungsvorgangs. Dabei ist ungeklärt, ob diese Wirkungen vom Distanzierungsprozess, also der Abwesenheit von Alltagsbelastungen, oder durch den Wald an sich hervorgerufen werden. Die Berge und das Meer bieten ähnliche Räume der Entspannung. Der Wald jedoch hat den Vorteil, dass es ihn fast überall in der Nähe gibt.

Erinnerungen und Assoziationen vom Waldbesuch

Bisher haben wir uns mit den Veränderungen beschäftigt, die Menschen spüren, wenn sie sich im Wald aufhalten. Nun wenden wir uns den Assoziationen zu, die den Waldbesucher*innen in Erinnerung bleiben. Diese sind fast durchweg positiv, kreisen um zwei zentrale Elemente: Erholung sowie Wald und Natur. Die Befragten erinnern sich an einen zentralen Effekt im Wald, den wir unter dem Begriff »Erholung« zusammenfassen. Besucher*innen regenerieren sich durch Aktivitäten, allen voran das Spaziergehen, und fühlen sich im Wald entspannt. Gleichzeitig beschreiben sie das Erleben von Wald und Natur mit allen Sinnen. Betont werden vor allem das Hören und das Riechen, weniger das Sehen. Der Wald öffnet somit die Sinne, die im Alltag durch Lärm und Hektik in den Hintergrund geraten. Die Antworten zeigen, dass die Menschen Abwechslung im Wald wünschen. Monotonie wird als negativ empfunden. Dicke und dünne, große und kleine Bäume, Geschlossenheit und Ausblick, das Farbenspiel der Jahreszeiten werden positiv hervorgehoben. Nur wenige der genannten Erinnerungen sind negativ aufgeladen.

Fragt man explizit nach negativen Erinnerungen und Situationen im Wald, entsteht das typische Bild, bei dem die störende Wahrnehmung von Müll im Vordergrund steht. Aufgrund der Tatsache, dass in den deutschen Wäldern der Müll im Wald objektiv kein »großes« Problem darstellt, kann in dieser intensiv negativen Wahrnehmung ein anderer Aspekt vermutet werden. Durch den Begriff »Müll« bringen die Befragten zum Ausdruck, dass Spuren der Zivilisation im Wald unerwünscht sind. Offensichtlich üben bereits kleine Müllmengen (Zigarettenkippen, Kaugummipapier, Getränkedosen, Hundekot und inzwischen auch der Mund-Nasen-Schutz) einen starken negativen Reiz aus. Regelmäßige Konflikte entstehen auch zwischen Waldbesucher*innen, die unterschiedliche Erholungsaktivitäten in verschiedenen Geschwindigkeiten ausüben. Vor allem stören freilaufende

Michael Suda und Anika Gaggermeier

Hunde und wenig Rücksicht nehmende Radfahrer*innen. Die Holznutzung spielt dagegen eine untergeordnete Rolle. Es sind vor allem zerfahrene Wege, tiefe Spuren von Holzernemaschinen oder drastische Änderungen in den Waldbildern, die den Menschen auffallen. Wegesperrungen, die dazu zwingen, vom gewohnten Weg abzuweichen, werden ebenfalls negativ gesehen. Es sei nochmals betont, dass diese Assoziationen durch die stark lenkende Frage erzeugt werden und somit nicht den spontanen Erinnerungen an einen Waldbesuch entsprechen.

Lassen Sie uns festhalten: Die Erinnerungen an den Waldbesuch sind in der Regel äußerst positiv. Auch hier zeigt sich, dass der Wald als Wohlfühlraum wertgeschätzt wird. Die möglichen negativen Aspekte eines Waldbesuchs verblässen meist recht schnell und spielen in der Erinnerung eine untergeordnete Rolle.

