



Bachelorarbeit der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit

Transformationskraft der Natur

Bedeutung für die Soziokulturelle Animation

Marius Muff

Juli 2024

Studienrichtung Soziokultur

Bachelor-Arbeit
Ausbildungsgang Soziokultur
Kurs VZ SK 21-1

Name/n Marius Muff

Haupttitel BA Transformationskraft der Natur

Untertitel BA Bedeutung für die Soziokulturelle Animation

Diese Arbeit wurde am **26. Juli 2024** an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit eingereicht. Für die inhaltliche Richtigkeit und Vollständigkeit wird durch die Hochschule Luzern keine Haftung übernommen.

Studierende räumen der Hochschule Luzern Verwendungs- und Verwertungsrechte an ihren im Rahmen des Studiums verfassten Arbeiten ein. Das Verwendungs- und Verwertungsrecht der Studierenden an ihren Arbeiten bleibt gewahrt (Art. 34 der Studienordnung).

Studentische Arbeiten der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit werden unter einer Creative Commons Lizenz im Repositorium veröffentlicht und sind frei zugänglich.

**Originaldokument gespeichert auf LARA – Lucerne Open Access Repository and Archive
der Zentral- und Hochschulbibliothek Luzern**



Urheberrechtlicher Hinweis:

Dieses Werk ist unter einem Creative Commons Namensnennung-Keine kommerzielle Nutzung-Keine Bearbeitung 3.0 Schweiz (CC BY-NC-ND 3.0 CH) Lizenzvertrag lizenziert.

Um die Lizenz anzuschauen, gehen Sie bitte zu <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/ch>

Sie dürfen:



Teilen — das Material in jedwedem Format oder Medium vervielfältigen und weiterverbreiten.

Zu den folgenden Bedingungen:



Namensnennung — Sie müssen angemessene Urheber- und Rechteangaben machen, einen Link zur Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Diese Angaben dürfen in jeder angemessenen Art und Weise gemacht werden, allerdings nicht so, dass der Eindruck entsteht, der Lizenzgeber unterstütze gerade Sie oder Ihre Nutzung besonders.



Nicht kommerziell — Sie dürfen das Material nicht für kommerzielle Zwecke nutzen.



Keine Bearbeitungen — Wenn Sie das Material remixen, verändern oder darauf anderweitig direkt aufbauen dürfen Sie die bearbeitete Fassung des Materials nicht verbreiten.

Keine weiteren Einschränkungen — Sie dürfen keine zusätzlichen Klauseln oder technische Verfahren einsetzen, die anderen rechtlich irgendetwas untersagen, was die Lizenz erlaubt.

Jede der vorgenannten Bedingungen kann aufgehoben werden, sofern Sie die Einwilligung des Rechteinhabers dazu erhalten.

Diese Lizenz lässt die Urheberpersönlichkeitsrechte nach Schweizer Recht unberührt.

Eine ausführliche Fassung des Lizenzvertrags befindet sich unter

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/ch/legalcode.de>

Vorwort der Studiengangleitung Bachelor

Die Bachelor-Arbeit ist Bestandteil und Abschluss der beruflichen Ausbildung an der Hochschule Luzern, Soziale Arbeit. Mit dieser Arbeit zeigen die Studierenden, dass sie fähig sind, einer berufsrelevanten Fragestellung systematisch nachzugehen, Antworten zu dieser Fragestellung zu erarbeiten und die eigenen Einsichten klar darzulegen. Das während der Ausbildung erworbene Wissen setzen sie so in Konsequenzen und Schlussfolgerungen für die eigene berufliche Praxis um.

Die Bachelor-Arbeit wird in Einzel- oder Gruppenarbeit parallel zum Unterricht im Zeitraum von mehreren Monaten geschrieben. Gruppendynamische Aspekte, Eigenverantwortung, Auseinandersetzung mit formalen und konkret-subjektiven Ansprüchen und Standpunkten sowie die Behauptung in stark belasteten Situationen gehören also zum Kontext der Arbeit.

Von einer gefestigten Berufsidentität aus sind die neuen Fachleute fähig, soziale Probleme und Entwicklungspotenziale als ihren Gegenstand zu beurteilen und zu bewerten. Denken und Handeln in Sozialer Arbeit ist vernetztes, ganzheitliches Denken und präzises, konkretes Handeln. Es liegt daher nahe, dass die Diplomand_innen ihre Themen von verschiedenen Seiten beleuchten und betrachten, den eigenen Standpunkt klären und Stellung beziehen sowie auf der Handlungsebene Lösungsvorschläge oder Postulate formulieren.

Ihre Bachelor-Arbeit ist somit ein wichtiger Fachbeitrag an die breite thematische Entwicklung der professionellen Sozialen Arbeit im Spannungsfeld von Praxis und Wissenschaft. In diesem Sinne wünschen wir, dass die zukünftigen Fachleute der Sozialen Arbeit mit ihrem Beitrag auf fachliches Echo stossen und ihre Anregungen und Impulse von den Fachkreisen aufgenommen werden.

Luzern, im August 2024

Hochschule Luzern, Soziale Arbeit
Studiengangleitung Bachelor Soziale Arbeit

Abstract

Die vorliegende Bachelorarbeit mit dem Titel «Transformationskraft der Natur – Bedeutung für die Soziokulturelle Animation» ist eine Literaturarbeit, in der Marius Muff ein interdisziplinäres Verständnis der Natur entwickelt und dieses mit dem Berufsfeld der Soziokulturellen Animation verbindet.

Zu diesem Zweck erfolgt eine Beleuchtung theoretischer Perspektiven und Begriffsabgrenzungen der Natur, um eine fundierte Grundlage für die weitere Analyse zu schaffen. Es wird dargelegt, dass die Natur als ein multidimensionales Netzwerk von Prozessen verstanden werden kann, in welches der Mensch eingebettet ist. Im Anschluss erfolgt eine Analyse des gesellschaftlichen Wandels, wobei der Fokus auf die Beschleunigungsgesellschaft, die Entfremdung und die ökologische Krise gelegt wird. Es wird dargelegt, dass ein inklusives Naturverständnis dazu beitragen kann, resonante Weltbeziehungen zu entwickeln, welche das individuelle und kollektive Wohlbefinden fördern.

Die Untersuchung der Wirkungen von Naturerfahrungen auf den Menschen zeigt, dass Naturerfahrungen positive Effekte auf die Gesundheit haben, Stress reduzieren, Kreativität fördern und ein Gefühl der Verbundenheit stärken. Die Konzepte des Waldbaden und der Biophilie verdeutlichen die tief verwurzelte menschliche Beziehung zur Natur und demonstrieren die transformative Wirkung von Naturerfahrungen.

Die Rolle der Natur in der Soziokulturellen Animation wird in verschiedensten Handlungsfeldern erörtert. Dabei werden konkrete Konzepte wie Naturpädagogik, Urban Gardening und Solidarische Landwirtschaft als Möglichkeiten von Naturerfahrungen für die Soziokulturelle Animation diskutiert.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	5
1 Einleitung.....	6
1.1 Ausgangslage	6
1.2 These & Fragestellungen.....	7
1.3 Zielsetzung.....	8
1.4 Adressat:innen & Aufbau der Arbeit.....	9
2 Natur: Theoretische Perspektiven und Begriffsabgrenzungen	10
2.1 Ursprünge und allgemeine Definitionen	10
2.2 Spuren der Naturphilosophie.....	12
2.3 Natur in der Moderne.....	16
2.4 Inklusive Natur.....	18
2.5 Fazit Kapitel Natur.....	20
3 Natur und der gesellschaftliche Wandel des 20. & 21. Jahrhunderts	21
3.1 Beschleunigungsgesellschaft.....	21
3.2 Entfremdung & Resonanz	22
3.3 Ökologische Krise.....	24
3.4 Fazit Kapitel gesellschaftlicher Wandel	29
4 Wirkung von Naturerfahrungen	31
4.1 Gesundheit	31
4.2 Naturverbundenheit.....	34
4.3 Fazit Kapitel Wirkung von Naturerfahrungen.....	38
5 Natur und Soziokulturelle Animation	40
5.1 Grundhaltungen der Soziokulturellen Animation	41
5.2 Naturinklusive Kohäsion.....	47
5.3 Handlungsfelder der Soziokulturellen Animation.....	49
5.4 Umweltbewusstsein.....	52

5.5	Möglichkeiten von Naturerfahrungen für die Soziokulturelle Animation	53
5.6	Fazit Kapitel Natur und Soziokulturelle Animation.....	60
6	Schlussfolgerung.....	61
6.1	Fazit.....	61
6.2	Anknüpfungspunkte.....	62
6.3	Schlussbemerkung.....	63
7	Literaturverzeichnis	64

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1:	Grundlagenmodell der inklusiven Natur (eigene Darstellung).....	21
Abbildung 2:	Der aktuelle Stand der neun planetaren Grenzen (Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung, 2024)	26
Abbildung 3:	Grundlagenmodell der inklusiven Natur ergänzt mit Aspekten des Gesellschaftlichen Wandels (eigene Darstellung).....	30
Abbildung 4:	Modell der inklusiven Natur (eigene Darstellung).....	39
Abbildung 5:	Modell der Sozialraumorientierung (Willener, 2013, S. 369).....	49

Vorwort

Die Motivation für diese Arbeit resultiert aus der Erkenntnis, dass Naturerfahrungen eine transformative Kraft in sich bergen, die das individuelle und kollektive Wohlbefinden erheblich verbessern kann. Die Natur stellt für mich einen Raum dar, in welchem ich Vertrauen in das Leben fassen kann. Die Natur fungiert dabei als Medium der Verbindung. Sie verbindet mich mit sich selbst und mit dem Bewusstsein, dass es nichts anderes gibt als den gegenwärtigen Moment, den ich bewusst erleben und gestalten kann. Der Moment, an einem Bergsee zu sitzen, die Düfte der Blumen und Wiesen einzuatmen und den Tieren zu lauschen, evoziert in mir eine tiefe Dankbarkeit für das Geschenk des Lebens.

Nach einem umfassenden Prozess intensiver Recherche und Auseinandersetzung mit verschiedenen Themen gelangte ich zum Schluss, dass meine Arbeit einen Beitrag dazu leisten soll, das Bewusstsein für die Naturverbundenheit wiederherzustellen. Die Wichtigkeit und Wechselwirkung von Natur und Mensch und deren Bedeutung für die Soziokulturelle Animation resonierte für mich als Thema am meisten. Eine Literatarbeit erscheint mir sinnvoll, da ich Verknüpfungen zur Philosophie und zum gesellschaftlichen Wandel herleiten möchte, welche mit einer Forschung in diesem Rahmen nicht möglich sind. Mein Interesse gilt dem Potenzial der Natur und den Aspekten, die für die Soziokulturelle Animation bereichernd sein können. Ich bin überzeugt, dass es keinen besseren Zeitpunkt als jetzt gibt, um die Vielfalt an Möglichkeiten der Natur für die Soziokulturelle Animation zu erkunden und diese in das Denken und Handeln der Profession zu integrieren.

Dank

Für die vielen wertvollen Gespräche, Hinweise und Anregungen möchte ich mich bei den folgenden Personen herzlich bedanken:

Kathrin Leitner für die erfrischenden Impulse und offenen Gespräche im Rahmen des Bachelorkolloquiums sowie Gregor Husi für die wertvolle Begleitung und Unterstützung des interessanten, wenn auch gelegentlich etwas ausschweifenden Prozesses der vorliegenden Bachelorarbeit.

Auch meiner Freundin, allen Kolleginnen und Kollegen und meiner Familie danke ich von Herzen für die Unterstützung und die Rücksichtnahme, die Geduld und das Mittragen dieser Arbeit. Insbesondere danke ich Lorena für das Zuhören, Korrekturlesen und die aufmunternden Worte, Milena für die strukturierenden Impulse, Yannik für die anregenden Diskussionen und Inputs zur Thematik und Rahel für die emotionale Unterstützung und Geduld während dieses Prozesses.

1 Einleitung

Das vorliegende Kapitel dient der Einführung in die Thematik der Arbeit. Zunächst erfolgt eine Darstellung der Ausgangslage sowie eine Eingrenzung der konkreten Fragestellungen. Im weiteren Verlauf werden die Adressat:innen definiert, die Zielsetzung der Arbeit dargelegt und ein Überblick über den Aufbau der Arbeit gegeben.

1.1 Ausgangslage

Die Bedeutung der Natur ist für den Menschen vielfältig und tief verwurzelt. Die Natur kann als Quelle der Erholung, Inspiration und Gesundheit fungieren, aber auch als Ort der Spiritualität und der persönlichen Reflexion. Laut Gusetti (2014) stellt die Beziehung zwischen Mensch und Natur seit jeher einen zentralen Aspekt des menschlichen Lebens und Denkens dar (S. 10). Wie Lützenkirchen und Wittig (2013) erläutern, ist durch die Urbanisierung und Technologisierung eine Entfremdung des Menschen von der Natur entstanden (S. 44). Böhme (2002) legt dar, dass eine Vielzahl von Menschen den Zugang zur Natur verloren hat, was tiefgreifende Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die Lebensqualität hat und sich in der Zerstörung der natürlichen Umwelt manifestiert (S. 47). Böhme (2002) führt aus, dass die Natur zu einem Objekt der Beherrschung geworden ist und ihr mystischer Charakter durch eine Illusion der Kontrolle ersetzt wurde (S. 38). Durch diesen Prozess rückte das Bewusstsein, dass die Natur die Grundlage allen Lebens ist, in den Hintergrund (Gebhard, 2020, S. 12).

Gegenwärtig findet eine beschleunigte Veränderung der Welt statt, welche unsere Zeitgeschichte, geprägt von intensiven Umbrüchen, vor grundlegende Herausforderungen stellt. Husi (2022) legt dar, dass die Gesellschaft mitten in einer ökologischen Krise steht und dieser Umstand auch für die Soziale Arbeit von Relevanz ist (S. 301). Um die Krise zu bewältigen, ist ein Umdenken und eine neue Wertschätzung der Natur erforderlich. Heinsch (2012) stellt fest, dass die Möglichkeiten, Natur in die Profession der Sozialen Arbeit zu integrieren, bislang unzureichend beachtet wurden (S. 310). In diesem Kontext erfährt die Soziokulturelle Animation als kohäsive Profession eine besondere Bedeutung. Ihr kann die Aufgabe zukommen, Türen aufzustoßen, um die Menschen wieder näher aneinander und an die Natur heranzuführen.

Die Soziokulturelle Animation ist in vielfältigen Kontexten tätig, beispielsweise in der Gemeinwesenarbeit, in kulturellen Projekten oder in der Freizeitgestaltung. In sämtlichen dieser Bereiche kann die Natur als wertvolles Medium dienen, um soziale Interaktionen zu fördern, gemeinschaftliches Engagement zu stärken und nachhaltige Lebensweisen zu vermitteln. Die Integration von Naturerfahrungen in die soziokulturelle Praxis eröffnet die Möglichkeit zur

Entwicklung innovativer Ansätze, welche das Bewusstsein für die Verbindung der Menschen zur Natur fördern und damit einen Beitrag zur Weiterentwicklung der Praxis leisten können.

1.2 These & Fragestellungen

Die vorliegende Arbeit befasst sich mit der folgenden, die gesamte Arbeit durchziehenden These:

Die Soziokulturelle Animation ist prädestiniert, um in ihren spezifischen Tätigkeiten und Handlungsfeldern Situationen zu kreieren, in denen das Bewusstsein für die Verbundenheit der Menschen zur Natur gefördert wird und die Natur erlebbar wird.

Die vorliegende These wurde anhand der folgenden vier Fragen weiter konkretisiert, um ihre Legitimität zu überprüfen.

Was bedeutet Natur für die Menschen?

Diese Fragestellung thematisiert die Rolle der Natur im individuellen und kollektiven Leben. Ziel ist es, die diversen Dimensionen und Perspektiven der menschlichen Beziehung zur Natur zu erläutern.

Wie beeinflusst der gesellschaftliche Wandel im 20. und 21. Jahrhundert die Bedeutung von Begegnung mit der Natur?

Der gesellschaftliche Wandel im 20. und 21. Jahrhundert hat gravierende Konsequenzen für die Beziehung zwischen Mensch und Natur. Im Rahmen der vorliegenden Fragestellung wird eine Gegenwartsdiagnose erstellt, um die Bedeutung von Naturerfahrungen in einen gesellschaftlichen Kontext zu setzen.

Welche Wirkung entfaltet die Begegnung mit der Natur in den Menschen?

Naturerfahrungen haben einen positiven Einfluss auf die psychische und physische Gesundheit. Gleichzeitig eröffnet die Begegnung mit der Natur auch tiefere Qualitäten, die in diesem Kapitel erörtert werden. So kann Naturerfahrung beispielsweise dazu beitragen Stress zu reduzieren, Kreativität zu fördern und ein Gefühl der Verbundenheit und Resilienz zu stärken. Das Ziel besteht in der Darlegung der vielfältigen Effekte, welche die Natur auf den Menschen ausübt.

Praxisfrage:

Welche Schlussfolgerungen lassen sich für die Soziokulturelle Animation ziehen?

Die Fragestellung wurde bewusst nicht auf eine spezifische Altersgruppe eingegrenzt, da davon auszugehen ist, dass die Transformationskraft der Natur für Individuen aller Altersgruppen von Relevanz ist. Das Erleben und Bewusstwerden der Natur stellt einen lebenslangen Prozess dar, welcher sich bei allen Adressatinnen und Adressaten der Soziokulturellen Animation, unabhängig vom Alter, fördern lässt.

1.3 Zielsetzung

Die vorliegende Arbeit zielt darauf ab, die transformative Kraft der Natur und ihre Bedeutung für die Soziokulturelle Animation zu untersuchen und darzustellen. Durch eine philosophische Annäherung an die Natur und eine Gegenwartsanalyse soll die Bedeutung der Natur beleuchtet werden. Die Untersuchung der Effekte von Naturerfahrungen soll Aufschluss über die Wirkungskraft von Natur geben. Durch die Integration von Erkenntnissen aus Philosophie, Soziologie und Umweltwissenschaft wird ein interdisziplinäres Verständnis der Natur angestrebt. Die Arbeit verbindet theoretische Grundlagen mit der Praxis der Soziokulturellen Animation und erörtert praxisnahe Ansätze für Professionelle der Soziokulturellen Animation, um nachhaltige, lebensfördernde Veränderungen in Gesellschaften zu bewirken.

1.4 Adressat:innen & Aufbau der Arbeit

Die vorliegende Arbeit richtet sich primär an Soziokulturelle Animator:innen oder Professionelle der Sozialen Arbeit. Die Inhalte und Schlussfolgerungen können jedoch auch für alle anderen Personen von Interesse sein.

Die vorliegende Fachliteraturarbeit ist in vier Hauptkapitel gegliedert. In jedem Kapitel erfolgt eine detaillierte Auseinandersetzung mit einer spezifischen Fragestellung, die anhand diskursrelevanter Literatur beantwortet wird. Der Aufbau der Bachelorarbeit folgt dabei chronologisch den Fragestellungen. Im Anschluss an jedes Kapitel erfolgt eine Zusammenfassung der behandelten Inhalte in Form eines Zwischenfazits.

Die Grundlage der Arbeit ist eine Diskussion des Begriffs «Natur» unter Rückgriff auf philosophische und soziologische Wissensbestände (Kapitel 2). Zentrale Diskussionsschwerpunkte sind die Spuren der Naturphilosophie, die Natur in der Moderne sowie das Konzept der inklusiven Natur. Das anschliessende Kapitel beleuchtet den Zusammenhang von Natur und gesellschaftlichem Wandel unter Rückgriff auf soziologische und naturwissenschaftliche Wissensbestände (Kapitel 3). Um die Darstellung nicht zu umfangreich zu gestalten, beschränkt sich das Kapitel auf die soziologische Diagnose von Hartmut Rosa sowie die ökologische Krise. Im Folgenden werden die vielschichtigen Wirkungen von Natur auf den Menschen erläutert, um die Bedeutung von Naturerfahrungen zu verdeutlichen (Kapitel 4). Abschliessend werden die Erkenntnisse auf das Berufsfeld der Soziokulturellen Animation bezogen (Kapitel 5). Dabei wird das Konzept einer naturinklusive Kohäsion angedacht und es werden konkrete Handlungsvorschläge in den Handlungsfeldern der Soziokulturellen Animation dargelegt. Die Schlussfolgerung greift die zentralen Aspekte der Arbeit auf und diskutiert weiterführende Fragen, die als Grundlage für zukünftige Arbeiten dienen können.

