

5. Oktober 2018

PRESSEMITTEILUNG

**Wie wirkt die Wildnis auf den Menschen?
Neue Studie im Nationalpark Schwarzwald**

Teilnehmerinnen und Teilnehmer testen drei Wege auf
Wildnishaftigkeit / Brustgurte messen Herzfrequenz

Über die wohltuende Wirkung des Waldes ist schon einiges bekannt. Aber wie verhält es sich mit Wildnis? Erleichtert sie die Entspannung, weil sie noch ungewohntere Bilder und Erfahrungen liefert oder wirkt sie eher verstörend? Solchen Fragen widmet sich eine neue Studie im Nationalpark Schwarzwald – und leistet damit Pionierarbeit.

„In der umweltspsychologischen Forschung ist seit Jahrzehnten belegt, dass naturnahe Umwelten Erholung von Stress und ermüdeten Konzentrationsfähigkeit bieten, wenn sie als faszinierend erlebt werden und ein Kontrasterleben zum Alltag ermöglichen. Allerdings wissen wir noch nicht, welche Rolle Wildnis hierbei spielt“, erklärt Dr. Eike von Lindern vom Unternehmen Dialog N – Forschung und Kommunikation für Mensch, Umwelt und Natur, der die Studie gemeinsam mit der Umweltwissenschaftlerin Susanne Blech leitet. An drei Tagen haben Studierende der Universität Landau und der Hochschule Darmstadt drei Wege im Schutzgebiet genau unter die Lupe genommen: mit Fotokameras, um besonders wilde Anblicke einzufangen, und Fragebögen, um ihr Erleben möglichst genau zu beschreiben. „Wir haben außerdem alle Teilnehmer mit Herzfrequenz-Sensoren und GPS-Geräten ausgerüstet, um die Herzfrequenzraten mit Punkten in der Landschaft zusammenbringen zu können“, erläutert Eike von Lindern.

Die Studierenden lernen gleich doppelt: „Neben Erkenntnissen über ihr subjektives Wildniserleben bekommen sie hier anwendungsbezogene Forschung mit – und das eben auf einem noch ganz neuen Gebiet“, sagt Dr. Kerstin Ensinger, die den Sachbereich Erholung und Tourismus im Nationalpark leitet und im Sommer 2016 mit einer ersten Pilotstudie den Grundstein für diese besondere Wildnisforschung gelegt hat. Die getesteten Wege in der neuen Studie – Schliffkopfrunde, Wildseeblick-Runde und Wildnispfad – wurden übrigens in

5. Oktober 2018

PRESSEMITTEILUNG

enger Zusammenarbeit mit dem Ranger- und Pädagogenteam des Nationalparks ausgewählt, die später wiederum ganz praktisch von den Ergebnissen profitieren. „Wenn wir genauer wissen, welche Anblicke und Orte wie auf Menschen wirken, können wir das in unsere Führungen einfließen lassen und die Gäste genau dort abholen“, erklärt Kerstin Ensinger.

Natürlich sind die Daten nicht repräsentativ für alle Besucherinnen und Besucher – „aber sie geben uns weitere Ansatzpunkte“, sagt die Psychologin. Die Arbeit mit Studierenden sei hier die beste Lösung gewesen, „weil sie auch die Ausdauer und Motivation hatten, wirklich drei Tage lang mitzuforschen“, ergänzt Eike von Lindern. Allerdings hätten sich relativ spontan noch einige Urlauber entschieden, ebenfalls an dem Projekt mitzuwirken.

Mit ersten Ergebnissen rechnet Kerstin Ensinger Anfang nächsten Jahres, schließlich muss das Team von Dialog N nun einen riesigen Datenberg durchforsten und auswerten. Aber – so viel kann Eike von Lindern bereits jetzt sagen – „die Methode, Wildnishaftigkeit mit verschiedenen Fragen zu erfassen, hat auf jeden Fall funktioniert, das ermöglicht uns ein vertiefendes Verständnis von den komplexen Wechselwirkungen zwischen Mensch und Umwelt“. In Zukunft könne darauf aufbauend vielleicht sogar eine App entwickelt werden, „mit der Nationalparkgäste ihre eigenen Reaktionen auf den wilder werdenden Wald erforschen können“, verrät Kerstin Ensinger. Das wäre dann die nächste Pionierarbeit.

Hintergrund

Bei der Pilotstudie „Erlebnis Nationalpark Schwarzwald“ im Sommer 2016 hatte Kerstin Ensinger 111 Freiwillige mit Sensorarmband und Frage-App ausrüstet auf einen Spaziergang im Nationalpark Schwarzwald geschickt. Klares Ergebnis damals: Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer fühlten sich anschließend entspannter. Auf ihrem Rundweg passierten die Testpersonen damals vier nationalparktypische Stationen: einen kultivierten Wald, einen Pfad mit Heidelbeervegetation, einen Bannwald mit Totholz und offene Grinde.

Weitere Informationen bei: **Nationalpark Schwarzwald – Pressestelle**, Anne Kobarg und Franziska Schick, **Telefon:** 07449/929 98 16; 0172/4628184; Pressestelle@nlp.bwl.de