Das mediale und das persönliche Waldbild

Als Nächstes widmen wir uns der Frage, ob es einen Unterschied zwischen den aus medialer Berichterstattung gewonnenen Assoziationsbildern und dem eigenen Walderleben gibt. Fragt man Menschen nach ihren Erinnerungen an Medienberichte über den Wald, entsteht im Kopf der Befragten ein wahres »Horrorzenario« oder »Kettensägenmassaker«. Der Wald ist in Gefahr, und im Mittelpunkt der gesellschaftlichen Gefühlswelt steht eine tiefe Sorge um den Wald. Das Waldsterben hat sich fest im kollektiven Gedächtnis verankert. Aktuelle Bilder von abgestorbenen Wäldern in Zeiten des Klimawandels knüpfen an die alten, tief verankerten gesellschaftlichen Ängste um den Wald an. Wirtschaftlich motivierte Einzelinteressen werden mit den negativen Begriffen »Abholzung«, »Zerstörung« und »Vernichtung« in Zusammenhang gebracht. Nur ein kleiner Teil erinnert sich an positive Botschaften aus den Medien. Der Wald ist Symbol der gefährdeten (Rest)Natur, die es zu schützen gilt. Die Bürger*innen erwarten »schlechte Nachrichten« über den Wald in den Medien.

In den Wahrnehmungen, Einstellungen und Bewertungen von Waldbesucher*innen treffen wir also auf zwei sehr unterschiedliche Vorstellungswelten. Aus der medialen Welt wird überwiegend ein Bild der Gefährdung und der Vernichtung konstruiert, dagegen steht die positive Erinnerung an den letzten Waldbesuch. Erstaunlicherweise existieren beide Gedankenwelten weitgehend widerspruchsfrei nebeneinander. Die Dissonanz zwischen der medial vermittelten Gefährdung des Waldes sowie dem eigenen positiven Walderlebnis wird vermieden. Dies gelingt durch eine Übertragung der Verantwortung an vertrauenswürdige Institutionen

Wald – ein Wohlfühl(t)raum

und Personen, die dem Schutz des Waldes verpflichtet sind. Sie verstehen und teilen die Sorgen der Menschen und kümmern sich um die negativen Entwicklungen im Wald im eigenen Umfeld. Diese Institutionen waren für lange Zeit Förster, deren Idealbild durch den Förster Rombach aus dem Forsthaus Falkenau verkörpert wurde.

Betrachtet man die gegenwärtigen gesamtgesellschaftlichen Auseinandersetzungen um den Wald, tauchen neue und andere Institutionen auf, die in die Rolle des »Kümmerers« schlüpfen und Förster*innen an den Rand der Wahrnehmung drängen wollen. Dies sind sowohl Vertreter*innen der politischen Exekutive, Nichtregierungsorganisationen (NGOs) als auch Bürgerinitiativen, die alle dem Gemeinwohl dienen (wollen), oft jedoch Einzelinteressen am Wald vertreten. Diese Entwicklung könnte dazu führen, dass die unterschiedlichen Institutionen, die sich für den Wald verantwortlich fühlen, versuchen, auch die Waldbesucher*innen für ihre Interessen zu instrumentalisieren. In der politischen Auseinandersetzung, zum Beispiel um die Ausweisung eines Nationalparks oder um Kahlschläge, werden die Waldbesucher*innen von den oben genannten Gruppen für die Legitimation ihrer Entscheidungen und Interessen herangezogen. Dies erfolgt zum Beispiel durch gezielte, teilweise manipulative Befragungen von Waldbesuchern, die die eigenen Ziele bestätigen sollen. Der Waldbesuch dient nun nicht mehr nur der eigenen Entspannung, sondern ist auch ein politisches Statement.

Der Wald in Zeiten von Corona

Menschen, die sich regelmäßig im Wald aufhalten, wird seit Corona etwas aufgefallen sein. Seit dem ersten Lockdown sind deutlich mehr Menschen im Wald unterwegs. Was bedeutet der Wald in solchen schwierigen Zeiten?