2 Natur: Theoretische Perspektiven und Begriffsabgrenzungen

Der Begriff «Natur» entzieht sich einer eindeutigen Definition und kann aus vielfältigen Blickwinkeln interpretiert werden. In diesem Kapitel wird der Begriff «Natur» aus verschiedenen Perspektiven betrachtet, um eine für die vorliegende Arbeit geltende Definition zu ermitteln.

2.1 Ursprünge und allgemeine Definitionen

Die grundlegende Thematik der vorliegenden Arbeit, die sich mit der Bedeutung von Natur für die Soziokulturelle Animation auseinandersetzt, erfordert eine Auseinandersetzung mit dem schillernden Begriff «Natur». Es wird eine von zahlreichen möglichen Perspektiven erarbeitet, wobei davon auszugehen ist, dass eine andere Person zu einer anderen Definition des vielfältigen Naturbegriffs gelangt.

Das Wort «Natur» hat seinen Ursprung im Lateinischen (*natum*, geboren sein) und kann daher als Schöpfung, als Produkt metaphysischer Kräfte, verstanden werden (Merz & Sägesser, 2018, S. 6).

2.1.1 Natur als Abgrenzung zur Kultur

Lützenkirchen und Wittig (2013) beschreiben die Natur als etwas, das dem Menschen gegenübertritt, der Zusammenhang, in welchem der Mensch steht. In der Konsequenz resultieren Begriffspaare wie Natur und Technik, Natur und Kultur, Natur und Mensch. Der Mensch wird in solchen Ansätzen als Gegenwelt zur Natur konzipiert. Die Natur wird aus dieser Polarität heraus als Gegenstand der Wissenschaft oder als Bereitstellerin von Materialien zur Befriedigung menschlicher Bedürfnisse gedacht (S. 13).

Obwohl die Trennung von Natur und Mensch die Grundlage für die objektive naturwissenschaftliche Erforschung der Natur legte, ist es möglicherweise an der Zeit, den durch die Naturwissenschaft erschaffenen Dualismus von Mensch und Natur aufzugeben. Gebhard (2020) führt aus, dass sich die Menschen während des grössten Teils der Geschichte ihrer Verwandtschaft mit der Natur sehr bewusst waren (S. 12). Bereits die alten Griechen beschrieben die Natur als einen ewigen Prozess des Werdens und Vergehens (Gusetti, 2014, S. 10). Mit der christlichen Religion und insbesondere dem Entstehen der Naturwissenschaften wurde dieses Bewusstsein zurückgedrängt, erfuhr jedoch gegen Ende des letzten Jahrhunderts, insbesondere durch Umweltschutzbewegungen, eine Renaissance.

Brand (2018) legt dar, dass der für das Denken der westlichen Moderne typische Gegensatz von Natur und Kultur auch aus einem anderen Grund erodiert. Die Erkenntnis, dass die Menschheit mit ihrem Handeln einen Einfluss auf die natürlichen Ökosysteme nimmt, führt zu der Schlussfolgerung, dass die Menschheit zu einem einflussreichen, mitgestaltenden Faktor für die erdgeschichtliche

Entwicklung wird. In dieser Interpretation werden Kultur und Natur nicht länger als Gegensätze betrachtet (S. 93). Gebhard (2020) führt aus, dass er Mensch, der sowohl Natur- als auch Kulturwesen ist, die Natur kultiviert und gestaltet, wodurch die Grenze zwischen Kultur und Natur zunehmend unscharf wird (S. 49).

2.1.2 Mensch als Gegenüber der Natur

Laut Gebhard (2020) kann die Natur sowohl im Aussen als auch im Innen begriffen werden, denn der Mensch ist zugleich Teil und Gegenüber der Natur. Die Fähigkeit des Menschen zum abstrakten Denken ermöglicht ihm, sich als etwas vom Rest der Natur Getrenntes zu betrachten. Jede Trennung von Menschen und Natur unterschlägt jedoch, dass der Mensch auch Natur ist, was am klarsten in unserer Körperlichkeit zu Tage tritt (S. 37-38).

In der Konsequenz resultiert aus der Doppelstellung laut Searles (2016) ein grundlegender Konflikt zwischen dem Bewusstsein, ein Teil der Natur zu sein, und der gleichzeitigen Wahrnehmung, sich von der übrigen, nicht-menschlichen Natur zu unterscheiden. Die Sehnsucht, vollständig eins zu werden mit seiner nicht-menschlichen Umwelt steht im Kontrast zur Angst, dass das einzigartige Menschsein eingebüsst würde, falls die Situation einträfe. Diese ambivalente Haltung scheint angeboren konflikthaft zu sein. Das Fundament des Menschen ist die Natur, doch er ist unüberbrückbar anders (zit. in Gebhard, 2020, S. 22).

Die Entwicklung von Technik und Wissenschaft hat den Menschen in die Lage versetzt, die natürliche Umwelt zu verändern und nach seinem Belieben zu gestalten. Dies kann zu einer Distanzierung führen, bei welcher der Mensch die Natur als Objekt seiner Handlungen betrachtet. Der Mensch ist bestrebt, durch die Nutzung der Natur, seine eigenen Lebensbedingungen zu verbessern, wobei er gleichzeitig von der Natur abhängig ist und ihre Gesetze respektieren muss.

Obgleich aus dieser Perspektive die Stellung des Menschen im Verhältnis zur Natur potenziell konflikthaft erscheint, lässt sich dennoch eine Fülle an Reichtum und Wirksamkeit ausmachen, welche aus der Beziehung zwischen dem Menschen und der Natur erwachsen (Gebhard, 2020, S. 22).

2.1.3 Mensch als Teil der Natur

Laut Marti (2017) ist die Annahme, dass Menschen auf die Welt kommen ein weit verbreitetes Missverständnis. Ein Mensch wird nicht auf die Welt geboren, er wird von dieser hervorgebracht. Analog verhält sich dies mit der Metapher einer Blume, die aus der Erde erwächst oder eines Schmetterlings, der aus einer Raupe schlüpft. Es besteht ein wesentlicher Unterschied zwischen der Auffassung, von aussen einzutreffen und der Erkenntnis, Kinder der Erde zu sein. Eigentlich wissen wir, dass Letzteres wahr ist. Dennoch hält sich hartnäckig die Vorstellung, dass das Ich und die Welt

zwei verschiedene Entitäten darstellen. Durch diese Täuschung des Bewusstseins geht der Sinn für Zusammenhang und Zugehörigkeit verloren. Alles, was ist, existiert in einem weitgespannten Netz von Verbindungen, Verknüpfungen und Abhängigkeiten von etwas anderem (S. 144).

Auf biologischer Ebene manifestiert sich diese Verbundenheit klar. Der Mensch ist als Wesen, das den Gesetzen der Natur unterliegt, Teil des Ökosystems und abhängig von natürlichen Ressourcen wie Luft, Wasser und Nahrung. Dadurch ist er in natürliche Kreisläufe eingebunden und sein Wohlbefinden ist untrennbar mit der Gesundheit der Natur verbunden.

2.1.4 Naturerfahrung

Um eine terminologische Verwirrung zu vermeiden, erscheint es sinnvoll, den Begriff der Naturerfahrung näher zu erläutern. In der vorliegenden Arbeit wird der Begriff der Naturerfahrung gemäss der Definition von Früchtnicht (2022) als Prozess des Menschen verwendet. Der Prozess der Naturerfahrung umfasst demnach eine Begegnung des Menschen mit der natürlichen Umwelt sowie ein Erleben dieser, welches schliesslich eine Wirkung beim Menschen entfaltet (S. 33).

2.1.5 Natürliche Umwelt

Im Rahmen der vorliegenden Arbeit wird ersichtlich, dass der Naturbegriff eine signifikante Komplexität aufweise und stark verbunden mit den Fragen des Lebens ist. Daher erfolgt an dieser Stelle eine Differenzierung zwischen den Begriffen «natürlichen Umwelt» und «Natur». Der Begriff «natürliche Umwelt» bezeichnet im Rahmen dieser Arbeit die Umwelt im Sinne der lebendigen Natur. Der Begriff «Natur» hingegen umfasst eine tiefergreifende Bedeutung und wird einer eingehenden Erörterung unterzogen (vgl. Kapitel 2.2 - 2.4).

2.2 Spuren der Naturphilosophie

Die Frage der Natur stellt seit jeher ein zentrales Thema der Philosophie dar und hat sich im Laufe der Geschichte einem stetigen Wandel unterzogen. Gebhard (2020) vertritt die Auffassung, dass der Begriff «Natur» nur im Kontext seiner historischen Entwicklung angemessen erfasst werden kann, da sowohl das menschliche Verhältnis zur Natur als auch der Naturbegriff jeweils kulturellen Einflüssen unterliegen und keine Konstanten sind (S. 38). Eine Vielzahl der in Philosophie und Dichtung dargestellten Bilder kann als Überromantisierung der Natur erachtet werden. Der Autor ist sich der Tatsache bewusst, dass die Natur auch als gnadenlos, dunkel und angsteinflössend wahrgenommen werden kann. Es sei darauf hingewiesen, dass die dichterische oder philosophische Anschauung der Natur nicht als absolut gültig betrachtet werden sollte, sondern einer Differenzierung bedarf. Die positiv konnotierte Natursymbolik hat die Menschen offenbar nicht davon abgehalten, die natürliche Umwelt in den letzten zweihundert Jahren mit einer unerbittlichen Geschwindigkeit zu

zerstören. In diesem Kontext stellt sich die Frage, ob das Vergessen der genannten, positiv getönten Natursymbolik ein Grund für die Zerstörung der natürlichen Umwelt ist. Im Folgenden wird ein Blick auf die philosophische Geschichte des Naturbegriffes geworfen, um ein umfassendes Verständnis für die Bedeutung von der Natur für den Menschen zu erlangen.

2.2.1 Frühe Spuren

Gusetti (2014) erläutert, dass die Jäger und Sammler frühere Epochen über ein ausserordentlich vielschichtiges Wissen bezüglich ihrer Naturwelten verfügten. Dies umfasste Kenntnisse über Vegetation, Fährtenlese sowie die Beschaffung von Nahrung. Das Wissen um den Ablauf von Naturzyklen, der Jahreszeiten, des Zugs von Tieren und spezieller Lebenszyklen war zum Überleben essenziell. Es kann angenommen werden, dass die Menschen über eine sehr feine Wahrnehmungs- und Beobachtungsfähigkeit verfügten. Unsere fernen Vorfahren besaßen empirisches Naturwissen, im Sinne eines Zusammenlebens und Überlebens, das aus heutiger Perspektive kaum vorstellbar ist. Die Ausbildung bestimmter Fähigkeiten wie die Sensibilisierung der Sinne und des Bewusstseins sowie das Erlernen spezifischer körperlicher Fähigkeiten erfolgte vermutlich auf vielseitigere Art und Weise, als es in der Geschichte häufig dargestellt und erörtert wird. Es ist hilfreich, sich dessen bewusst zu sein, da dies den Raum für die Vorstellung offenhält, dass es Fähigkeiten gab, die aus heutiger Perspektive weder wissenschaftlich noch auf andere Weise ausreichend nachvollziehbar sind (S. 20).

Gusetti (2014) führt aus, dass es mit dem Ende der Eiszeit vor rund 12'000 Jahren zu einer deutlichen Veränderung des globalen Klimas kam. Die ersten Landwirte rodeten Wälder, nahmen gezielte Bepflanzungen vor und dörfliche Gemeinschaften entstanden. Die Entwicklung von effizienteren Werkzeugen wie beispielsweise Steinaxt, Hacke und später Pflug, ermöglichte eine grossflächige Bodennutzung. Die Tiere wurden durch die Domestizierung zu hilfreichen Naturwesen und die Pflanzen durch Landwirtschaft zu nutzbarem Naturraum. Während die halbnomadischen Menschen sich wohl noch mehr als Mitbewohner einer Vielfalt von Naturwesen erlebten, empfanden die Menschen nun sich selbst als gestaltendes Element. Konsequenterweise entstanden dadurch Göttergestalten im Bewusstsein der Menschen. Die Krafttiere der Höhlenmalerei verloren ihre symbolische Wichtigkeit und wurden von personifizierten göttlichen Darstellungen abgelöst (S. 21).

2.2.2 Wendepunkt

Marti (2017) erläutert, dass es vor rund zweieinhalbtausend Jahren in unterschiedlichen Kulturkreisen (Griechenland, Palästina, Indien und China) zu einem geistigen Umbruch kam, welcher die Grundlagen der westlichen Kultur, der östlichen Philosophie und der grossen Weltreligionen legte. Dieser Umbruch hat bis heute entscheidenden Einfluss auf das Denken und die Ethik der Menschheit.

Im Rahmen dieser Revolution des Geistes gesellte sich zum Mythos der Logos und zur Dichtung die Vernunft (S. 38).

In den Anfängen des naturphilosophischen Denkens in Griechenland stand gemäss Gusetti (2014) die Suche nach einem Naturursprung abseits der Welt der Götter und Göttinnen im Mittelpunkt. Über einen Zeitraum von mehreren Jahrhunderten wurde der Naturursprung aus der Physis selbst, innerhalb der gespürten oder wahrgenommenen Naturwirklichkeit, erklärt. Dabei wurde die Natur mit den Elementen Wasser, Luft und Feuer als prozesshafte Wirklichkeit beschrieben, die sich in einem Zustand des Werdens und Vergehens befindet. Zudem wurde sie als dynamische Lebenswirklichkeit dargestellt, die letztlich aus sich selbst heraus entsteht (S. 26).

Gusetti (2014) legt dar, dass die daraufhin entwickelten Theorien, deren bekannteste Vertreter Platon und Aristoteles sind, die Ursachen der Welt, der Natur und des Lebens in einen transzendenten geistigen Raum verbannten. In der Konsequenz wird die Natur klar dem sinnlich-weltlichen Teil des Kosmos zugeordnet und erhält im Sinne greif- und erlebbarer Naturdinge einen untergeordneten Status im Gegensatz zur geistig-seelischen Welt (S. 28-33).

2.2.3 Holistische Denker

Gusetti (2014) legt dar, dass das naturphilosophische Denken mit dem Ende der Antike und dem Beginn des Mittelalters eine Überlagerung durch die theologischen Lehren der Kirche erfuhr. Christliche Denker des Mittelalters wie beispielsweise Thomas von Aquin unternahmen den Versuch, ihre Erkenntnisse mit den Lehren der christlichen Kirche in Einklang zu bringen. Dabei wurde die Natur stets als Schöpfung Gottes betrachtet (S. 34-35).

Gusetti (2014) bezeichnet die Übergangsphase vom Mittelalter zur Renaissance als eine Epoche der Wiederbelebung antiken Wissens und neuer wissenschaftlicher Entdeckungen. Dabei verweist sie auf Denker wie Nikolaus von Kues und Giordano Bruno, die etablierte Sichtweisen in Frage stellten. In seiner Konzeption eines unendlichen blühenden Naturkosmos entwickelt Giordano Bruno eine Alternative zur christlichen Sichtweise auf die Welt. Materie wird als kreative Kraft, als Moment lichten göttlichen Ausdrucks definiert und Gott wirkt im Innern der lebendig pulsierenden Natur. Die Materie ist folglich nicht nur ein Hilfsmittel eines eigentlich geistigen Lebens, sondern durch und durch integraler Bestandteil des Lebens. Bruno negiert jede Form einer hierarchischen Wertung von Natur, Materie, Bewusstsein oder Geist. Natur ist demnach sowohl das in der natürlichen Umwelt sichtbare materielle Sein als auch das intellektuelle Vermögen und Bewusstsein, da doch beides auf eine Wurzel zurückgeht. Der Kosmos wird von Bruno als lebendiger Organismus ohne bedrohliche Materie, Aufstieg ins Licht geistiger Sphären oder finsternen Vatergott erachtet (S. 37-38).

Wie Gusetti (2014) ausführt, markiert Bruno somit den Beginn einer neuen Epoche des Denkens, in welcher Natur und Geist nicht länger in einer hierarchischen Ordnung betrachtet werden. Stattdessen wird ein dynamisches und schöpferisches Wechselspiel zwischen Natur und Geist postuliert. Ein Jahrhundert später knüpft Baruch de Spinoza an das Denken Brunos an. In seiner Philosophie vereint Spinoza den jüdisch-christlichen Gott, den Schöpfer aus dem Nichts, mit der Natur. Aus dieser Verbindung heraus entwickelt er das Konzept der «natura naturans», einer immerwährenden, kreativen, göttlichen, immerfort erschaffenden Natur. In der Konsequenz wird Gott nicht als transzendentes Wesen definiert, sondern existiert in allem und alles, was existiert, ist eine Manifestation Gottes. Spinoza betrachtet Materie und Geist nicht als voneinander getrennte Substanzen, sondern als Attribute eines einzigen Seins, das er als «Substanz» oder «Gott» bezeichnet. Durch das Erkennen der Verbundenheit mit dieser Substanz kann der Mensch zu einer tiefgreifenden Erkenntnis gelangen, die sein Dasein grundlegend verändert (S. 41-43).

2.2.4 Naturwissenschaften

Laut Gusetti (2014) entwickelt Newton in etwa zur gleichen Zeit die Gesetze der Bewegung und Gravitation, welche die Welt in einem naturgesetzlich-mathematischen Schema beschreibbar machen. Dies markiert den Beginn einer neuen Ära. Die Einsicht in die Natur wird von nun an von einer mit komplexer Sprache und hohem Abstraktionsvermögen ausgestatteten Fachwelt übernommen (S. 75).

Die Deutungshoheit gewinnen nun die aufblühenden Naturwissenschaften. Im Verlauf der folgenden Jahrhunderte tritt das Interesse an den Wundern der Natur und dessen philosophische Betrachtung zunehmend in den Hintergrund. Vielmehr werden Phänomene erklärt und das rationale, messbare, von seiner Umgebung isolierte Objekt rückt in den Fokus der menschlichen Entwicklung.

Danowski und Viveiros de Castro (2019) zufolge markierte die wissenschaftliche Revolution, in Kants Worten die «kopernikanische Wende», der Beginn der modernen Konzeption des Menschen als konstituierende Kraft, als autonomer Gesetzgeber und als Souverän der Natur, das sich durch seinen Verstand über die phänomenale Kausal-Ordnung erheben konnte (S. 39).

Die Reduktion der Natur auf messbare und isolierte Objekte hat zu einem enormen Fortschritt in den Naturwissenschaften und der Technik geführt. Die Industrialisierung, die auf den neuen Erkenntnissen basierte, ermöglichte eine signifikante Steigerung des Wohlstandes, ging jedoch mit einer zunehmenden Ausbeutung natürlicher Ressourcen und einer Entfremdung des Menschen von der Natur einher (vgl. Kapitel 3). Die Aufteilung der Welt in immer kleinere, spezialisierte Disziplinen führte zu einer Abnahme des Wissens über die Verwobenheit der Natur. Wie Danowski und Viveiros

de Castro (2019) darlegen, führte die rationale Aneignung und die instrumentelle Ökonomisierung der Welt zu ihrer Entzauberung (S. 40).

Gusetti (2014) führt aus, dass das Konzept des ganzheitlichen Denkens in der westlichen Naturkulturgeschichte seit Beginn der Neuzeit einen schweren Stand hatte, da der Siegeszug der klassischen Naturwissenschaften zu mächtig und zu vehement war (S. 158).

Marti (2017) erläutert, dass erst die bahnbrechenden Erkenntnisse der Quantenphysik und Einsteins Relativitätstheorie zu einer Destabilisierung des vorherrschenden Weltbildes führten und zurück zu einer vernetzten, voneinander abhängigen Welt wiesen. Die Erkenntnisse der Quantenphysik offenbarten, dass Naturgesetze im subatomaren Mikrokosmos anders funktionieren, während die Relativitätstheorie das Verständnis von Raum und Zeit als relative Entitäten revolutionierte. Diese Einsichten ebneten den Weg für ein neues Verständnis der Natur als ein komplexes, vernetztes System mit nicht-linearen Wechselwirkungen (S. 114).

2.3 Natur in der Moderne

Auf Basis der historischen Einblicke in die Naturphilosophie erfolgt nun eine Auseinandersetzung mit neuzeitlicheren Naturdefinitionen.

2.3.1 Tiefenökologie & naturethisches Bewusstsein

Gusetti (2014) erläutert, dass der wirtschaftliche Aufschwung der Nachkriegszeit und der konsumfreudige Lebensstil in den 1970er Jahren zu ersten massiven Umweltproblemen führte. Eine Ressourcenknappheit sowie eine signifikante Umweltverschmutzung manifestierten sich als erste Symptome. Dies resultierte in einer kritischen Hinterfragung des technologie- und konsumorientierten Umgangs mit der Natur (S. 127).

Laut Gusetti (2014) erweisen sich Arne Naess' Naturphilosophie und Ethik aus dieser Zeit in ihrer schlichten Brillanz bis heute als höchst aktuell (S. 128). Als Gründer der tiefenökologischen Bewegung versteht Naess (2002) den Menschen als Mit-Betroffenen der auftauchenden Umweltkrise, als Naturwesen unter vielen Natur-Mit-Lebewesen. Laut Naess mangelt es uns Menschen an Natur-Selbst-Bewusstsein. Der Standpunkt des Menschen in der Umwelt wird zugunsten einer absoluten Zugehörigkeit und Einbindung in ein holistisches Ganzes aufgegeben, welches ein Sein als Teil der und in Einheit mit der Natur betont. Denksuren zu seinen Ideen finden sich durch alle Zeiten und Kulturen, von daoistischem und buddhistischem Naturdenken über christliche Naturphilosophie und abendländischen Denker wie Spinoza oder Heidegger zu feministischem und ökologischem Naturdenken (zit. in Gusetti, 2014, S. 128-129).

Gusetti (2014) erläutert, dass sich die Natur als eine vielschichtig vernetzte und verwobene Wirklichkeit beschreiben lässt, in die der Mensch als Teil des Ganzen eingebunden ist. Naturobjekte, ebenso wie Menschen, stellen Knotenpunkte in einem vernetzten Beziehungsgeflecht dar und sind somit nicht als von ihrer Umgebung völlig verschiedene Entitäten zu betrachten (S. 129). Gemäss Danowski und Viveiros de Castro (2019) betont die Tiefenökologie die Bedeutung des Bewusstseins, dass der Mensch lediglich eine Lebensform unter vielen ist und in hohem Masse von der Artenvielfalt sowie den thermodynamischen und planetarischen Bedingungen der aktuellen Biosphäre und des gegenwärtigen Ökosystems abhängig ist (S. 103).

Naess (2002) postuliert, dass ein philosophischer und religiöser Wertepluralismus die Grundlage für ein kulturübergreifendes, zeitgemässes und friedliches Naturbewusstsein bildet. Auf dieser Basis lässt sich seiner Auffassung nach Naturethik als Selbstverständnis menschlichen Handelns weltweit etablieren. Die tiefenökologische Naturethik soll dabei strikt getrennt von philosophischen und religiösen Überzeugungen betrachtet werden. Die Grundsätze der Tiefenökologie basieren auf einem gewachsenen, ganzheitlichen Naturverständnis, welches die Essenz eines ganzheitlichen Wissens darstellt, das Menschen überall auf der Welt im Laufe der Menschheitsgeschichte sammeln konnten. Die Naturgesamtheit umfasst demnach sämtliche Vernetzung, Vielfalt und Erscheinungsformen, die jemals existiert haben (zit. in Gusetti, 2014, S. 129-130).

Gusetti (2014) führt die Ansicht von Joanna Macy, welche sich ebenfalls als Tiefenökologin versteht, aus und erläutert, dass eine grundlegende Hinterfragung des Umgangs mit dem Menschen als Naturwesen sowie mit der natürlichen Umwelt gefordert wird (S. 142). Für Macy und Brown (2017) impliziert die Entwicklung eines naturethischen Bewusstseins nicht einfach Wechsel von nutzungsorientiertem zu naturethisch bewusstem Handeln, sondern ein Aufbruch in eine neue Ära der Naturverbundenheit (S. 49).

Böhme (2002) betont ebenfalls die Notwendigkeit der Entwicklung eines naturethischen Bewusstseins. Dieses Bewusstsein soll aus einer bereits implizit ethischen Haltung heraus entwickelt werden. Dabei ist die natürliche Umwelt nicht nur als Objekt der Manipulation und Nutzung zu betrachten, sondern als Quelle ästhetischer und sinnlicher Erfahrung, die eine tiefe Verbindung auslöst und ein nachhaltigeres Verantwortungsbewusstsein fördert (S. 286-287).

2.3.2 Rückfällen widerstehen

Laut Gusetti (2014) stellt für Vertreter:innen einer spirituell-ökologischen Denkweise die beseelte Wiederverzauberung einen Lösungsansatz für die naturwissenschaftlich entzauberte Welt und das fragmentierte Denken dar. Die angestrebte Heilung basiert auf einer Kombination aus antiker

Philosophie, die als harmonisches und schönes Ganzes betrachtet wird, sowie einer romantischen Naturdeutung mit beseelter, heiliger Natur. Diese Konzepte können jedoch auch als Offenbarung einer tief verwurzelten Sehnsucht nach alten Werten und Traditionen interpretiert werden. Die Verbindung von ökologischen Standpunkten mit religiöser Ethik birgt daher die Gefahr eines tiefen Misstrauens gegenüber Veränderung und kann zur Etablierung einer neuen vorherrschenden Ideologie führen (S. 164-166).

Wie Gusetti (2014) betont, ist eine kritische Reflexion der eigenen Denklinien also unerlässlich, um zu verhindern, dass ganzheitliche Naturethiken in (religiöse) Überzeugungen und dogmatische «Zurück-zur-Religion-Haltungen» oder «Zurück-zu-den-Gött:innen-Haltung» abdriften. Dann droht die Natur wieder zur heiligen Naturkraft zu mutieren, während der Mensch zu einem besonders privilegierten Wesen im Kosmos avanciert (S. 141). Naess (2002) warnt ausdrücklich vor dieser Entwicklung und betont, dass ideologische und spirituelle Weltanschauungen privat bleiben sollten und sich nicht mit naturethischen Konzepten vermischen dürfen (zit. in Gusetti, 2014, S. 141).

2.4 Inklusive Natur

Es konnte festgestellt werden, dass ein holistisches Weltbild, welches die Verwobenheit von Menschen und Natur anerkennt, sich durch alle Epochen der Naturbetrachtung zieht. Gusetti (2014) verbindet diese holistischen Denkansätze und schafft daraus den Begriff der inklusiven Natur (S. 177).

Gusetti (2014) beschreibt inklusives Naturverständnis folgendermassen:

In einem inklusiven Naturverständnis ist Materie weder leblos und starr noch beseelt-lebendig. Die Naturgesamtheit entspricht einer permanenten Prozesshaftigkeit unterschiedlichster Dimensionen. Der Prozess, den wir leben nennen, ist nur eine von vielen möglichen Formen des Prozess-Seins, ein Prozess der Naturtätigkeit unter vielfältigen Natur-Prozess-Erscheinung. Man muss sich dabei allerdings von jeder Fixierung des Begriffs Leben auf Lebewesen-Leben verabschieden, ohne diese biologische Dimension einerseits abzuwerten, andererseits Lebewesenkriterien irgendwie geheimnisvoll – mit oder ohne Seele – einer Naturmaterie unterzuschieben. Menschen finden sich als Naturprozess innerhalb einer multidimensionalen Natur wieder, die gerade diese Vielfalt an Prozessmöglichkeit auszeichnet. (S. 209)

In einem inklusiven Naturverständnis gilt es laut Gusetti (2014) zur Kenntnis zu nehmen, dass die Natur nicht nur verschiedenartiges Natur-Sein mit all den vielfältigen Qualitäten, Funktionen und Zusammenhängen hervorbringt, sondern dabei auch jede noch so subtile Einheit anders gestaltet. Die Natur verkörpert die Essenz der Individualität und Einzigartigkeit und bleibt undurchsichtig,

uneinsichtig, spontan und einer allgemeinen menschlichen Bestimmung resistent. Das Konzept der Einzigartigkeit ist nicht auf Menschen oder andere Lebewesen beschränkt. Auch die Natur als Ganzes, Planeten, Berge, Pflanzen, Flüsse, Kristalle, Sandkörner und Atome sind durch diesen stillen Glanz der Besonderheit gekennzeichnet. (S. 202-203).

Gusetti (2014) erläutert, dass abgeschlossene Systeme immer zum Teil willkürliche Setzungen sind und ein inklusives Verständnis von Natur eine absolut gültige Systembeschreibung daher verneint (S. 213). Ein inklusives Naturverständnis ist durch eine gewisse Unschärfe und Vagheit gekennzeichnet, die sich auch in der natürlichen Umwelt wiederfindet. Laut Marti (2017) lassen sich in der natürlichen Umwelt überall fließende Übergänge beobachten. Die Grenze zwischen Wasser und Land verändert sich mit jeder Welle, eine Jahreszeit geht in die andere über, Tag und Nacht begegnen sich im unbestimmten Zwischenraum der Dämmerung und Wasser gefriert auf eine dermassen subtile Weise, dass keine exakte Bestimmung des Umschlagpunkt auszumachen ist (S. 163). Die Betrachtung der genannten Prozesse offenbart, dass alles einem beständigen Werden und Vergehen unterliegt, welches in einem kontinuierlichen Prozess miteinander verwoben ist.

2.5 Fazit Kapitel Natur

Was bedeutet Natur für die Menschen?

In der rückblickenden Betrachtung der dargelegten Ergebnisse lässt sich festhalten, dass die Natur als eine Vielfalt an prozesshaftem Geschehen konstatiert wurde. Die Natur ist die vielschichtig vernetzte und verwobene Wirklichkeit, sie durchdringt alles Seiende und manifestiert sich als permanenten Prozess unterschiedlichsten Ausmasses.

Der Begriff «Natur» wird im Rahmen der weiterführenden Arbeit in einem inklusiven Naturverständnis verwendet, wie es in Kapitel 2.4 dargelegt wurde. Ein inklusives Naturverständnis definiert die Natur als ein sich kontinuierlich entwickelndes, multidimensionales Netzwerk von Prozessen, in dem Materie weder als leblos noch als beseelt kategorisiert wird. Die gesamte Vielfalt der Natur, von Planeten bis zu Sandkörnern, verkörpert Individualität und Einzigartigkeit und bleibt der vollständigen menschlichen Bestimmung gegenüber widerständig. Das Konzept inklusiver Natur betont, dass die Natur durch fließende Übergänge und eine gewisse Unschärfe gekennzeichnet ist, da alles einem kontinuierlichen Wandel unterliegt.

Wir Menschen mitsamt unseres Bewusstseinsvermögens können uns darüber freuen, verwoben mit der Natur zu sein. Mit vielfältiger, wunderbarer Natur, Teil des multidimensionalen, nie ganz fassbaren und faszinierenden Naturganzen. Die Natur, als spiralförmige Darstellung mit weichen Rändern, verdeutlicht das dynamische, prozesshafte Allumfassende, in welchem der Mensch und die natürliche Umwelt eingebettet ist (siehe Abbildung 1). Auf diesem Modell wird in den folgenden Kapiteln aufgebaut.



Abbildung 1: Grundlagenmodell der inklusiven Natur (eigene Darstellung)

3 Natur und der gesellschaftliche Wandel des 20. & 21. Jahrhunderts

Im vorliegenden Kapitel wird der gesellschaftliche Wandel unter den Aspekten der Beschleunigungsgesellschaft, der Entfremdung und der ökologischen Krise analysiert. Dabei wird ersichtlich, dass die Bedeutung der inklusiven Natur wird im Kontext dieser gesellschaftlichen Veränderungsprozessen eine neue Dimension erhält.

3.1 Beschleunigungsgesellschaft

In zahlreichen Gegenwartsanalysen wird die Beschleunigung als zentrales Merkmal des modernen Lebens identifiziert. Der Begriff der Beschleunigungsgesellschaft beschreibt laut Rosa (2017) eine Entwicklung, in der soziale, technische und wirtschaftliche Prozesse zunehmend schneller ablaufen. Beschleunigung kann definiert werden als eine Mengensteigerung pro Zeiteinheit (S. 20).

Michalak et al. (2022) legen dar, dass die Moderne angetreten ist, um sich von traditionellen und autoritären Vorgaben zu befreien, um Knappheiten zu überwinden und den Menschen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Dies ist ihr auch insofern gelungen, als wir heute wesentlich mehr Gestaltungsfreiheit in unserem Leben haben als noch vor einem Jahrhundert. Rosa beschreibt diese Entwicklung als Reichweitenvergrößerung (S. 382).

Michalak et al. (2022) führen aus, dass die Industrialisierung uns durch technische Innovation und Effizienzsteigerung mehr freie Zeit ermöglichen sollte, jedoch das Gegenteil eingetroffen ist. Die Beschleunigung unserer Gesellschaft hat zu erhöhtem Stress, zu einer geringeren Aufmerksamkeitsspanne und zu einer Zunahme psychischer Erkrankungen wie Burn-out und Depression geführt (S. 382).

Auch Danowski und Viveiros de Castro (2019) postulieren die unkontrollierte Beschleunigung, in der es für immer schwieriger wird, Schritt zu halten, als einen der zentralen Aspekte der Gegenwart (S. 14). Wie Michalak et al. (2022) die Theorie von Rosa zusammenfassen, liegt der Grund für diese Entwicklung darin, dass moderne Gesellschaften sich nur dynamisch zu stabilisieren vermögen. Das bedeutet, dass sie zur Aufrechterhaltung ihrer Struktur ständig auf Wachstum, Beschleunigung und Innovationsverdichtung angewiesen sind (S. 382). Das naheliegendste Beispiel für diese Struktur ist die Wirtschaft. Diese muss jedes Jahr Wachstumsraten erzeugen, um sich selbst zu erhalten. Ein Rückgang des Wachstums würde das Wirtschaftssystem moderner Gesellschaften gefährden. Der Wohlstand wird mit immer grösserem Aufwand und immer höherer Dynamik aufrechterhalten, was zu einer Überforderung von Psyche und Körper führt (Michalak et al., 2022, S. 382).

Laut Danowski und Viveiros de Castro (2019) empfinden wir in der heutigen Gesellschaft Abscheu vor der Vorstellung von Verlangsamung, Begrenzung und Rückschritt. Alles, was diese Konzepte anspricht oder mit der Idee der Genügsamkeit verbunden ist, wird schnell als rückständig, naiv oder irrational angesehen. In der vorherrschenden Sichtweise gilt nur die Richtung von weniger zu mehr, von geringem Besitz zu grossem Reichtum, von Technik zu Selbstoptimierung und von primitiven zu modernen Lebensweisen als wünschens- und erstrebenswert (S. 151-152).

Meisenzahl (2023) weist darauf hin, dass die Beschleunigungsgesellschaft die Art und Weise verändert hat, wie Menschen mit ihrer Umwelt in Beziehung treten ist (S. 34). Rosa (2019) nennt dies Weltbeziehungen und seine Resonanztheorie dient in diesem Zusammenhang als Messinstrument für die Qualität von Beziehungen (S. 55-56). Die Übersättigung an sozialen Kontakten, z.B. im Verkehr, im digitalen Raum, am Arbeitsplatz und deren Oberflächlichkeit kann als Grund für das Scheitern sozialer Beziehungen konstituiert werden (Meisenzahl, 2023, S. 34). Demgegenüber fordert Rosa (2019) zeitintensive und resonante soziale Beziehungen (S. 298).

3.2 Entfremdung & Resonanz

Der Begriff der Entfremdung wurde von einer Vielzahl von Philosoph:innen und Sozialtheoretiker:innen verwendet und unterschiedlich interpretiert. Im Rahmen dieser Arbeit erfolgt eine Beschränkung auf Rosas Überlegungen. Rosa (2019) beschreibt Entfremdung als gestörte

Weltbeziehungen auf drei Ebenen: der ökologischen, der sozialen und der persönlichen. Auf der ökologischen Ebene zeigt sich dies in der rücksichtslosen Ausbeutung und Zerstörung der natürlichen Umwelt, auf der sozialer Ebene in der Entfremdung vom Miteinander und dem Verlust des Gemeinschaftsgefühls und auf der persönlichen Ebene in der Entfremdung des Individuums von sich selbst. Entfremdung bezeichnet einen gleichgültigen, indifferenten oder feindseligen Modus der Weltbeziehung, aus dem eine Erfahrung der Welt als unverbunden und nichtresponsiv resultiert (S. 303-306). Michalak et al. (2022) führen aus, dass die Erhöhung des Lebenstempos mit einer entgegengesetzten Empfindung, der einer erstarrten, entfremdeten Beziehung zur Welt einhergeht. Je mehr Welt durch Reichweitenvergrößerung verfügbar gemacht wird, desto mehr verstummt sie für die Menschen (S. 382).

Rosa (2019) entwickelt das Konzept der Resonanz als Gegenmodell zur Entfremdung. Resonanz beschreibt die Qualität der Beziehungen, die Menschen zu ihrer natürlichen Umwelt, zu anderen Menschen und zu sich selbst haben. Es ist die Fähigkeit, berührt zu werden und in einen tiefen Austausch zu treten, der über bloße funktionale Interaktionen hinausgeht. Resonanz kann als Offenheit für Berührung mit (in) der Welt beschrieben werden (S. 288). Resonanz ist dabei laut Rosa (2019) kein Gefühlszustand, sondern ein Beziehungsmodus (S. 288). Laut Gross (2022) zeichnet sich dieser Beziehungsmodus durch Offenheit und die Fähigkeit zur Wechselseitigkeit aus. In einer resonanten Beziehung wird das gegenüber nicht nur als Objekt betrachtet, sondern als Subjekt, das eine eigene Stimme hat und gehört wird. Diese Qualität der Weltbeziehungen ist zentral für ein gelungenes Leben und kann als Massstab für das individuelle und politische Handeln dienen (S. 117).

Die Resonanztheorie kritisiert den Steigerungszwang und Konsumismus der modernen Beschleunigungsgesellschaft und betont die Bedeutung von tiefen, erfüllenden Beziehungen. Die Qualität des menschlichen Lebens wird nicht durch die Anzahl der Optionen und Ressourcen bestimmt, sondern durch die Qualität und Resonanz der Weltbeziehungen (Michalak et al., 2022, S. 382). Die Suche nach einem gelingenden Leben sollte demnach nicht auf die Ressourcenerweiterung, sondern auf die Schaffung von Resonanz und gelungenen Weltbeziehungen ausgerichtet sein.

Hier zeigt sich ein direkter Zusammenhang mit dem erläuterten Konzept der inklusiven Natur (vgl. Kapitel 2.4). Dieses beschreibt Natur als dynamischen Prozess, in den der Mensch ganz selbstverständlich miteingewoben ist. Resonanz und inklusive Natur sind Konzepte, die beide die Notwendigkeit betonen, die Welt nicht als eine Ansammlung von Objekten zu sehen, sondern als ein lebendiges Geflecht von Beziehungen. Resonanz mit der Natur kann als ein Weg verstanden werden, die verlorene Verbundenheit wiederherzustellen und tiefe, erfüllende Beziehungen zu fördern, die in der modernen Beschleunigungsgesellschaft oft fehlen. Durch die Anerkennung der inklusiven Natur

können Menschen ein tieferes Verständnis ihrer eigenen Rolle in diesem Netzwerk entwickeln und nachhaltige, resonante Lebensweisen fördern, die sowohl dem individuellen Wohlbefinden als auch der gesellschaftlichen Kohäsion zugutekommen.