Im Frühjahr 2020, also während der Zeit der Corona-Kontaktbeschränkungen, haben wir Schilder am Waldrand in Freising, Augsburg, Bamberg, im Vogelsberg und an anderen Orten aufgehängt und mithilfe eines QR-Codes auf einen Onlinefragebogen hingewiesen und um Antworten gebeten, welche Bedeutung der Wald für die Waldbesucher gerade in dieser Ausnahmesituation hat. Auf die Frage nach der veränderten Häufigkeit von Waldbesuchen während der ersten Welle der Coronapandemie zeigt sich ein deutlicher Anstieg von fast 40 Prozent. Unsere Befragten gaben an, dass sie jetzt statt drei- nun viermal pro Woche in den Wald gehen. Nur ein sehr geringer Anteil der Befragten (zwei Prozent) gab an, seit Corona seltener in den Wald zu gehen.

Michael Suda und Anika Gaggermeier

In einer weiteren Frage konnten die Teilnehmenden drei Motive für den Waldbesuch nach ihrer Wichtigkeit bewerten. Geht es darum, a) das Wohnumfeld zu verlassen, b) in der Natur zu sein oder darum, c) abzuschalten? Die Ergebnisse verdeutlichen, dass in erster Linie der Aufenthalt in der Natur und das Abschalten im Vordergrund stehen und weniger das Ziel, das häusliche Lockdownlager zu verlassen. Der Waldbesuch ist also weniger eine Notlösung als vielmehr ein bewusst gewählter Rückzugsort während der Coronazeit. Die quantitativen Analysen lassen den Schluss zu, dass während der Coronapandemie die Bedeutung des Waldes als Erholungsraum für die Menschen wesentlich gestiegen ist.

Begeben wir uns auf die Suche, welche Bedeutung der Wald für die Waldbesucher in Zeiten von Corona hat, ergibt sich eine spannende Frage. Entfliehen die Menschen dem häuslichen Lockdown, oder werden sie vom Wald förmlich angezogen? Die Antworten zeichnen hier ein zweideutiges Bild: Das Rauskommen, die Flucht, die Abwechslung, also das Bedürfnis, Abstand zu gewinnen, spielen jedoch eine deutlich geringere Rolle als der Rückzug und die Zuflucht in den Wald. Dieser Rückzugsort liegt in der Natur, ist schön und wird als Oase beschrieben. Auch finden wir Hinweise, dass im Wald »noch« Freiheit herrscht, also andere Regeln gelten. Auch wenn beide Motivdimensionen sicherlich Überschneidungen aufweisen, zeigt sich doch, dass die wahrgenommene Anziehungskraft des Waldes offensichtlich stärker ist als die »Schubkraft der vier Wände«. Auch während der Coronazeit ist das dominierende Element in der Gedankenwelt der Waldbesucher die Regeneration. Wald ist ein Ort der Erholung, der Entspannung und Bewegung. Man kann dort Kraft tanken. Eng verknüpft mit diesen Aspekten sind Vorstellungen über den Wald als eine Quelle der inneren Ruhe. Die Stille schafft eine Atmosphäre, in der man die Seele baumeln lassen kann. Die Luft ist gut, die Sinne werden angeregt, und man kann durchatmen. Wald tut gut.

Der Lieblingsort: mehr als ein Indikator

Die Waldbesucher*innen wurden von uns während des ersten Lockdowns zusätzlich gefragt, was ihre Lieblingsorte bei ihrem letzten Waldbesuch waren. Bei einer Onlineumfrage können wir nicht erwarten, dass eine innige Beziehung zwischen dem Waldbesucher und dem Ort beschrieben wird. Es sind vielmehr Ortsnamen oder einzelne Begriffe, die dann in der Summe doch Aufschluss geben, wie diese sicherlich individuellen Orte in der kollektiven Wahrnehmung und Erinnerung aussehen.

Wald – ein Wohlfühl(t)raum

Die von den Befragten genannten Lieblingsorte zeichnen sich durch folgende Aspekte aus:

- ♦ *Wasser* ist ein tragendes Element, öfter fließend und rauschend (Bach, Fluss) als stehend und ruhig (See, Tümpel, Weiher).
- ♦ Durch den Wald führen *Wege und Pfade*. Damit beschreiben die Waldbesucher*innen keinen konkreten Ort, sondern vielmehr den *Wald*, der in der Bewegung an ihnen vorüberzieht. Er ist ein grünes Band der Sympathie, das anhand von wenigen prägnanten Einzelbäumen beschrieben wird. Laub- und Mischwälder werden eher mit dem Lieblingsort in Verbindung gebracht als Nadelwälder. Der Urwald taucht bislang nicht auf.
- ♦ Auch *einzelne charakteristische Bäume* (beispielsweise alte Bäume mit besonderen Wuchsformen) bleiben in der Erinnerung haften.
- ♦ Am Lieblingsort treffen wir auf keine Ansammlung von Menschen, er liegt *abseits*.
- ♦ Spannend ist auch, dass offensichtlich die *Lichtung*, also ein Ort außerhalb des dichten Waldes oder am Waldrand, den Lieblingsort charakterisiert.
- ♦ Auch der Ausblick von einem *Hügel* gehört dazu.
- ♦ Lediglich die *Bank* zum Ausruhen steht noch am Lieblingsort.
- ♦ *Spezielle Einrichtungen* spielen eine untergeordnete Rolle.

Gehen wir diesen Gedankenspure nach und versuchen eine Interpretation. Der Lieblingsort liegt in der Regel nicht im Wald. Er ist charakterisiert durch einen Punkt im Licht und am Wasser, der eine Rückbesinnung ermöglicht. Man fokussiert nicht den Ort im Wald, sondern die Bewegung auf Wegen und Pfaden. Der Wald wandelt sich mit den Jahres- und Tageszeiten. Es geht somit weniger um die Strukturen im Einzelnen, sondern um den Gesamteindruck, der sich als Summe von sehr unterschiedlichen individuellen Eindrücken (und diese hängen sehr stark von der Gemütslage der Waldbesucher ab) ergibt. Die Bewegung im Wald ermöglicht offensichtlich das Abschalten vom Alltag. Hierbei spielen die einzelnen Eindrücke eine untergeordnete Rolle, sofern nicht massive Störungen des Erholungsprozesses stattfinden. Die bewusste Wahrnehmung und Reflexion finden dann an einem Ort »außerhalb« des »dichten« Waldes statt.

Michael Suda und Anika Gaggermeier

Es geht um das »Finden«,
nicht um das »Suchen« im Wald



Abbildung 1:
Goethe auf dem Kichelhahn (Collage: Michael Suda).

»Ich ging im Walde so für mich hin, und nichts zu suchen war mein Sinn.« Was der große Dichter Johann Wolfgang von Goethe hier mit wenigen Worten in seinem Gedicht *Gefunden* zum Ausdruck bringt, steht im Widerspruch zu zahlreichen Forschungsanstrengungen der Wissenschaftsdisziplin der Walderholung der letzten

Wald – ein Wohlfühl(t)raum

Jahrzehnte. Hier hat sich der Begriff des »Erholungssuchenden« zur Beschreibung derjenigen Personen etabliert, die zum Zwecke der Entspannung und Regeneration in den Wald gehen. Dieser Begriff verdeutlicht eine gegensätzliche Sichtweise auf den Prozess der Erholung. Geht die Walderholungsforschung davon aus, dass Menschen aktiv auf der Suche nach Entspannung im Wald sind, steht bei Johann Wolfgang von Goethe gerade das Zurücklassen allen willentlichen Strebens im Wald im Vordergrund.