3.3 Ökologische Krise

Die oben beschriebenen gesellschaftlichen Entwicklungen haben uns in eine Situation gebracht, in der wir den Bezug zu unseren natürlichen Lebensgrundlagen verloren haben und diese aufgrund ökonomischer Anreize zerstörerisch ausbeuten. Laut Danowski und Viveiros de Castro (2019) bräuchten wir mindestens fünf Erden, wenn die Weltbevölkerung allesamt den amerikanischen Lebensstil adoptieren würde (S. 123).

Laut Lützenkirchen und Wittig (2013) kann die Industrialisierung, die zu einer Entfremdung von der Natur geführt hat, als Ursprung der Ausbeutung der natürlichen Umwelt und der damit verbundenen Gefährdung zukünftiger Generationen angesehen werden. Die gegenwärtige Situation, welche durch eine drohende Erosion der natürlichen Lebensgrundlagen gekennzeichnet ist, kann als Ausdruck einer gestörten Beziehung zwischen Mensch und Natur interpretiert werden. Um eine gesunde Mensch-Natur-Beziehung wiederherzustellen, bedarf es eines gesellschaftlichen Umdenkens und der Vermittlung von Respekt, Liebe und Verantwortung für die Umwelt und Natur. Grundlage für die Übernahme von Verantwortung für den menschlichen Lebensraum ist dabei die Wahrnehmung und das Gefühl der eigenen Verbundenheit mit den Prozessen der Natur (S.27).

Gusetti (2014) stellt fest, dass der Mensch in das Naturgeschehen eingreift, veränderte Naturwelten schafft und seine Lebenszentren immer weiter ausdehnt, wobei der Gestaltungswille als dem Menschen inhärent konstituiert wird. Das Wissen um die Knappheit der Ressourcen hält den Menschen jedoch nicht davon ab, weiterhin kurzsichtig und gewinnorientiert mit der natürlichen Umwelt umzugehen (S. 10).

Um deutlich zu machen, wohin der gesellschaftliche Wandel des 20. und 21. Jahrhunderts die natürliche Umwelt geführt hat, werden nachfolgend einige Gegenwartsdiagnosen aufgeführt.

Laut Danowski und Viveiros de Castro (2019) beschleunigt sich die Abholzung der Regenwälder im Amazonasgebiet und in Südasien, während jährlich zehntausende Arten aussterben. Die Artenvielfalt in den Meeren nimmt rapide ab. Pestizide und Düngemittel übersättigen die Böden. Nahrungsmittel werden genetisch manipuliert und wachsen in megaökonomische Monokulturen. Die Bienenvölker stehen durch eine Vielzahl menschengemachter Faktoren vor dem Aussterben. Der Permafrostboden schmilzt. Die Umweltkatastrophen nehmen zu (S. 128-130).

Gusetti (2014) konstatiert, dass bereits in den 1970er Jahren ein Umdenken in der Gesellschaft zu beobachten war, welches sich in einer Reflexion des leichtfertigen, konsumorientierten Lebensstils und dessen Konsequenzen äusserte. Ökologische Aktivist:innen postulierten ein ganzheitliches Bewusstsein und forderten ein Ende der zerstörerischen Naturnutzung. Dennoch greifen auch heute noch viele Menschen aus Sorglosigkeit und Konsumfreude zu verhängnisvoll produzierten Billigprodukten und künstlich optimierten Lebensmitteln mit langen Transportwegen (S. 11).

3.3.1 Naturwissenschaftliche Grundlagen

Im Jahr 2009 publizierte die Fachzeitschrift «Nature» eine Studie von Rockström et al., in welcher neun biophysische Prozesse des Erdsystems einer Analyse unterzogen und deren Grenzen aufgezeigt wurden. Das Überschreiten dieser Grenzen impliziert zwar keine unmittelbaren, gravierenden Veränderungen, markiert jedoch kritische Schwellen, ab denen die Risiken signifikant ansteigen. Auch das Betreten des Hochrisikobereichs führt nicht zwangsläufig zu sofortigen katastrophalen Veränderungen, birgt jedoch die Gefahr, dass das lebensnotwendige Ökosystem der Erde und langfristig auch die Stabilität und Widerstandsfähigkeit des Erdsystems grundlegend erschüttert werden. Dies würde sich in weitreichenden Umweltschäden manifestieren. Bereits im Jahr 2009 hatten drei Prozesse die Sicherheitszone verlassen: die Verlustrate in der Biodiversität, die menschliche Einwirkung auf die Stickstoffkreisläufe (durch die Entnahme von N_2 aus der Atmosphäre zur Düngerherstellung) sowie der Klimawandel (Rockström et al., 2009, S. 472-473).

Richardson et al. (2023) veröffentlichten in der Zeitschrift «Science Advances» eine aktualisierte Übersicht der neun Prozesse. Mittlerweile hat die Erde bereits bei sechs von neun Prozessen die Sicherheitszone verlassen (siehe Abbildung 2). Die Grenzen der drei oben genannten Prozesse sind inzwischen so weit überschritten, dass der Hochrisikobereich erreicht wurde. Zusätzlich haben die Überladung mit neuartigen Stoffen, die Veränderung von Süßwassersystemen und die Änderung der Landnutzung die Sicherheitszone verlassen (S. 6-9).

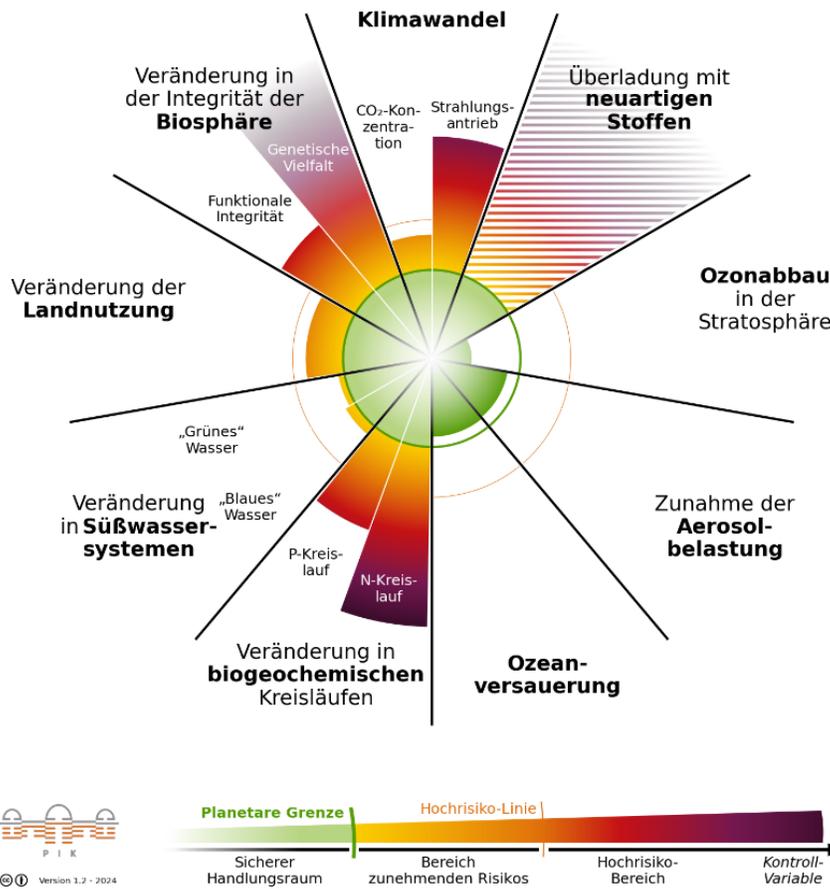


Abbildung 2: Der aktuelle Stand der neun planetaren Grenzen (Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung, 2024)

Die dargelegten Fakten verdeutlichen, dass sich die natürliche Umwelt und damit insbesondere unsere Lebensgrundlage in einer planetaren Krise befinden. Die Menschheit ist in der Lage, einen Grossteil des Lebens auf der Erde auszurotten und dadurch die Natur einer gravierenden Veränderung zu unterziehen. Wie Laatsch und Laatsch (2019) erläutern, existiert Leben in verschiedensten Formen seit Milliarden von Jahren und hat dabei zahlreiche extreme Veränderungen wie Massensterben, Meteoriteneinschläge und globale Eiszeiten überstanden (S. 282-283). Dies demonstriert, dass die Natur stets Wege findet, sich an veränderte Bedingungen anzupassen und weiterzubestehen. Die planetare Krise stellt jedoch für die Menschheit und die gegenwärtige Lebensvielfalt einen entscheidenden Faktor dar, da deren Fortbestand davon abhängt.

3.3.2 Gesellschaftliche Pathologie

Husi (2022) legt dar, dass ein Sachverhalt, in welchem eine Gesellschaft ihre eigenen Lebensgrundlagen zerstört, als gesellschaftliche Pathologie zu bezeichnen ist (S. 303). Unsere Gesellschaft schöpft die erholungsüberfällige Natur weiter aus und verschliesst noch immer die

Augen vor ihrem destruktiven Verhalten. In weiten Teilen der Gesellschaft des globalen Nordens lässt sich ein Aufmerksamkeitsdefizit und einer Hyperaktivität beobachten (ebd.). Die Gesellschaft hat sich in einem Strudel von ökonomischen Paradigmen verloren. Husi (2022) beschreibt diese Entwicklung treffend wie folgt: «Am Horizont erscheinen die Schreckensvisionen von Unproduzierbarkeit, Unregierbarkeit, Unreproduzierbarkeit und Sinnlosigkeit, während Banken und Versicherungen ihren Blick auf mögliche Unfinanzierbarkeit und Unversicherbarkeit richten» (S. 303).

Das Bewusstsein einer inklusiven Natur sowie daraus erwachsende Naturethik vermögen, derartigen Schreckensvisionen Einhalt zu gebieten. Die transformative Kraft der Natur (vgl. Kapitel 4) ermöglicht es Menschen, ihr Urvertrauen, ihre Verbindung zur Erde und zu allem Lebendigen wiederzuentdecken. Im Rahmen dieses Prozesses wird die Angst vor Unproduzierbarkeit und Sinnlosigkeit durch ein Gefühl der Lebensfreude und Zufriedenheit ersetzt (vgl. Kapitel 4.2).

Gusetti (2014) führt aus, dass Naturethik als ein natürliches menschliches Bedürfnis entstehen sollte, da es von entscheidender Bedeutung ist, unseren Umgang mit der natürlichen Umwelt und letztlich mit uns selbst umsichtiger, achtsamer und nachhaltiger zu gestalten, weil wir lebenswerte Welten für uns und unsere Kinder wollen (S. 12).

3.3.3 Anthropomorphe Weltanschauung

Der dargelegte gesellschaftliche Wandel basiert auf einer anthropozentrischen Sichtweise, welche den Menschen als zentralen und wichtigsten Faktor im Universum betrachtet. In diesem Konzept werden die natürliche Umwelt und ihre Ressourcen in erster Linie dazu genutzt, den Bedürfnissen und Wünschen der Menschen zu dienen, was zu einer Instrumentalisierung und Ausbeutung derselben führt.

Danowski und Viveiros de Castro (2019) postulieren auf Basis eine Analyse indigener Kulturen ein anthropomorphes Prinzip. Dieses versteht sich als Gegenpol zu dem in der westlichen Metaphysik tief verwurzelten anthropozentrischen Prinzip. Während der Anthropozentrismus den Menschen als aussergewöhnliche Spezies betrachtet, die durch eine transzendente Qualität über andere Lebewesen erhoben ist, stellt das anthropomorphe Prinzip eine Umkehrung dieses Denkens dar. Das Konzept eliminiert die hierarchische Bewertung und besagt, dass alle Lebewesen, einschliesslich Tiere und Pflanzen, menschenähnliche Eigenschaften besitzen. Diese Sichtweise impliziert, dass das Auftreten des Menschen im Universum kein einzigartiges, herausragendes Ereignis darstellt, sondern vielmehr ein natürlicher Bestandteil des kontinuierlichen Verlaufs der Materie ist (S. 91).

Danowski und Viveiros de Castro (2019) führen aus, dass in der westlichen Philosophie die Kritik am Anthropozentrismus häufig durch die Leugnung der menschlichen Besonderheit erfolgt, wobei der Mensch auf eine Stufe mit anderen Tieren oder materiellen Systemen gestellt wird. Diese materialistische Reduktion zielt darauf ab, den Menschen in die existierende Welt einzugliedern. Demgegenüber betont das anthropomorphe Prinzip, dass nicht nur Menschen, sondern auch Tiere und andere Lebensformen menschenähnlich sind. Diese panpsychische Verallgemeinerung oder Ausweitung zielt demnach darauf ab, die Welt an den Menschen anzupassen und eine tiefere Verbindung zwischen allen Lebensformen zu betonen (S. 92).

Das anthropomorphe Prinzip knüpft an das Verständnis einer inklusiven Natur an und erkennt die intrinsischen Werte aller Lebensformen an. Es steht somit für ein integratives Weltbild, in dem alle Lebewesen gleichwertig und miteinander verbunden sind. Das Prinzip postuliert, dass die gegenseitige Abhängigkeit und die enge Verwandtschaft aller Lebensformen respektiert werden, anstatt eine Hierarchie zu schaffen, die den Menschen über die Natur stellt.

Auch Marti (2017) schliesst sich einer Abkehr von anthropozentrischem Denken an und fordert, die alten Weisheiten neu in die Gegenwart zu übersetzen und im Dialog der Kulturen weiterzuentwickeln, um den zutiefst verunsicherten Gesellschaften des 21. Jahrhunderts einen Weg in die Zukunft zu weisen (S. 40).

3.4 Fazit Kapitel gesellschaftlicher Wandel

Wie beeinflusst der gesellschaftliche Wandel im 20. und 21. Jahrhundert die Bedeutung von Begegnung mit der Natur?

Der gesellschaftliche Wandel des 20. und 21. Jahrhunderts ist geprägt von tiefgreifenden Veränderungen, die das Verhältnis des Menschen zur Natur und zu sich selbst grundlegend beeinflusst haben. Die von Hartmut Rosa beschriebene Beschleunigungsgesellschaft führt zu einer ständigen Erhöhung der Lebensgeschwindigkeit, welche sich in erhöhtem Stress, geringerer Aufmerksamkeitsspanne sowie einer Zunahme psychischer Erkrankungen manifestiert. Parallel zur Beschleunigung zeigt sich eine zunehmende Entfremdung auf ökologischer, sozialer und persönlicher Ebene. Die Ausbeutung und Zerstörung der natürlichen Umwelt, der Verlust von Gemeinschaftsgefühl und die Entfremdung des Individuums von sich selbst sind Symptome dieser gestörten Weltbeziehungen. Das Konzept der Resonanz bildet einen tragfähigen Gegenentwurf dazu. Resonanz beschreibt die Qualität der Beziehungen, die Menschen zu ihrer Umwelt, zu anderen Menschen und zu sich selbst haben. Es ist die Fähigkeit, in einen tiefen, wechselseitigen Austausch zu treten, der über bloße funktionale Interaktionen hinausgeht.

An dieser Stelle zeigt sich eine direkte Verbindung zum Kapitel 2 der vorliegenden Arbeit. Die Anerkennung der Natur als ein Netzwerk von Verbindungen und Abhängigkeiten, in dem der Mensch eingebettet ist, kann dazu beitragen die Entfremdung zu überwinden und tiefere, resonante Beziehungen zu entwickeln. Die gesellschaftliche Pathologie, manifestiert in der Zerstörung der eigenen Lebensgrundlagen, kann durch eine Rückbesinnung auf die Natur und die Entwicklung eines naturethischen Bewusstseins geheilt werden. Die konkreten Wirkungen der natürlichen Umwelt auf den Menschen werden in Kapitel 4 ausführlich erörtert. Dabei wird ersichtlich, dass die natürliche Umwelt eine wesentliche Funktion bei der Bewältigung der Herausforderungen des gesellschaftlichen Wandels einnimmt. Durch die Förderung resonanter Beziehungen und die Anerkennung der inklusiven Natur eröffnen sich Wege, die gesellschaftliche Pathologie zu überwinden und nachhaltige, lebensfördernde Gesellschaften zu gestalten. Die Soziokulturelle Animation kann in vielen ihrer Wirkungsfelder einen wesentlichen Beitrag leisten, um Adressat:innen beim Aufbau resonanter Weltbeziehungen zu unterstützen. Diese Möglichkeiten werden im Kapitel 5 erörtert.

Es wurde dargelegt, dass der Mensch auch auf naturwissenschaftlicher Ebene mit der Natur verknüpft ist. Der Mensch ist in tiefgreifender Weise in ökologische und geophysikalische Prozesse eingebettet, welche die Grundlage für das Leben auf dem Planeten darstellen. Menschliches Handeln und natürliche Systeme wirken wechselseitig aufeinander ein und das Überleben und Wohlergehen der Menschen ist untrennbar mit dem Zustand der Erde und ihres Ökosystems verknüpft. Die Rahmen des vorliegenden Kapitels analysierten Aspekte des gesellschaftlichen Wandels wurden in das Modell integriert (Abbildung 3). Das vorliegende Modell veranschaulicht die Wechselwirkung zwischen Gesellschaft, Mensch und natürlicher Umwelt.

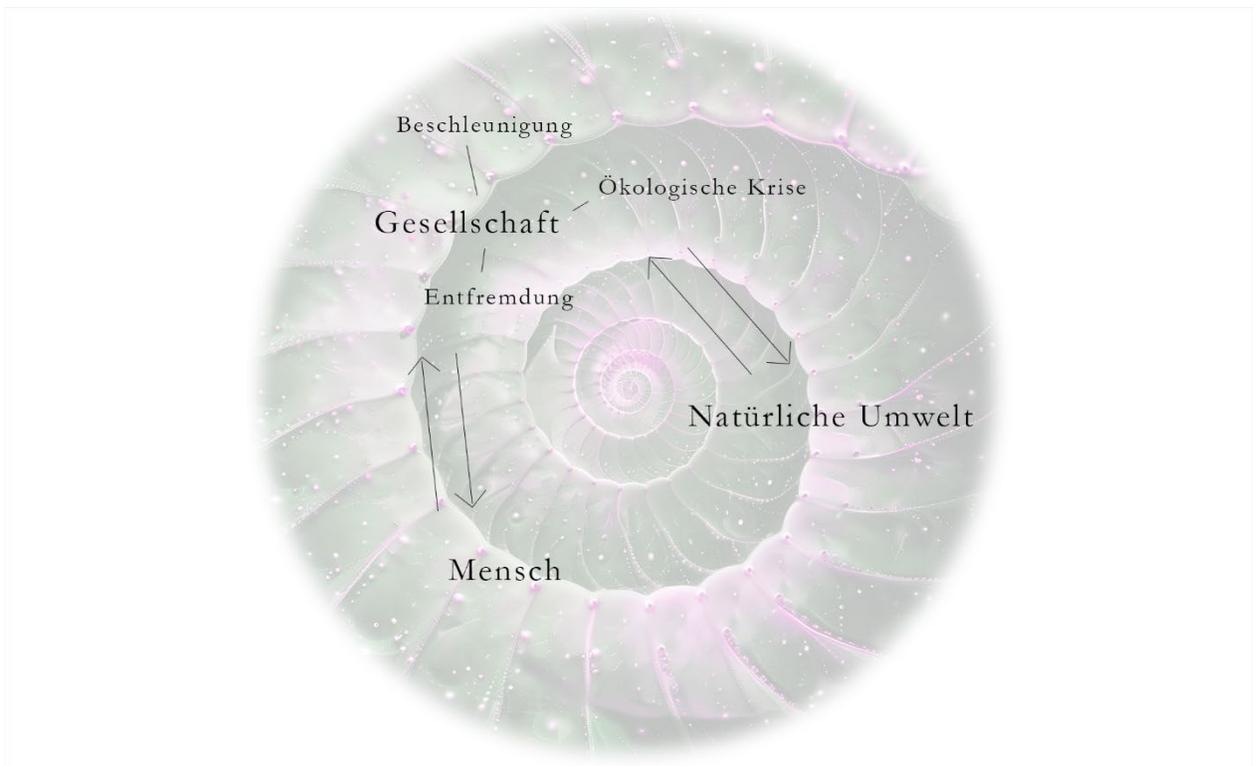


Abbildung 3: Grundlagenmodell der inklusiven Natur ergänzt mit Aspekten des Gesellschaftlichen Wandels (eigene Darstellung)

4 Wirkung von Naturerfahrungen

Das vorliegende Kapitel befasst sich mit den vielfältigen Auswirkungen von Naturerfahrungen auf den Menschen. Dabei wird zunächst analysiert, inwiefern die Interaktion mit der natürlichen Umwelt das körperliche Wohlbefinden beeinflusst. Im Anschluss wird die Bedeutung der natürlichen Umwelt für die psychische Gesundheit des Menschen ergründet. Dabei wird ersichtlich, dass Naturerfahrungen zur Reduktion von negativer Stimmung, einer Förderung der Selbstwahrnehmung sowie einer Anregung kreativer Prozesse beitragen. Das abschliessende Kapitel betrachtet verschiedene Konzepte der Naturverbundenheit und zeigt auf, wie tief verwurzelt die Verbindung zur Natur im menschlichen Erleben ist.

4.1 Gesundheit

Der Begriff «Gesundheit» wird in unterschiedlichen Kontexten mit verschiedensten Bedeutungen verwendet. Daher erfolgt an dieser Stelle eine Begriffsdefinition. Die naheliegende Definition von Gesundheit als Abwesenheit von Krankheit vernachlässigt jedoch wesentliche Faktoren wie Wohlbefinden und Zufriedenheit. Die Weltgesundheitsorganisation (1964) definiert Gesundheit in der Verfassung als einen Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.

Um ein möglichst ganzheitliches Bild von Gesundheit zu zeichnen, wird in der vorliegenden Arbeit mit dem von der Weltgesundheitsorganisation vorgeschlagenen Begriff weitergearbeitet. Der Begriff Gesundheit wird in der vorliegenden Arbeit als Prozess definiert, der sich auf das körperliche, geistige und soziale Wohlbefinden bezieht. Eine Steigerung des Wohlbefindens oder eine verstärkte geistige Aufmerksamkeit trägt ebenfalls zur Steigerung der Gesundheit bei. Da die körperliche, geistige und soziale Gesundheit miteinander eng verknüpft sind, wird auf weitere Unterkapitel verzichtet.

Die körperliche und psychische Gesundheit wird durch den Aufenthalt in der natürlichen Umwelt auf vielfältige Weise positiv beeinflusst. Früchtnicht (2022) legt dar, dass im Vergleich zu urbanen Umgebungen die natürliche Umwelt zu einer Verbesserung kognitiver Fähigkeiten wie Aufmerksamkeit und Konzentrationsfähigkeit führt und dabei hilft, Alltagsorgen zu reduzieren (S. 24). Diese kognitiven Effekte sind von besonderer Bedeutung in einer Zeit, in der viele Menschen unter ständiger Überlastung und Reizüberflutung leiden.

Ein bedeutender Aspekt ist die stressmindernde Wirkung der natürlichen Umwelt. Peter (2019) stellt fest, dass Menschen in der natürlichen Umwelt ruhiger und ausgeglichener werden. Dies liegt daran, dass die natürliche Umwelt die Sinne aktiviert, die Achtsamkeit fördert und durch Bewegung die

allgemeine Gesundheit unterstützt (S. 12). Diese Effekte sind nicht nur subjektiv wahrnehmbar, sondern auch durch medizinische Untersuchungen nachweisbar. Laut Früchtnicht (2022) belegen zahlreiche medizinische Studien, dass der Aufenthalt in der natürlichen Umwelt die Ausschüttung gesundheitsfördernder Hormone anregt, was positive Gefühle und heilende Effekte bewirkt (S. 24).

Ein besonders faszinierendes Beispiel für die positiven Effekte der Natur auf die körperliche Gesundheit ist das Konzept des «Shirin-yoku» oder Waldbadens. Diese Praxis hat ihren Ursprung in Japan und wird dort seit den 1980er Jahren wissenschaftlich erforscht. Das Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes mit allen Sinnen, das unter dem Begriff Waldbaden bekannt ist, hat sich als therapeutische Methode etabliert und findet Anwendung in der Vorbeugung sowie in der unterstützenden Behandlung von Krankheiten (Peter, 2019, S. 12; Arvay, 2018, S. 28).

Gemäss Arvay (2018) kommuniziert das Ökosystem des Waldes über chemische Substanzen, sogenannte Terpene, welche von Pflanzen zur Abwehr von Schädlingen und zur Kommunikation untereinander freigesetzt werden (S. 23-25). Arvay (2018) führt aus, dass das menschliche Immunsystem im Wald auf einen hoch komplexen Lebensraum trifft, in dem eine Vielzahl von Lebewesen miteinander kommunizieren. Beim Einatmen der Waldluft nimmt der Mensch bioaktive Substanzen auf, welche von den Pflanzen an die Waldluft abgegeben werden. Darunter befinden sich auch die Terpene, welche eine gesundheitsfördernde Wirkung auf das menschliche Immunsystem entfalten. Sie stärken die Abwehrkräfte und reduzieren die Konzentration von Stresshormonen im Körper. Eine weitere messbare Wirkung des Waldbadens ist die erhöhte Anzahl und Aktivität natürlicher Killerzellen, welche eine zentrale Rolle im Immunsystem spielen. Diese Effekte halten sogar Tage nach dem Aufenthalt im Wald an. (S. 29-31).

Ein Aufenthalt in der natürlichen Umwelt wird laut Späker (2018) zudem mit einer vitalisierenden Wirkung assoziiert. Die Bewegung und der Kontakt zur Mikroflora der natürlichen Umwelt stärken das Immunsystem, während das Tageslicht die Vitamin-D-Bildung sowie die Ausschüttung von Hormonen fördert, die das Wohlbefinden positiv beeinflussen (zit. in Früchtnicht, 2022, S. 23).

Die natürliche Umwelt bietet einen einzigartigen Raum für die Förderung von psychischer Gesundheit. Bratman et al. (2015) legen dar, dass Naturerfahrungen zu einer signifikanten Verringerung von Angst und negativer Stimmung führen (S. 46).

Laut Früchtnicht (2022) stellt die in der natürlichen Umwelt vorzufindende Vielfalt an unterschiedlichen Landschaftstypen, Bodenarten und Pflanzen auf psychischer Ebene eine wechselnde Anforderung für Menschen dar. Die Naturräume bieten Anlässe zum Kooperieren und Kommunizieren, was sich positiv auf das Sozialverhalten auswirkt. Zudem fördern sie Kreativität

und Motivation. Der kontinuierliche Wandel von Reizen, bedingt durch variable Temperatur-, Feuchtigkeits-, Wind- und Lichtverhältnisse, führen zu einer erweiterten Auseinandersetzung von emotionalen und kognitiven Entwicklungen (S. 27).

Laut Arvay (2018) heisst in der Natur zu sein, sich in einem Umfeld zu bewegen, in dem jede:r so sein kann, wie er oder sie ist und damit die Freiheit, nicht kontrolliert oder beurteilt zu werden, nicht entsprechen zu müssen (S. 129). Eine Studie von Meyer (2011) belegt genau diesen Aspekt der Naturerfahrung. In der Studie wurden nicht heterosexuelle Frauen eingeladen, einige Tage in der Natur zu verbringen. Dies ermöglichte ihnen, den Strukturen und Verurteilungen aus der Gesellschaft zu entrinnen und sich mit ihrem Körper sowie der natürlichen Welt zu verbinden. Im Gegensatz zu den Gefühlen des Andersseins, das viele Frauen im Alltagsleben erfahren hatten, sprachen sie in der Natur von Gefühlen des Ganzseins, des Angenommenwerdens und der Verbundenheit. Die natürliche Umwelt zeigte sich als neutral gegenüber der sexuellen Orientierung der Teilnehmer:innen und wurde daher als Wohlfühlort empfunden (Meyer et al., 2011; zit. in Arvay, 2018, S. 130-132).

Arvay (2018) führt weiter aus, dass die natürliche Umwelt uns vorlebt, was Vielfalt bedeutet. Sie stellt einen Gegensatz zu unserem sehr engen kulturellen, durch Zeitgeist geprägtes Verständnis eines «schönen» Körpers und stösst damit eine Erneuerung unseres natürlichen ästhetischen Empfindens an (S. 172). Arvay (2018) legt dar, dass ähnliche selbststärkende Effekte auch bei Menschen mit Essstörungen und Dysmorphophobie auftreten. Die Erfahrung der natürlichen Umwelt verändert die Körperwahrnehmung und den Umgang mit dem eigenen Körper. Der Blick wird objektiviert und der eigene Körper kann angenommen werden. Dieser Effekt wird auf den Mechanismus der Faszination zurückgeführt, durch den unsere natürliche Aufmerksamkeit aktiviert wird und Raum für neue Gedankengänge und tiefe Einsichten entstehen. Die natürliche Umwelt, mit ihrer Vielzahl von Formen und organischer Asymmetrie, ist faszinierend schön (S. 133).

Ein weiterer Wert der Naturräume ist gemäss Früchtlich (2022) deren Freizügigkeit, welche positiv auf die Psyche wirkt. Insbesondere Kinder sind beim Spielen im Wald kreativer und selbstbestimmter, da das Spiel nicht vorgegeben ist. Naturräume bieten zudem für Menschen jeden Alters zahlreiche Herausforderungen und die Möglichkeit, diese unmittelbar zu bewältigen. Dadurch werden motorische Fähigkeiten als auch das Selbstbewusstsein gestärkt. Die Fähigkeit, den Naturraum eigenständig zu erleben und Probleme selbstständig zu lösen, wirkt sich positiv auf das Selbstwirksamkeitsgefühl aus (S. 27).

Naturerfahrungen wirken auf verschiedenste Weise förderlich auf die körperliche, psychische und soziale Gesundheit ein und stärken zudem die Fähigkeit zur individuellen Lebensbewältigung durch

das Erleben von Selbstwirksamkeit und damit verbundener Resilienz für herausfordernde Situationen.

4.2 Naturverbundenheit

Die Verbindung des Menschen zur Natur stellt ein tief verwurzelt Phänomen dar, welches sich in verschiedenen Kulturen und philosophischen Strömungen manifestiert. Im Folgenden werden verschiedene Konzepte erörtert, welche die Naturverbundenheit des Menschen beschreiben. Dabei wird ein Bogen gespannt von der Biophilie-Hypothese, welche die angeborene Liebe zum Lebendigen und zur Natur postuliert, über das norwegische Konzept des Friluftsliv, welches eine tiefe kulturelle und soziale Verbindung zur Natur beschreibt, bis hin zu den individuellen Erfahrungen der Selbsterkenntnis und Achtsamkeit in der Natur.

4.2.1 Biophilie

Arvey (2018) erläutert, dass der Begriff Biophilie terminologisch von dem Psychoanalytiker und Philosophen Erich Fromm eingeführt wurde und die «Liebe zum Lebendigen» bezeichnet. Fromm konkretisiert den Begriff als «die Sehnsucht der Menschen nach der Natur» (S. 17). Wilson (1984) entwickelte aufbauend die Biophilie-Hypothese, welche das menschliche Bedürfnis postuliert, sich mit anderen Lebewesen zu verbinden. Die Biophilie-Hypothese besagt, dass Menschen eine tief verwurzelte, evolutionär bedingte Verbindung zur Natur haben und ein Teil des Netzes des Lebens sind (zit. in Arvey, 2018, S. 17).

Laut Gebhard (2020) postulierte bereits Freud eine ähnliche These und bezeichnete das Gefühl der allumfassenden Verbundenheit mit der natürlichen Umwelt in seinen Theorien als «ozeanisch» (S. 12). Auch Saerles (2016) vertritt die Auffassung, dass die nichtmenschliche Umwelt eine wesentliche Komponente der psychologischen Existenz des Menschen darstellt und das Individuum ein bewusstes oder unbewusstes Gefühl der Verbundenheit mit seiner nichtmenschlichen Umwelt hat (zit. in Gebhard, 2020, S. 12). Böhme (2002) schliesst sich dieser Feststellung an und bezeichnet es als menschliches Bedürfnis, sich als zugehöriger Teil des Ganzen der umgebenden Natur zu erleben (S. 166).

Das Gefühl der «Verwandtschaft» mit der nichtmenschlichen Umwelt ermöglicht laut Gebhard (2020) eine zentrale emotionale Orientierung (S. 21). Die durch Naturerfahrungen ausgelöste Linderung angstbesetzter Gefühle ist damit zu erklären, dass die erwähnte Verwandtschaft dazu beitragen kann, die existentielle Einsamkeit des Menschen im Universum zu ertragen (Gebhard, 2020, S. 22).

4.2.2 Friluftsliv

Gemäss Hoffmann et al. (2015) hat der Begriff «Friluftsliv» seinen Ursprung in der norwegischen Kultur und beschreibt das besondere Verhältnis der Norweger:innen zur Natur. Friluftsliv bezeichnet eine ausgeprägte Naturverbundenheit, welche einen integralen Bestandteil der norwegischen Lebensweise darstellt. Diese Naturverbundenheit manifestiert sich in privaten Gewohnheiten, wenn Familien, Freundeskreise oder Arbeitskolleg:innen Zeit im Freien verbringen, sowie in nationalen Symbolen, wenn Städte, Kommunen oder das ganze Land Friluftsliv-Aktivitäten organisieren. Seit den 1970er Jahren sind Friluftsliv und die «Schule im Freien» fester Bestandteil des Unterrichts- und Schulalltags (S. 19-20).

Wie Hofmann et al. (2015) darlegen, lassen sich die Wurzeln von Friluftsliv in den Strömungen der Naturromantik des 19. Jahrhunderts ausmachen, welche als eine Reaktion auf die Einschränkungen der Aufklärung entstanden. Im Rahmen der Naturromantik wurde die Natur als Quelle der Erholung und Freude betrachtet und ihre Schönheit anerkannt. Der Dichter Henrik Ibsen (1826-1906) zähle zu den ersten, die den Begriff Friluftsliv prägten. In seinen Philosophien zum menschlichen Leben im Kontext des jahreszeitlichen Wechsels findet sich eine erste schriftliche Fixierung des Begriffs. Friluftsliv umfasst mehr als nur den Aufenthalt im Freien. Es handelt sich hierbei um ein Konzept, das ein ganzheitliches Erleben, Erfahren und Fühlen der Natur fördert. Das Gefühl, eins mit der Natur zu sein, ist zentral für Friluftsliv (S. 21-23).

In einigen modernen Interpretationen wird Friluftsliv laut Hofmann et al. (2015) zu einer Praxis degradiert, bei der die natürliche Umwelt lediglich genutzt oder als eine Art Therapie betrachtet wird. Dabei wird die Naturerfahrung am Wochenende als Möglichkeit zur Regeneration verwendet, um dann während der Arbeitswoche den Stress und die naturfeindlichen Tätigkeiten zu bewältigen. Diese Interpretation verflacht die ursprüngliche Tiefe von Friluftsliv. Vielmehr ist Friluftsliv eine Lebenseinstellung, die ein Leben in Einklang mit der Natur vorsieht. Friluftsliv steht für ganzheitliche Naturerfahrung mit der ihr innewohnenden Stille, Schönheit und Einzigartigkeit. Es fördert ein Gefühl von Freiheit und Unabhängigkeit und, da es meist mit anderen zusammen ausgeübt wird, ein Gefühl von sozialer Zusammenhörigkeit (S. 27-29).

Die Hauptbeweggründe für Friluftsliv sind laut Visit Norway (2024) der Wunsch nach Frieden und Ruhe. In Umfragen gaben 90% der Befragten an, dass sie sich weniger gestresst und besser gelaunt fühlen, wenn sie Zeit in der natürlichen Umwelt verbringen. Die Praxis des Friluftsliv impliziert eine Interaktion zwischen Individuen, welche gemeinsam aktiv werden, neue Wege und Aktivitäten ausprobieren, die Schönheit der natürlichen Umwelt wahrnehmen und einen Beitrag zum Gemeinwohl leisten. Im Konzept des Friluftsliv, das in der norwegischen Kultur tief verankert ist,

wird die transformative Kraft der Natur erlebbar und ist in der Lage, das individuelle und kollektive Wohlbefinden zu steigern. Dies könnte ein Grund dafür sein, dass die Norweger:innen zu den glücklichsten Menschen der Welt zählen (Visit Norway, 2024).

4.2.3 Selbsterfahrung

Der Menschen ist zu einer tiefen Naturbeobachtung und Naturerfahrung fähig. Gebhard (2020) führt aus, dass die Menschen eine emotionale Affinität zu Leben und Lebensprozessen aufweisen, wodurch die beruhigenden, erholsamen und sogar heilenden Effekte lebendiger Natur erklärt werden können (S. 154). Die Begegnung mit der natürlichen Umwelt ermöglicht die Erfahrung der Fülle des Lebendigen.

Arvay (2018) verwendet den Begriff der «Faszination», um dieses Gefühl zu beschreiben. Aufgrund evolutionär verankerter Prozesse ist der Mensch in der Lage, mit den Abläufen der Natur in Resonanz zu treten, wodurch eine Faszination entsteht. Der Anblick des Sternenhimmels offenbart eine endlose geheimnisvolle Weite, der Anblick eines kraftvollen Wasserfalls oder einer aus dem Erdboden spriessenden Blume evoziert das Gefühl der Lebendigkeit (S. 92).

In der natürlichen Umwelt drücken Menschen ihre Lebensfreude, ihre Vitalität und ihr Bedürfnis nach Tätigkeit aus (Lützenkirchen & Wittig, 2013, S.44). Gleichzeitig vermittelt die natürliche Umwelt einen Raum der ständigen Veränderung. In der natürlichen Umwelt steht nichts still, alles entsteht, gedeiht und vergeht. Die Erfahrung dieser ständigen Transformation, löst in einem Menschen ein Gefühl der Sicherheit aus, ein Sich-hingeben in die Arme der Natur, welche sich beständig wandelt und gleichzeitig Verlässlichkeit und Sicherheit bietet.

Laut Früchtnicht (2020) sind die Wahrnehmung und das Erleben von Natur stets Prozesse der Interpretation. Die von der Natur übermittelten Symbole werden individuell wahrgenommen und führen damit zu einzigartigen Erlebnissen. In der Deutung von Naturphänomenen verschmelzen demnach Qualitäten der äusseren und inneren Welt. Beim Erleben der Natur nehmen Menschen stets auch Teile ihrer Weltsicht und damit ihres Selbst wahr. Das Erleben eines Naturphänomens ist folglich als lebendige Selbsterfahrung zu beschreiben. Die Deutung von Naturphänomenen reflektiert zudem persönliche Stimmungen, Hoffnungen und Träume. Das Wahrnehmen von Naturphänomenen resultiert in einer subjektiven emotionalen Bedeutung, die den Ausdruck der eigenen Gefühle und inneren Anteile darstellt und dadurch einen Raum für Selbstbetrachtung eröffnet (S. 29-30).

Arvay (2018) erläutert, dass das Sein in der natürlichen Umwelt mit einem Entkommen der modernen Gesellschaft mit Schönheitsidealen, Medien, Musikvideos und Werbeplakaten einhergeht. Die konstante Reizüberflutung urbanisierter Lebensräume tritt damit in den Hintergrund und macht Platz

für eine Zentrierung, für ein Ausrichten des eigenen Lebensentwurfes und das Entstehen neuer Perspektiven. Es entsteht eine Verwurzelung mit dem Leben und sich selbst (S. 135). Arvay (2018) führt aus, dass sich überall in der natürlichen Umwelt Metaphern und Symbole finden, die Menschen interpretieren können. Dieser hochindividuelle Prozess des Erlebens und Lesens der natürlichen Umwelt variiert je nach Lebensgeschichte, aktueller Situation und je nachdem, welche Themen einen Menschen gerade beschäftigen. Die natürliche Umwelt bietet uns Eindrücke, die wir betrachten und interpretieren können und zugleich einen Rückzugsort, der die Selbstreflexion erleichtert (S. 127-128).