Aus unseren Befragungen wissen wir: Der Wald ist für fast alle ein Wohlfühlraum zum Abschalten und Entspannen. Er ist ein Ort der Sehnsucht, der außerhalb der »gebauten Welt« liegt und die Möglichkeit bietet, sich selbst im Grünen wahrzunehmen. In den Erlebnisbeschreibungen finden wir daher häufig Aussagen, die die Abwesenheit von Störungen wie zum Beispiel Lärm oder Menschenansammlungen betonen. Interessant ist dabei, dass sich die Menschen überwiegend zum Wald hingezogen fühlen und nicht ihrer Alltagsumgebung entfliehen. Eichendorff hat dies mit den Zeilen »Da draußen, stets betrogen, saust die geschäft'ge Welt, schlag noch einmal die Bogen um mich, du grünes Zelt« treffend beschrieben. Für ihn gibt es ein Draußen der Unruhe und ein Drinnen, in dem sich der Mensch selbst entdecken kann. Betrachtet man die Bedeutungen des Waldes in den von den Brüdern Grimm gesammelten Märchen, so finden wir vier Elemente, die diese Perspektive verdeutlichen und eine Gegenwelt skizzieren. Der Wald ist ein Ort, an dem man die Orientierung verliert, man befindet sich auf dem Holzweg oder sieht den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr. Der Wald bietet jedoch die Möglichkeit, sich neu zu orientieren, das bedeutet jedoch, die alte Orientierung aufzugeben, und das ist, während man »abschaltet«, möglich. Der Wald ist ein Ort außerhalb der Gesellschaft, in dem andere Regeln gelten. In ihn ziehen sich die Menschen zurück, die in der Gesellschaft keinen Platz finden oder verstoßen werden. Hier verliert auch das Geld an Bedeutung, denn im Wald kann man sich für Geld nichts kaufen. Der Wald ist eine der letzten konsumfreien Zonen, und die Sinneswahrnehmungen, die Ruhe und die Entspannung gibt es einfach so. Letztendlich ist der Wald auch ein Ort ohne Uhrzeit. Es sind nicht die Anzeigen der Digitaluhr, es sind unterschiedliche Eindrücke, die den Menschen morgens, mittags, abends und nachts oder im Laufe der Jahreszeiten begegnen. Die Überlieferungen in den Märchen verdeutlichen, dass Wald als Sehnsuchtsort voller Geheimnisse mehr als eine Ansammlung von Bäumen ist.

Die Ergebnisse unserer Befragungen und aktueller medizinischer Forschung im Bereich »Wald und Gesundheit« bestätigen das Walderleben Goethes, Eichen-

Michael Suda und Anika Gaggermeier

dorffs oder auch der Brüder Grimm: Menschen finden im Wald Erholung, entdecken die Natur und *suchen* nicht nach bestimmten Waldbildern. In diesem Kontext ist es wichtig, dass sich die Wissenschaft bei ihrer Entwicklung von Erklärungsmodellen nicht von dem Konstrukt eines Menschen irreleiten lässt, der sich im Wald auf einer aktiven Suche nach dem schönsten und besten Erholungsort befindet. Wissenschaft ist immer eine Art »Suchvorgang«. Wer jedoch selektiv bestimmte Aspekte sucht, kann manchmal das Wesentliche nicht finden.

Der Wald ist im Erleben der Besucher*innen ein »grünes Band der Sympathie«, das an ihnen vorbeizieht und ihnen guttut. Eine Wissenschaft, die versucht, aus diesem Band einzelne Bilder herauszunehmen und bewerten zu lassen, reduziert das Walderleben auf einen kurzfristigen visuellen Reiz. Walderleben ist zu jeder Tages-, Nacht- und Jahreszeit unterschiedlich – oder können Sie die Qualität einer Konzertaufführung anhand eines Fotos des Orchestergrabens bewerten? Unsere Empfehlung ist daher, nicht nach der Nadel im Heuhaufen zu suchen, sondern sich einmal an einem schönen Sommertag ins Heu zu legen und in Ruhe nachzudenken.

An dieser Stelle möchten wir uns bei allen Waldbesuchern bedanken, die bereitwillig unsere »komischen« Fragen beantwortet haben und mit denen sich so manches spannende Gespräch entwickelt hat. Viele Gedanken haben uns zum Nachdenken angeregt, manchmal unsere wissenschaftlichen Gedankengebäude auch zum Einsturz gebracht. Wissenschaft, die mit offenen Ohren zuhört, wird im Bereich der Walderholung viele interessante Entdeckungen machen und auch die Begeisterung und Liebe der Menschen zum Wald erfahren – und das ist gewaltig.

Die Verwendung von Goethe auf dem Kichelhahn für die Bildcollage erfolgt mit freundlicher Genehmigung von Goethezeitportal: http://www.goethezeitportal.de/fileadmin/Images/wd/topographische_ansichten/kichelhahn/Kichelhahn_Friedrich_Wiechmann__500x710_.jpg

Wald – ein Wohlfühl(t)raum