4.2.4 Achtsamkeit in der Natur

Laut Marti (2017) manifestiert sich im menschlichen Geist ein kontinuierlicher Strom an Gedanken. Der Mensch ist mit der Fähigkeit zum Denken ausgestattet, wodurch er in der Lage ist, sich mit seiner Umwelt auseinanderzusetzen. Gleichzeitig ist der Mensch imstande, eine einzigartige Fähigkeit zu nutzen: Er kann innerlich einen Schritt zurücktreten und zum Beobachter seiner eigenen Gedanken werden. In diesem Kontext ist es möglich Gedanken, die kommen und gehen, ohne zu urteilen, wahrzunehmen (S. 63). Rennschuh (2013) führt aus, dass das Innehalten einen Zustand der Achtsamkeit erzeugt. Dieser wird im Zen als ein Zustand der Präsenz beschrieben, in dem eine Verbindung mit dem Hier und Jetzt hergestellt wird (S. 13).

In der natürlichen Umwelt entstehen Momente des Innehaltens, des In-sich-Kehren und Wahrnehmens ganz von selbst. So entstehen Erfahrungen der Selbsterkenntnis und des Friedens. Die Präsenz fördert laut Marti (2017) das Loslassen des ständigen Gedankenstroms, wodurch eine Stille entsteht. In der Folge dessen manifestiert sich eine Verbindung zu einer unfassbaren, nicht in Worten zu greifenden Dimension, wobei sich das Denken auflöst und sich eine grosse Ruhe einstellt. Ein tiefes Vertrauen in das Sein erwacht und das ausgeprägte Wahrnehmungsvermögen, auf welches seit Jahrtausenden zurückgegriffen werden kann, wird dadurch sensibilisiert (S. 95).

Marti (2017) erläutert metaphorisch: «Meist stehen wir der Welt gegenüber, doch es gibt auch Momente der Verbundenheit, in welchen das Ich durchlässig wird und es keine Trennung mehr gibt. Der Baum draussen beginnt in uns zu wachsen» (S. 165).

4.3 Fazit Kapitel Wirkung von Naturerfahrungen

Welche Wirkung entfaltet die Begegnung mit der Natur in den Menschen?

Durch die Untersuchung verschiedener Konzepte wurde ein umfassenderes Bild der Naturverbundenheit gezeichnet und gezeigt, wie diese transformativ wirken kann. Die Begegnung mit der natürlichen Umwelt entfaltet eine bemerkenswerte und vielfältige Wirkung auf den Menschen.

Naturerfahrungen haben nachweislich einen positiven Einfluss auf Gesundheit. Die Aufenthalte in der natürlichen Umwelt resultieren in einer Steigerung der kognitiven Fähigkeiten, einer Reduktion von Stress, der Ausschüttung von gesundheitsfördernden Hormonen sowie einer Stärkung des Immunsystems. Das tiefe Eintauchen in die natürliche Umwelt, wie es beim Konzept des Waldbadens erfolgt, hat therapeutische Effekte und eine noch kraftvollere gesundheitsfördernde Wirkung. Zudem bietet die natürliche Umwelt einen Rückzugsort, der Selbstreflexion und Achtsamkeit fördert. Naturerfahrungen helfen, Ängste und negative Stimmungen signifikant zu verringern und schaffen Räume der Ruhe und Besinnung.

Konzepte wie Biophilie verdeutlichen, wie tief die Natur in das menschliche Erleben und Fühlen integriert ist. Die Wahrnehmung der natürlichen Umwelt als Quelle ästhetischer und sinnlicher Erfahrung führt zu einer tiefgreifenden Verbundenheit mit der Natur. Das Gefühl der Verbundenheit resultiert in einer Haltung der Achtung und des Respekts gegenüber der Natur. Die Erkenntnis der eigenen Existenz in und durch die Natur führt zu einer gesteigerten Wertschätzung und trägt wesentlich zur Entwicklung eines nachhaltigen Verantwortungsbewusstseins bei.

Wie das Konzept von Freiluftsliv in Norwegen exemplarisch verdeutlicht, kann das bewusste und ganzheitliche Erleben der Natur auch eine kulturelle Verankerung erfahren. Dies würde eine Intensivierung der Begegnung mit der Natur sowohl im privaten Leben mit Familie und Freund:innen als auch im institutionellen Leben von Städten und Kommunen bedeuten.

Der Kontakt mit der natürlichen Umwelt fördert zudem die Kreativität, das Selbstbewusstsein und die Selbstwirksamkeit, indem fernab von gesellschaftlichem Druck und Leistungsanforderungen in einem natürlichen Umfeld agiert wird.

Das vorliegende Modell (Abbildung 4) wurde durch die Wirkung der natürlichen Umwelt erweitert. Es veranschaulicht nun die Wechselwirkung zwischen Mensch, Gesellschaft und natürlicher Umwelt. Durch das Erleben der transformativen Kraft der Natur können die negativen Effekte der Beschleunigung und Entfremdung abgemildert werden und eine tiefe Verbundenheit zur Natur entwickelt werden. Diese Verbundenheit kann als Chance erachtet werden, die ökologische Krise zu vermindern, da der Wert der Natur durch Selbsterfahrung und Achtsamkeit anerkannt wird.

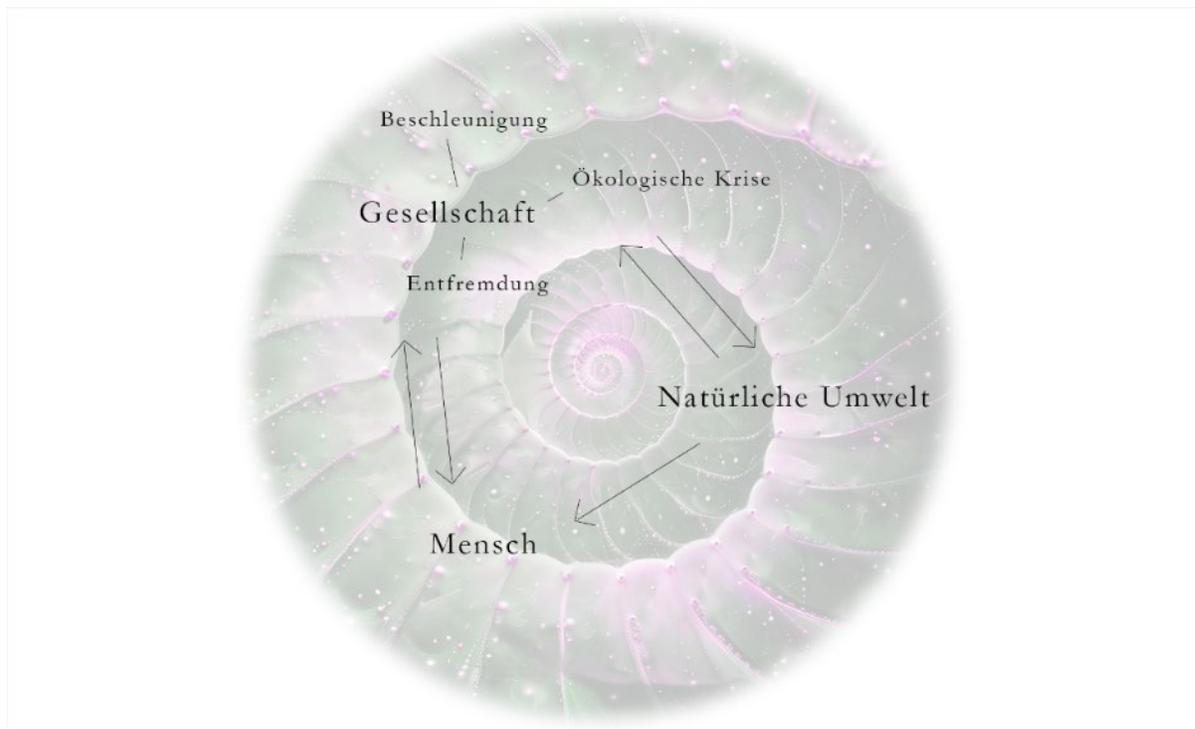


Abbildung 4: Modell der inklusiven Natur (eigene Darstellung)

5 Natur und Soziokulturelle Animation

Eine demokratische Gesellschaft ist auf die Mitwirkung und Teilhabe möglichst vieler Beteiligter angewiesen, da nur so ein stabiles und funktionsfähiges Gemeinwesen gewährleistet werden kann. Die Emanzipation der Individuen sowie die Partizipation am gesellschaftlichen Leben stellen für die Soziokulturelle Animation wesentliche Aspekte dar. Soziokulturelle Animation fördert das soziale und kulturelle Leben einer Gesellschaft, da Kultur und soziale Interaktion wesentliche Faktoren für das Wohlbefinden und die Entwicklung von Individuen und der Gesellschaft sind. Dadurch gestaltet die Soziokulturelle Animation die Gesellschaft mit.

Die Soziokulturelle Animation fungiert als intermediäre Instanz, die eine Vermittlung zwischen verschiedenen Kulturen, Altersgruppen und Lebenswelten anstrebt. Um dies erfolgreich zu tun, ist es laut Moser (2013) wichtig, dass sich Soziokulturelle Animation neugierig und vorurteilslos auf die kulturellen Lebenswelten ihrer Zielgruppe einlässt (S. 74). Das Handlungsfeld der Soziokulturellen Animation ist nicht klar definiert, sondern entwickelt sich dynamisch zwischen verschiedenen gesellschaftlichen Teilsystemen und Menschen. Um die Kohäsion zu fördern und präventiv tätig zu sein, ist es für die Soziokultur unerlässlich, sensorisch den gesellschaftlichen Wandel im Blick behalten und dessen Auswirkungen sowie Herausforderungen für die Individuen wahrzunehmen.

Wie in Kapitel 3 dargelegt wurde, stehen wir inmitten herausfordernder Entwicklungen unserer Gesellschaft. Die Beschleunigung der Welt führt zu einer Entfremdung der Menschen. Demgegenüber stellt die natürliche Umwelt ein wertvolles Mittel zur Förderung der physischen und psychischen Gesundheit, zur Schaffung eines Raumes zur Besinnung und Selbstreflexion sowie zur Ermöglichung tiefgreifender Gemeinschaft dar. Im vorliegenden Kapitel wird erörtert, wie sich die Wirkungsfelder der natürlichen Umwelt mit den Konzepten der Soziokulturellen Animation verbinden lassen.

Lützenkirchen und Wittig (2013) legen dar, dass es eine Aufgabe der Sozialen Arbeit ist, die durch Verstädterung und Technisierung entstandene Entfremdung des Menschen von der Natur auszugleichen (S. 44). Das Defizit kann durch den Einsatz von Methoden der Natur- und Erlebnispädagogik, Urban-Gardening-Projekten sowie der Entwicklung eines naturinklusive Kohäsionsbegriffs adressiert werden. Die Soziokulturelle Animation nimmt auch einen aufklärerischen Auftrag wahr. Es ist erforderlich, die Menschen zu sensibilisieren, sich als Teil der Natur zu begreifen, um auf diese Weise ein nachhaltiges Umweltbewusstsein zu fördern. Dies stellt einen wesentlichen Bestandteil des Aufbaus resonanter Weltbeziehungen dar, welche den Weg zu einer gesunden, kohäsiven, authentischen und liebevollen Gesellschaft ebnen.

Das passive Erleben und Konsumieren einer Gesellschaft führt laut Lützenkirchen und Wittig (2013) zu einer Verminderung von Eigeninitiative und Selbstdisziplin. Ein Mangel an Bewegung führt zu körperlichem Verfall, während die Wegwerfgesellschaft und Massenproduktion einen sorgsamem Umgang mit Ressourcen verhindern. Zudem lässt die Reizüberflutung keinen Raum für Selbstreflexion und Empathie. Demgegenüber fördern Ausflüge und Projekte in der natürlichen Umwelt den Gewinn an Eigeninitiative und tragen zur Heilung der Gesellschaft bei (S.29).

Die Soziale Arbeit, zu der auch die Soziokulturelle Animation zählt, umfasst ein breites Spektrum an Tätigkeitsfeldern und Berufsverständnissen. Gemäss Husi (2022) wird die Soziale Arbeit mitunter als Makropraxis begriffen (S. 301). Dies impliziert, dass professionell angeleitete Interventionen darauf abzielen, Veränderungen in Makrosystemen zu fördern. Verankerte Dynamiken, welche sich seit der Industrialisierung selbst reproduzieren, stehen im Begriff, durch postmoderne Ideen abgelöst zu werden. Die Soziokulturelle Animation kann durch ihre Tätigkeitsfelder in diesem gesellschaftlichen Wandel zur Transformation von Weltbeziehungen beitragen und neue Strukturen fördern, die auf resonanten Weltbeziehungen und naturethischem Bewusstsein basieren.

Im vorliegenden Kapitel werden zunächst die Grundhaltungen der Soziokulturellen Animation dargelegt und mit der natürlichen Umwelt in Verbindung gesetzt. Darauffolgend wird der Begriff der naturinklusive Kohäsion angedacht und die Handlungsfelder der Soziokulturellen Animation erläutert. Abschliessend wird die Rolle der Soziokulturellen Animation in der Schaffung von Umweltbewusstsein beleuchtet sowie die Möglichkeiten von Naturerfahrungen für die Soziokulturelle Animation erörtert.

5.1 Grundhaltungen der Soziokulturellen Animation

Wettstein (2013) beschreibt die Soziokulturelle Animation als ein schwer fassbarer Beruf, der über kein eindeutiges Berufsprofil verfügt. Das Berufsfeld kann aus verschiedenen Perspektiven betrachtet werden und jede Betrachtungsweise wird verschiedene Aspekte, Methoden und Handlungsweisen dieses vielfältigen Berufsfeldes betonen (S. 58).

Im vorliegenden Kapitel werden die Grundhaltungen der Soziokulturellen Animation auf Basis von Literatur sowie dem eigenen Berufsverständnis definiert. Es sei darauf hingewiesen, dass kein Anspruch auf Vollständigkeit erhoben wird und dem Autor bewusst ist, dass auch andere Aspekte in den Mittelpunkt gestellt werden können. Aus Sicht des Autors entsprechen die nachfolgenden Ausführungen zu Partizipation, Empowerment, Bildung und lebenslangem Lernen, Demokratisierung und lokalem Handeln den Grundhaltungen, welche Professionelle der Soziokulturellen Animation in ihrer Arbeit verankern und praktizieren sollen. In den folgenden

Abschnitten erfolgt eine Erläuterung der Grundhaltungen sowie eine Bezugnahme zur transformativen Kraft der Natur.

5.1.1 Partizipation

Die Partizipation stellt laut Stade (2019) ein zentrales Element der Soziokulturellen Animation dar und bildet die Basis für eine Vielzahl ihrer Methoden und Ansätze. Die aktive Einbindung der Beteiligten in Entscheidungsprozesse und die Gestaltung ihrer Lebenswelten ist für das Berufsfeld der Sozialen Arbeit essenziell. Für die Soziokulturelle Animation hat die Partizipation eine Schlüsselfunktion, da Professionelle in ihrem Berufsalltag Projekte, Initiativen und Angebote auf Grundlage der Bedürfnisse von Adressat:innen initiieren und dafür entsprechende Beteiligungsstrukturen schaffen (S. 53).

Anstatt der Politik und Wissenschaft lediglich passiv zu begegnen, soll durch Partizipation – verstanden als aktive Teilhabe mit Aufforderungscharakter – die gegenwärtige und zukünftige Lebenswelt bewusst mitgestaltet werden (Kalff, 2001; zit. in Lützenkirchen & Wittig, 2013, S. 55). Die intrinsische Motivation eines Individuums basiert auf dem grundlegenden Bedürfnis nach Selbstbestimmung, welches durch Partizipation erreicht werden kann. Die Möglichkeit der Beteiligung führt zu einer Stärkung des individuellen Selbstbewusstseins und fördert zudem die soziale Interaktion sowie die Bildung von Gemeinschaften (Lützenkirchen & Wittig, 2013, S. 55).

Laut Stade (2019) kann Partizipation sowohl als Mittel als auch als Ziel in einem Projekt definiert werden. Als Mittel eingesetzt, führt Partizipation zu einer Steigerung der Wirksamkeit von Projekten, da die Beteiligten durch ihre Einflussnahme eine höhere Identifikation und Motivation für das Projekt entwickeln. Zudem kann durch Partizipation die Entwicklung von Kompetenzen gefördert werden. Die Mitgestaltung unterstützt Adressat:innen dabei, ihre subjektiven und kollektiven Ressourcen zu entdecken, zu artikulieren und einzubringen. Als Ziel verstanden, trägt die Maximierung von Partizipation zur Entwicklung einer demokratischen Gesellschaft bei, da Beteiligte die Möglichkeit erhalten, ihre Bedürfnisse einzubringen und sich in Entscheidungsprozessen einzubringen. (S. 52-53).

Die Grundhaltung der Partizipation beinhaltet die Ermutigung zur Mitgestaltung und Mitverantwortung. Die Relevanz von Partizipation lässt sich auch im Kontext der vorliegenden Arbeit verdeutlichen. Die aktive Einbindung von Adressat:innen in Projekte und Initiativen, beispielsweise Gemeinschaftsgärten oder Umweltbildungsaktivitäten, kann zu einer wirkungsvolleren Entfaltung von naturethischem Bewusstsein beitragen.

5.1.2 Empowerment

Das Konzept des Empowerments stellt laut Fritz (2019a) einen wesentlichen Aspekt der Soziokulturellen Animation dar. Es zielt darauf ab, sowohl Individuen als auch Gemeinschaften zu stärken, indem deren Fähigkeiten, Ressourcen und Selbstbewusstsein gefördert werden. Das übergeordnete Ziel besteht in der Befähigung von Menschen, ihr Leben selbstbestimmt zu gestalten und aktiv an gesellschaftlichen Prozessen teilzunehmen. Empowerment unterstützt dabei, die eigenen Stärken und Ressourcen zu erkennen und zu nutzen, um das Leben eigenverantwortlich zu gestalten (S. 42-43).

In diesem Kontext kommt der natürlichen Umwelt eine besondere Bedeutung zu, da sie einen Raum bietet, in dem das eigene Potenzial erkannt und entfaltet werden kann. Naturerfahrungen können dazu beitragen, die eigenen Fähigkeiten und Ressourcen zu erkennen und zu nutzen, was ein wesentlicher Bestandteil des Empowerments ist. Die Begegnung mit den Elementen der Natur, wie Regen und Wind, erweitert die Komfortzone und kann als stärkende Erfahrung gewertet werden, die zu mehr Selbstbestimmtheit, Gelassenheit und Resilienz im Alltag beiträgt (S. Rimmel, persönliche Mitteilung, 2024, 14. Juni).

Moser (2013) legt dar, dass in einer enttraditionalisierten Gesellschaft, in der Normen und Werte ihre bindende Kraft verloren haben, es den Individuen obliegt, selbst zu entscheiden, welche Regeln und Werte für sie gelten sollen. Der Prozess des Empowerments zielt darauf ab, die Adressat:innen dabei zu unterstützen, ihre Bedürfnisse zu klären und Entscheidungen über Normen und Werte zu treffen, die langfristig anwendbar sind. Somit fördert Empowerment sowohl die individuelle Selbstbestimmung als auch die kollektive Handlungsfähigkeit (S. 69-70).

5.1.3 Bildung und lebenslanges Lernen

Ein weiteres wesentliches Konzept der soziokulturellen Animation stellt die Förderung von Bildung und lebenslangem Lernen dar. Dabei kann Bildung nicht allein auf einen formellen Prozess, der in Schulen und Universitäten stattfindet, reduziert werden. Vielmehr umfasst sie auch einen informellen, lebenslangen Prozess, der in vielfältigen Kontexten stattfindet. Fritz (2019b) zufolge zielt die Förderung lebenslangen Lernens in der soziokulturellen Animation darauf ab, Menschen zu bestärken, sich kontinuierlich weiterzubilden und offen für neue Erfahrungen und Erkenntnisse zu sein (S. 114). Die soziokulturelle Animation unterstützt Menschen dabei, neue Fähigkeiten zu erwerben, Wissen zu erweitern und persönliche Entwicklungsmöglichkeiten zu nutzen.

Naturerfahrungen spielen eine bedeutsame Rolle im Bildungsprozess, da sie ein tiefgreifendes Verständnis für ökologische Zusammenhänge und ein Bewusstsein für die eigene Rolle im Geflecht

des Lebens vermitteln. Die Begegnung mit der natürlichen Umwelt ermöglicht es Adressat:innen, zu erlernen, wie sie naturverbunden leben und handeln können. Dies fördert nicht nur das individuelle Wissen, sondern auch die kollektive Verantwortung für die Umwelt.

Des Weiteren sind Naturbegegnungen stets mit inneren und äusseren Herausforderungen verknüpft. Die Stille und die Wirkung der Natur auf den Menschen eröffnen einen Raum zur Introspektion, wodurch Prozesse in Gang gesetzt werden, die zu bedeutsamen, tiefgreifenden und nachhaltigen Erkenntnissen führen.

5.1.4 Demokratisierung

Hug (2013) betont, dass demokratische Prozesse nicht nur auf politischer Ebene stattfinden sollten, sondern vielmehr als alltägliche Praxis in sämtlichen Lebensbereichen verankert werden müssen (S. 210). Husi (2013) unterstreicht die Relevanz der Konfliktminimierung und der konstruktiven Austragung von Konflikten in modernen Gesellschaften, die durch eine weitgehende Differenzierung gekennzeichnet sind (S. 99). Die Soziokulturelle Animation spielt dabei eine wesentliche Rolle, indem sie auf lokaler Ebene soziale Beziehungen ermöglicht, bei Konflikten vermittelt und Räume schafft, in welchen Menschen ihre Stimme erheben und aktiv an gesellschaftlichen Prozessen teilnehmen können (Hug, 2013, S. 210).

Indem Soziokulturelle Animation Menschen zusammenbringt, ermöglicht sie laut Husi (2013) Begegnungen, Gespräche, das Kennenlernen und den Abbau von Vorurteilen. Dies führt zu einer Steigerung des gegenseitigen Verständnisses, wodurch eine konstruktive Austragung von Konflikten ermöglicht wird. Das Entdecken gemeinsamer Interessen, fördert das gegenseitige Vertrauen und die Unterstützung untereinander. Letztendlich trägt dieser Prozess zur Stärkung des Gemeinschaftsgefühls und des sozialen Zusammenhalts bei (S. 101).

Die alltägliche Demokratisierung stellt folglich eine Aufgabe der Soziokulturellen Animation dar, welche eine gleichberechtigte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben für alle Menschen ermöglichen soll. Hug (2013) postuliert, dass die Konsumgesellschaft eine Verführung zur Passivität darstellt und folglich Orte, Momente und Gruppen zu schaffen sind, in denen Menschen die Erfahrung machen, dass sie etwas bewirken können (S. 210). Die Voraussetzung hierfür ist das Gefühl, Teil einer Gesellschaft zu sein und auf tragende soziale Beziehungen zurückgreifen zu können.

Husi (2013) gelangt auf Basis der Theorie Bourdieus zu der Erkenntnis, dass die Positionen im sozialen Raum in erheblichem Masse bestimmten, welche Menschen durch die Soziokulturelle Animation zusammengebracht werden können (S. 108). Die natürliche Umwelt kann als

verbindendes Element für alle Menschen, unabhängig von ihrer Position im sozialen Raum, wirken und besitzt somit ein demokratisierendes Potenzial.

Im Naturraum lässt sich eine Abkehr von der Passivität des Konsumierens hin zu einer aktiven Beteiligung beobachten. Die Förderung des Engagements der Teilnehmer:innen erfolgt in sämtlichen Settings. Dies kann beispielsweise beim Wandern auf unebenem Gelände während eines Campingprojekts, beim Sammeln von Feuerholz für das Abendessen eines Naturpädagogikwochenendes, bei einer Gartenarbeit in urbanem Gebiet oder beim bewussten Wahrnehmen des Atems in einer Wildnis-Therapie der Fall sein. Dabei werden auch Entscheidungsprozesse initiiert, welche das Kollektiv ganz natürlich aushandelt und so Selbstorganisation erlernt. Naturräume zeichnen sich dadurch aus, dass sie einen wertungsfreien Raum darstellen, in dem eine Diskursoffenheit entsteht, was wiederum zur Förderung der Demokratisierung im Alltag beiträgt.

5.1.5 Lokales Handeln

Lokales Handeln ist eine weitere zentrale Grundhaltung der Soziokulturellen Animation und kann laut Moser (2013) als Weg zu einer nachhaltigeren und kohäsiveren Gesellschaft betrachtet werden. In einer Zeit, in der Globalisierungsprozesse viele lokale Gemeinschaften und ihre Strukturen zu überfordern scheinen, bietet die Fokussierung auf lokale Aktivitäten und Engagement eine wertvolle Alternative (S. 76). Beck (1997) postuliert, dass eine Aufwertung des Lokalen eine notwendige Antwort auf die Herausforderungen der Globalisierung darstellt. Seiner Argumentation zufolge können tragfähige Lösungen für gesellschaftliche Probleme durch die Stärkung des demokratischen Nahbereiches gefunden werden (zit. in Moser, 2013, S. 76).

Die Praxis des lokalen Handelns impliziert, dass die Menschen in ihrem unmittelbaren Umfeld aktiv werden, sich in ihrem direkten Umfeld einbringen und dadurch ihre Gestaltungskraft wahrnehmen. Eine lokale Verankerung gibt den Individuen Stabilität und Sicherheit, indem sie ihre Identifikation mit der Gemeinschaft stärkt und soziale Bindungen festigt. Gemäss Husi (2013) eröffnet Soziokulturelle Animation nachhaltige Möglichkeiten, sich als Teil einer Gemeinschaft zu erfahren, was in verschiedenen Bereichen wie in der offenen Jugendarbeit, Seniorenarbeit, Gemeindeentwicklung, Kulturarbeit, lokalen Ökonomie oder der Gestaltung des Wohnsiedlungslebens erfolgen kann (S. 101).

Laut Moser (2013) kann lokales Handeln als ein Schritt in Richtung einer neuen Solidarität betrachtet werden. Diese rehabilitiert das Lokale, das im Kontext der Globalisierung an Bedeutung zu verlieren schien. Die Bewältigung von Problemen, die ihren Ursprung in globalen Entwicklungen haben, kann

durch lokale Lösungsansätze erfolgen. Dies impliziert eine Umverteilung gesellschaftlicher Macht zu lokalen Gemeinschaften (S. 76). Darüber hinaus trägt lokales Handeln zur Etablierung einer lokalen Ökonomie bei, die umweltschonend und resilient gegenüber globalen wirtschaftlichen Schwankungen ist. Die Förderung lokaler Produktion und der Konsum lokaler Produkte bewirken eine Reduktion der Abhängigkeit von globalen Lieferketten und gleichzeitig eine Stärkung der lokalen Ökonomie. Dies hat unmittelbare Auswirkungen auf die natürliche Umwelt, da die umweltschädigenden Transportwege minimiert und die lokale Vielfalt gefördert wird.

In der Praxis der Soziokulturellen Animation zeigt sich die Bedeutung lokalen Handelns in der Konzeption und Realisierung von Projekten, die auf die Bedürfnisse der lokalen Gemeinschaft ausgerichtet sind. Exemplarische Beispiele hierfür sind Gemeinschaftsgärten, lokale Kulturveranstaltungen oder Bildungsprojekte. Einige dieser Konzepte werden in der vorliegenden Arbeit näher erörtert (vgl. Kapitel 5.5).

5.2 Naturinklusive Kohäsion

Die Förderung des gesellschaftlichen Zusammenhalts stellt eine zentrale Aufgabe im Berufsfeld der Soziokulturellen Animation dar. In den meisten Konzepten zur Kohäsion wird der Fokus auf den zwischenmenschlichen Zusammenhalt gelegt. Der Autor postuliert eine Erweiterung des Verständnisses von Kohäsion durch den Begriff der «naturinklusive Kohäsion». Die Integration eines inklusiven Naturbegriffes erlaubt eine Erweiterung des Verständnisses von Kohäsion und die Einbeziehung der Natur als verbindendes Element.

Das Konzept der naturinklusive Kohäsion zeigt auf, wie eine tiefere Verbundenheit zur Natur soziale Bindungen stärken und ein naturethisches Bewusstsein fördern kann. Die im Rahmen der vorliegenden Arbeit dargelegten Überlegungen stellen lediglich Denkansätze dar und können als Grundlage für eine weiterführende Auseinandersetzung mit dem Thema dienen.

5.2.1 Ausdehnung vom Kohäsionsbegriff

Gemäss Husi (2013) ist die Absicht von Soziokultureller Animation die Förderung zwischenmenschlichen Zusammenhalts (S. 101). Laut Jansen (2003; zit. in Husi, 2013) kann Kohäsion als Zusammenhalt eines Kollektivs definiert werden (S. 104). Imbusch & Rucht (2005; zit. in Husi, 2013) erläutern, dass Kohäsion durch die Herstellung emotionaler und expressiver Beziehungen zwischen Menschen gefördert wird (S. 128).

In der vorliegenden Arbeit wird ein inklusives Naturverständnis zugrunde gelegt, dem zufolge Natur ein Netzwerk von Prozessen ist, in das auch der Mensch eingebunden ist. In der Konsequenz lässt sich festhalten, dass die Natur ein Bindeglied zwischen allen Menschen darstellt. Die Entfremdung führte zu einer Fragmentierung und einem Verlust der Verbundenheit. Die Auflösung der Fragmentierung kann durch die Wiedererlangung des Bewusstseins erfolgen, dass der Mensch Knotenpunkte in einem Netz von Naturprozessen darstellt und damit in seiner Existenz nicht völlig verschieden von seiner Umgebung ist.

Daher erscheint es sinnvoll, den Begriff der Kohäsion in einem erweiterten Sinne zu interpretieren, der über das zwischenmenschliche Zusammensein hinausgeht. Die Natur kann als verbindendes Element und damit als unerlässlicher Bestandteil von Kohäsion konstituiert werden. Die Anerkennung eines inklusiven Naturverständnisses kann dem Aufbau resonanter Weltbeziehungen auf ökologischer, sozialer und persönlicher Ebene förderlich sein. Dadurch können nachhaltige, resonante Lebensweisen gefördert werden, die sowohl dem individuellen Wohlbefinden als auch der gesellschaftlichen Kohäsion zugutekommen.

5.2.2 Praxis der naturinklusive Kohäsion

Hangartner (2013) beschreibt die Vernetzungs- und Kooperationsfunktion der Soziokulturellen Animation als Anregung, Förderung, Unterstützung und Begleitung des Aufbaus von sozialen und kulturellen Netzwerken (S. 288). Die Erweiterung dieser Funktion um die Komponente Natur erscheint als schlüssige Weiterentwicklung. In diesem Kontext kann die Soziokulturellen Animation eine Vernetzungs- und Kooperationsfunktion zwischen der Gesellschaft mit all ihren Akteuren (Individuum, Gruppe, Institution) und der Natur einnehmen. In Konsequenz wird die Soziokulturelle Animation zu einer Profession, welche mittels eines naturinklusive Verständnisses zur Förderung des naturethischen Bewusstseins beiträgt und die Verbindung zwischen Gesellschaft und Natur stärkt. Die Vermittlungsposition der Soziokulturellen Animation zwischen der Lebenswelt und System kann um die Komponente Natur erweitert werden.

5.3 Handlungsfelder der Soziokulturellen Animation

Die Soziokulturelle Animation interveniert und handelt in verschiedenen gesellschaftlichen Teilsystemen. Die nachfolgende Darstellung ermöglicht eine Positionierung in Relation zu anderen Professionen und gesellschaftlichen Institutionen. Dabei wird ersichtlich, dass die Soziokulturelle Animation verschiedene gesellschaftliche Bereiche vernetzt und in ihnen wirkt. Willener (2013) weist darauf hin, dass die dargestellte Positionierung nicht die tatsächliche Position in der sozialräumlichen Arbeit abbildet, sondern lediglich eine Anordnung aus Sicht der Soziokulturellen Animation ist (S. 367).

Die als Kreise dargestellten Handlungsfelder weisen direkte Überschneidungen mit der Soziokulturellen Animation auf und grenzen somit deren Kernbereich ab. Als Dreiecke erscheinen jene Handlungsfelder, die erst in jüngster Zeit in das Blickfeld der Soziokultur gerückt sind. Zunehmend zeigt sich, dass die Soziokulturelle Animation aufgrund ihrer Kompetenzen in der Lage ist, Plattformen für Aktivitäten in den Bereichen lokale Ökonomie, Ökologie, Architektur, Städtebau und Raumplanung mitzugestalten (Willener, 2023, S. 368).

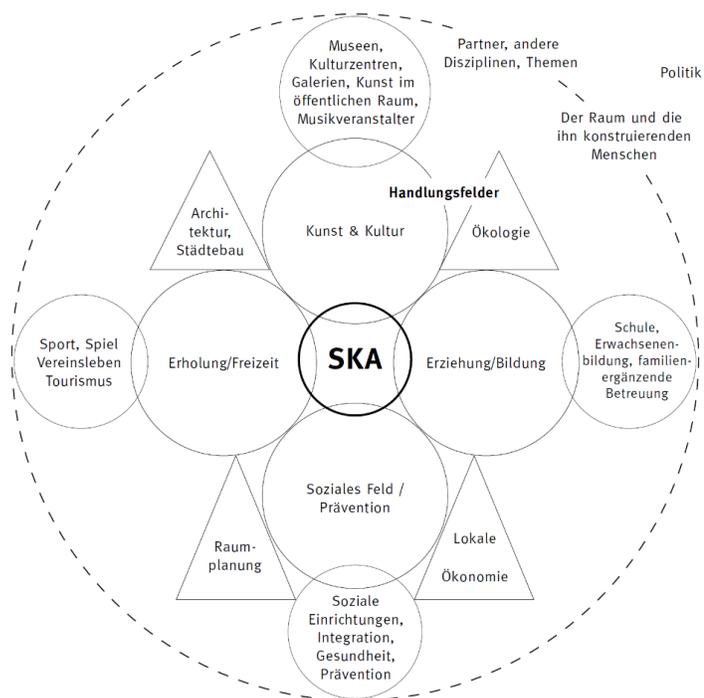


Abbildung 5: Modell der Sozialraumorientierung (Willener, 2013, S. 369)

Das Modell bietet eine Vielzahl von Anknüpfungspunkten für die vorliegende Arbeit. In den nachfolgenden Kapiteln erfolgt eine Analyse ausgewählter Handlungsfelder der Soziokulturellen Animation, wobei auch ihr Bezug zur transformativen Kraft der Natur erörtert wird.

5.3.1 Erholung / Freizeit

Durch die Schaffung und Unterstützung von Naturbegegnungsangeboten, beispielsweise in Form eines kollektiven Waldbadens, kann die Soziokulturelle Animation zu einer qualitativ hochwertigen Freizeitgestaltung und Erholung beitragen. In Kapitel 4.1 wurde dargelegt, dass der Aufenthalt in der Natur eine stressmindernde Wirkung entfaltet, die Sinne aktiviert und zu einer Verbesserung der Gesundheit führt. Diese Erkenntnisse untermauern die Bedeutung der natürlichen Umwelt im Kontext der Erholung. Darüber hinaus bieten Naturbegegnungen einen Raum für Selbstreflexion, haben positive psychische Effekte, fördern die Kreativität und ermöglichen Selbstwirksamkeitserfahrungen. Die genannten Aspekte der Natur sind für die Freizeitgestaltung von Bedeutung und stützen die These, dass Naturbegegnungen ein integraler Bestandteil der Soziokulturellen Animation sind, um das Wohlbefinden und die Lebensqualität der Menschen zu steigern.

5.3.2 Erziehung / Bildung

Ein weiterer, zentraler Anknüpfungspunkt der Soziokulturellen Animation stellt der Bereich der Bildung dar. In Kapitel 4.2 wurde erläutert, dass die Verbundenheit mit der Natur ein tief verwurzelt menschliches Bedürfnis ist. Die Stärkung der Verbundenheit mit der Natur kann durch Bildungsangebote im Bereich der Soziokulturellen Animation erfolgen, indem Menschen aller Altersgruppen die Möglichkeit zur Naturerfahrung und -verstehen geboten wird. Tiefgehende Naturerfahrungen können dazu beitragen, eine emotionale Affinität zum Leben und zu Lebensprozessen zu entwickeln, was die Grundlage für eine nachhaltige Bildung darstellt. Diese Bildungsansätze fördern nicht nur das Wissen über die Natur, sondern auch die persönliche Entwicklung und die Fähigkeit, mit den Herausforderungen des Lebens besser umzugehen. In Kapitel 5.5.1 wird der Aspekt von der naturbezogenen Pädagogik näher ausgeführt.

5.3.3 Ökologie

Das Handlungsfeld der Ökologie wird für die Soziokulturelle Animation zunehmend relevanter, da es darauf abzielt, Umweltbewusstsein zu fördern und nachhaltiges Denken und Handeln zu unterstützen. Hangartner (2013) beschreibt alternative, kulturelle und ökologisch nachhaltige Angebote als eines von vielen Tätigkeitsfeldern der Soziokulturellen Animation (S. 287). In Kapitel 2.4 wurde dargelegt, dass ein inklusives Naturverständnis den Menschen als Teil eines ganzheitlichen, vernetzten Systems betrachtet. Dies impliziert einen Perspektivenwechsel von einem rein konsumorientierten Umgang mit der Natur hin zu einem nachhaltigen und respektvollen Umgang mit der Natur. Diese Perspektive stellt einen grundlegenden Aspekt der ökologischen Arbeit der Soziokulturellen Animation dar, da sie darauf abzielt, das Bewusstsein für die Verbundenheit von Mensch und Natur zu schärfen und ökologische Verantwortung zu fördern. Des Weiteren wurde in

Kapitel 3.3 die Relevanz der Heilung der gestörten Beziehung zwischen Mensch und Natur zum Schutz zukünftiger Generationen betont. Durch die Schaffung von Plattformen und Aktivitäten zur Förderung des Umweltbewusstseins trägt die Soziokulturelle Animation dazu bei, die Beziehung zwischen Mensch und Natur zu stärken, naturethisches Bewusstsein zu teilen und das Engagement der Menschen zu fördern. In Kapitel 5.4 wird das Handlungsfeld Ökologie detaillierter ausgeführt.

5.3.4 Architektur / Städtebau

Die Relevanz der Soziokulturellen Animation im Bereich Architektur und Stadtplanung nimmt laut Willener (2013) zu und die Qualitäten des professionellen Wissens werden zunehmend anerkannt (S. 368). Die Soziokulturelle Animation kann in diesem Handlungsfeld eine vermittelnde Rolle einnehmen oder Projekte initiieren, die eine nachhaltige und lebensweltorientierte Stadtentwicklung fördern. Diese Projekte können von partizipativen Planungsprozessen bis hin zu Urban Gardening Projekten (vgl. Kapitel 5.5.2) reichen. Die Einbindung der Gemeinschaft in die Gestaltung und Nutzung öffentlicher Räume führt zu einer Verbesserung der Lebensqualität sowie zu einer Stärkung des Gemeinschaftsgefühls und der lokalen Identität. Lützenkirchen und Wittig (2013) führen aus, dass Naturräume in urbanen Umgebungen durch ihre Kontakt- und Interaktionsmöglichkeiten eine positive sozialintegrative Funktion haben (S. 43).

Schrack (2009) zeigt auf, dass Städte von ihren Bewohnenden profitieren, wenn diese den Nahraum aktiv und kreativ gestalten. Die Umgestaltung von unansehnlichen Brachflächen in blühende Gärten und beliebte Treffpunkte führt zu einer Aufwertung des Quartiers (zit. in Lützenkirchen & Wittig, 2013, S. 55).

Das Vorhandensein von Natur und Grünflächen in urbanen Gebieten bietet zudem Anreize, sich aktiv in der Natur zu bewegen, was indirekt zur körperlichen und physischen Gesundheit beiträgt (Lützenkirchen & Wittig, 2013, S. 45; Früchtnicht, 2020, S. 24).

Grünflächen und städtische Parks bieten nicht nur Erholungsräume, sondern auch Möglichkeiten für Bewegung, Begegnung und Vernetzung. Diese Zusammenhänge verdeutlichen, wie die Soziokulturelle Animation im Bereich Architektur und Stadtplanung wirkt. Dabei geht es nicht nur um die Gestaltung grüner physischer Räume, sondern auch um die Schaffung sozialer Räume, die das Wohlbefinden und die soziale Kohäsion fördern.

5.4 Umweltbewusstsein

Die Schaffung eines Umweltbewusstseins besteht aus erfahrungsbasiertem und kognitivem Lernen. Das vorliegende Kapitel bezieht sich auf den kognitiven Aspekt der Schaffung von Umweltbewusstsein, während in Kapitel 5.5 die erfahrungsbasierten Aspekte der Schaffung von Umweltbewusstsein aufgegriffen werden.

Der Begriff des Umweltbewusstseins bezeichnet laut Früchtnicht (2022) eine bewusste Wahrnehmung des Menschen, seiner Umwelt sowie der Gefahren des menschlichen Einwirkens auf diese. Die Förderung von Umweltbewusstsein zielt folglich darauf ab, Zusammenhänge zu erkennen, eine Betroffenheit auszulösen und umweltschonendes Handeln bei den Adressat:innen anzuregen. Entscheidend dabei ist, dass keine Ängste und damit verbundene Abwehrmechanismen hervorgerufen werden, sondern eine Sensibilisierung für die Problematiken erfolgt, welche ein intrinsisches Bedürfnis, sich nachhaltiger zu verhalten, auslöst (S. 19).

Beyersdorf et al. (1998) definieren Umweltbildung, wodurch Umweltbewusstsein entsteht, als eine Methode, die nicht darauf abzielt, verbindliche Lösungen für ökologische Probleme zu bieten. Stattdessen unterstützt sie Lernende dabei, verantwortungsvoll mit komplexen und oft kontroversen Problemen umzugehen. Umweltbildung kann nicht auf die kritische Reflexion der bestehenden Werte und Normen verzichten, erhebt jedoch nicht den Anspruch, das „richtige“ Bewusstsein zu vermitteln. Im Rahmen der Umweltbildung geht es darum, die Fähigkeit zur Reflexion und Perspektivenwechsel zu fördern. Es geht darum, die Fantasie für Vielfalt zu wecken und bestehende Lern- und Denkstile aufgabenbezogen zu optimieren. Selbstorganisiertes Lernen und schulische Lernaktivität ergänzen sich dabei gegenseitig, um ein Netzwerk von Bildungsangeboten zu schaffen, das der Vielfalt der ökologischen Aufgaben, Lernanlässe und Zielgruppen gerecht wird (zit. in Lützenkirchen & Wittig, 2013, S. 35).

Die Soziokulturelle Animation kann einen bedeutenden Beitrag zur Förderung des Umweltbewusstseins leisten, indem sie Plattformen bietet, um komplexe ökologische Themen zu diskutieren und Adressat:innen zu ermutigen, verantwortungsvoll mit diesen Herausforderungen umzugehen. Basierend auf den oben erläuterten Prinzipien sollten diese Plattformen darauf abzielen, die Fähigkeit zur kritischen Reflexion und zum Perspektivenwechsel zu fördern, ohne vorgefertigte Lösungen zu präsentieren. Durch das gemeinsame Lernen und den Austausch tragen solche Plattformen zudem zu einer Stärkung der Gemeinschaft bei. Zudem sollte die Soziokulturelle Animation darauf hinarbeiten, partizipative, lokale und gemeinschaftsbasierte Ansätze zu fördern, um unsere Lebensweise nachhaltig und sozial gerecht zu gestalten. Ein Beispiel für nachhaltiges Handeln

ist eine lokale Wirtschaft und die Förderung von Biodiversität durch Urban Gardening Projekte (vgl. Kapitel 5.5.2).

5.5 Möglichkeiten von Naturerfahrungen für die Soziokulturelle Animation

Die Integration von Naturerfahrungen in die Praxis der Soziokulturellen Animation eröffnet ein breites Spektrum an Möglichkeiten. In einer Zeit, in der das urbane Leben und technologische Entwicklungen die menschliche Beziehung zur natürlichen Umwelt zunehmend verdrängen, gewinnen Naturerfahrungen an Bedeutung. Das vorliegende Kapitel untersucht, wie Naturerfahrungen als Instrumente in der Praxis der Soziokulturellen Animation genutzt werden können, um lebensfördernde Veränderungen in Gemeinschaften zu bewirken.

5.5.1 Naturpädagogik

Lützenkirchen und Wittig (2013) umschreiben die Naturpädagogik als ein Konzept, welches die natürliche Umwelt als zentralen Lern- und Erfahrungsraum nutzt, um Menschen jeden Alters Wissen, Fähigkeiten und Werte zu vermitteln. Obwohl der Begriff in unterschiedlichen Interpretationen zu finden ist, lässt sich die Gemeinsamkeit feststellen, dass naturpädagogische Konzepte Aspekte wie Einfachheit, natürliche Bewegung, sinnliches Erleben, Lernen aus einer Erfahrung sowie Selbständigkeit betonen. Dies impliziert ein Plädoyer für ein Lernen, das Erlebnis, Erfahrung und Abenteuer einschliesst (S. 27).

Sebba (1991) hebt die stimulierenden Erlebnisqualitäten der natürlichen Umwelt hervor, die durch eine Vielzahl an Reizen wie Wind, Licht, Temperatur und Gerüche beeinflusst werden. Gleichzeitig bietet die natürliche Umwelt einen kontinuierlichen Wechsel der Reize, der sich auf einer Skala von hell zu dunkel, trocken zu nass und warm zu kalt erstreckt. Diese instabile und fragile Umgebung erfordert ständige Wachsamkeit und Aufmerksamkeit. Der direkte Kontakt zum Lebendigen schafft eine besondere Verbindung zur Natur. Zudem regen die mehrdeutigen, unscharfen und verschiedenartigen Umriss der natürlichen Umwelt die Fantasie stark an (zit. in Gebhard, 2020, S. 89). Laut Früchtnicht (2022) fördern Naturerlebnisse kognitive, emotionale und sinnliche Wahrnehmungen, stärken die Selbstkompetenz, die Konzentrationsfähigkeit, die Kreativität sowie die Motivation (S. 17-18). Lützenkirchen und Wittig (2013) betonen, dass Naturpädagogik nicht nur fachliches Lernen, sondern auch die Förderung von Gruppenstrukturen, Sozialkompetenzen, Handlungskompetenzen, individueller Persönlichkeitsentwicklung und Wertevermittlung umfasst (S. 32).

Der gesellschaftliche Wandel führte zu einer Entfremdung zwischen Mensch und Natur. Um diese Kluft zu verringern und positive Naturbeziehungen zu ermöglichen, ist es von entscheidender

Bedeutung, das Naturwissen wieder ins Bewusstsein zu rufen. Eine moderne Naturpädagogik spielt dabei eine entscheidende Rolle, indem sie Naturverbundenheit, Umweltbewusstsein und ökologisches Handeln stärkt. Dabei sind laut Lützenkirchen und Wittig (2013) vielfältige Wahrnehmungs- und Lernsituationen, statt rein schulischer Wissensvermittlung, essenziell. Naturpädagogische Ansätze betonen einen selbstreflexiven Umgang mit Einstellungen und Verhaltensweisen und fördern die Wertschätzung der natürlichen Umwelt, was zu individuellem Umweltbewusstsein führt (S. 36).

Früchtnicht (2022) hebt hervor, dass zur Stärkung des Umweltbewusstseins möglichst viele Sinne miteinbezogen werden sollten. Naturerfahrungen im Rahmen der Umweltbildung ermöglichen durch individuelle Erlebnisse die Vermittlung von umweltrelevantem Wissen, welches erfahrungsbasiert erlernt wird (S. 20-22). Naturverständnis durchläuft dabei laut Janssen (1988) eine stufenweise Entwicklung, die nicht linear verläuft. Die emotionale Ebene des Naturerfahrens stellt eine grundlegende Komponente dar, welche über die Sachebene des Naturbeschreibens, -erklärens und -verstehens schliesslich zur Bewusstseins- und Handlungsebene führt (zit. in Lützenkirchen & Wittig, 2013, S. 35). Früchtnicht (2022) erläutert, dass insbesondere Naturerfahrungen in der Kindheit einen starken Einfluss auf die Bedeutung von Natur im Erwachsenenalter aufweisen. Dies unterstreicht die Wichtigkeit von informellen Erlebnisräumen in der Natur während des Heranwachsens. Durch den Kontakt mit der Natur entsteht ein Umweltbewusstsein und die Natur wird als schützenswert erachtet (S. 21).

Lützenkirchen und Wittig (2013) erläutern, dass ein weiterer wesentlicher Aspekt der Naturpädagogik der Aufbau einer positiven Beziehung zur Natur ist, um ein gesundes Leben zu ermöglichen (S. 31). Gebhard (2020) unterstreicht, dass ausgedehnte Naturkontakte von entscheidender Bedeutung für eine gesunde Entwicklung sind und das Selbstbewusstsein positiv beeinflussen (S. 87). Früchtnicht (2022) legt dar, dass naturpädagogische Ansätze dabei auf die Rückbesinnung auf den Wert der Natur und dessen Bereicherung für das Leben der Menschen fokussieren. Naturpädagogische Ansätze fokussieren auf die Förderung positiver und einfühlsamer Kontakte zur Natur durch spielerische Aktivitäten und Sensibilisierungsübungen, wobei das Konzept des Flow-Learnings als didaktische Methode Anwendung findet (S. 14-15). Der Begriff Flow bezeichnet in diesem Kontext ein ganzheitliches Gefühl des Aufgehens in einer Tätigkeit, welches eine Aufhebung der Trennung zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft impliziert (Michl, 2009, S. 41).

Die Naturpädagogik stellt für die Soziokulturelle Animation eine wertvolle Methode dar, um die natürliche Umwelt als Lern- und Erfahrungsraum zu nutzen. Sie fördert kognitive, emotionale und soziale Kompetenzen, stärkt Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl und unterstützt die Entwicklung

gesunder, mitfühlender und zufriedenheitsfähiger Persönlichkeiten durch Naturkontakte (Gebhard, 2020, S. 87; Lützenkirchen & Wittig, 2013, S. 31). Die Methode der Naturpädagogik kann von der Soziokulturellen Animation zur Förderung unterschiedlicher Kompetenzen der Adressat:innen eingesetzt werden. Durch positive und einfühlbare Naturkontakte wird zudem eine Sensibilisierung und Rückbesinnung auf die Naturverbundenheit ermöglicht.

5.5.2 Urban Gardening

Der Begriff «Urban Gardening» beschreibt laut Neugarten (o. J.) den Anbau von Pflanzen in städtischen Gebieten. Diese Praxis fördert kurze Transportwege, steigert die Biodiversität und ermöglicht transparente Produktionsbedingungen. Durch Urban Gardening erwerben Teilnehmer:innen Kenntnisse im Gemüseanbau und werden in lokale soziale Strukturen eingewoben. So wird die Identifikation mit dem Stadtteil gefördert und das Lebensgefühl verbessert. Die Grundidee basiert auf der Permakultur, die ein ökologisch, ökonomisch und sozial nachhaltiges Wirtschaften mit allen Ressourcen als Prinzip hat.

Die Urban Gardening Bewegung hat gemäss Lützenkirchen und Wittig (2013) ihre Wurzeln in einem politischen Kontext während der industriellen Revolution, als Verstädterung, Fabrikarbeit, Wohnungsmangel, Umweltverschmutzung und hohe Lebenshaltungskosten zu sozialen Problemen führten. Die Gärten sollten soziale Ungleichheiten mildern, die Gesundheit fördern und Klassenunterschiede überbrücken. Gegenwärtige Urban Gardening Projekte bieten ein sinnstiftendes Betätigungsfeld, das sowohl der Erholung dient als auch Orte der Begegnung und Kommunikation schafft. Diese Projekte erfüllen bedeutende soziale Funktionen, indem sie das Bedürfnis nach Betätigung und Aufenthalt in der Natur auch für einkommensschwache Menschen befriedigen. Typischerweise gemeinschaftsorientiert, fördern diese Gärten die Integration in soziale Netzwerke und stärken das Gemeinschaftsgefühl. Dabei bringen sie Menschen unterschiedlicher sozialer Hintergründe und Herkunft zusammen, wodurch eine soziale Durchmischung entsteht (S. 37-40).

Lützenkirchen und Wittig (2013) führen aus, dass beim Gärtnern Kompetenzen wie Kooperation, Gelassenheit, handwerkliches Können, Lebendigkeit und Empathie gefördert und gleichzeitig ein soziales Miteinander ermöglicht werden. Die Aktivitäten im Freien ermöglichen das Wiederentdecken von verschütteten Fähigkeiten, den Aufbau von Vertrauen in die eigenen Kompetenzen und die Stärkung eines positiven Selbstwertgefühls. Während des Pflegens eines Gartens wird in der eigenen Umgebung Eigenverantwortung und Selbstsorge gelebt. Das Gärtnern kann dabei als Übernahme des eigenen Schicksals und als Erprobung eigener Lösungsansätze wahrgenommen werden (S. 44).

Lützenkirchen und Wittig (2013) legen dar, dass durch den Anbau eines Gartens der Zugang zu frischen Lebensmitteln verbessert, soziale Bindungen gefördert und die Teilnehmer:innen für ein ökologisches Bewusstsein sensibilisiert werden. Gleichzeitig fördert die Pflege eines Gartens Kompetenzen wie Geduld, Bewunderung, Kreativität, Wertschätzung körperlicher Anstrengung und Vertrauen in die Natur. Der Garten bietet einen Raum, in dem sich Menschen als gestaltende Elemente erleben und ihre konstruktiven Qualitäten ausleben können. Dies ermöglicht, sich ein Stück Unabhängigkeit, Selbstvertrauen und Autonomie zu schaffen, was Unsicherheiten entgegenwirkt (S.43-46).

Gärten dienen als Begegnungsort zwischen Mensch und natürlicher Umwelt. Laut Lützenkirchen und Wittig (2013) haben Gärten umfassend positive Auswirkungen auf Körper und Geist, indem sie die Verbindung zur Natur, sinnliche Wahrnehmung, Identitätsfindung, Konzentration, Faszination, Lebensfreude, Ruhe, Entspannung und Stressabbau fördern (S. 40). Lützenkirchen und Wittig (2013) legen dar, dass der Garten aufgrund des jahreszeitlichen Rhythmus des Wachens und Vergehens einem ständigen Wandlungsprozess unterliegt (S. 46). Sie erläutern zudem, dass die Betrachtung des Werdens und Vergehens der Natur die Aufmerksamkeit auf höhere Dinge lenkt (S. 38).

Urban Gardening wirkt gemäss Lützenkirchen und Wittig (2013) einer konsumorientierten Lebensweise entgegen und fördert psychisches und körperliches Wohlbefinden sowie Persönlichkeitsentwicklung. Es unterstützt die aktive Nutzung und Aneignung von Freiräumen, ermöglicht selbstbestimmte Entscheidungen und Handlungen und stärkt das Gefühl der Selbstwirksamkeit. Als Gegenpol zur beschleunigten Gesellschaft fördert das partizipative und gemeinschaftsorientierte Gärtnern die Bildung von Gemeinschaft und lokaler Ernährung (S. 42-44).

Laut Borgstedt (2011) können Urban Gardening Projekte als Orte praktizierter Autonomie bezeichnet werden. In Zeiten zunehmender Rationalisierung, Virtualisierung und Entfremdung bieten Gärten einen Kontrast durch praktische Tätigkeit und Sinnerfahrung im Alltag. Das Bedürfnis nach gesellschaftlicher Mitbestimmung und Selbstbestimmtheit treibt die Entstehung von Urban Gardening Projekten an (zit. in Lützenkirchen & Wittig, 2013, S. 47).

Urban Gardening Projekte sind gemäss Lützenkirchen und Wittig (2013) Orte, an denen produktive Arbeiten stattfinden, jedoch auch Raum für soziale Interaktion und Freizeitgestaltung bieten. Sie haben eine regenerierende und stabilisierende Wirkung auf die Beteiligten. Gärten schaffen ein soziales Gewebe, das als Bezugspunkt dient und die Organisation von Nachbarschaft und Gemeinschaft ermöglicht (S. 47).

Urban Gardening Projekte dienen auch als politische Handlungsräume, die demokratische Aushandlungsprozesse im Hinblick auf den Alltag im Garten, die Gartenstruktur und das soziale Miteinander ermöglichen (Neff, 2009; zit. in. Lützenkirchen & Wittig, 2013, S. 54). Laut Lützenkirchen und Wittig (2013) können innerhalb der Projekte zudem umweltrelevante Themen diskutiert werden, die zu gemeinsamen Lernprozessen und praktischen Lösungsansätzen führen (S. 54). Der lokale Anbau von Lebensmitteln, Kräutern und die Schaffung von Biodiversitätsflächen haben zudem nachhaltige Auswirkungen. Somit sind Urban Gardening Projekte sowohl soziale wie auch ökologische Initiativen.

Wenn der Raum als Gelegenheitsbieter für selbstbestimmte Aneignungsprozesse aufgefasst wird, fungiert ein Garten laut Lützenkirchen und Wittig (2013) als Sozialraum, der es den Menschen ermöglicht, ihre Kompetenzen zu erleben, Ressourcen zu entwickeln, ihren Lebensraum selbstbestimmt zu gestalten und die Lebensqualität selbsttätig zu verbessern. Der blühende Garten wird dabei zu einem sichtbaren Ausdruck der Fähigkeiten derjenigen, die ihn gepflegt und gehegt haben (S. 48).

Die Soziokulturelle Animation kann in der Praxis die integrativen und kohäsiven Qualitäten des Gärtnerns nutzen. Urban Gardening Projekte bieten beispielsweise für Menschen mit Migrationshintergrund die niederschwellige Möglichkeit zu sinnstiftender, praktischer Tätigkeit und sozialer Integration. Ein interkultureller Garten kann sich zu einem Nachbarschaftstreffpunkt entwickeln und einen informellen Austausch von Perspektiven ermöglichen. Zudem wirken die sinnlichen Erfahrungen von Gärten mit ihren Farben, Geräuschen und Düften entlastend und stimmungsaufhellend. Durch gemeinschaftliches Gärtnern werden soziale Bindungen gestärkt, lokale Netzwerke gebildet und ökologische Praktiken vermittelt. Diese Projekte bieten Raum für Austausch, demokratische Aushandlungsprozesse und praktische Tätigkeiten. Urban Gardening Projekte ermöglicht es Adressat:innen, ihre Umwelt aktiv zu gestalten und dadurch Unabhängigkeit und Selbstwirksamkeit zu erfahren.

5.5.3 Solidarische Landwirtschaft

Der Begriff «Solidarische Landwirtschaft» bezeichnet laut der Kooperationsstelle für solidarische Landwirtschaft (2024) ein gemeinschaftsbasiertes landwirtschaftliches Modell, bei dem Erzeuger und Verbraucher eine direkte Partnerschaft eingehen. Die Konsumenten finanzieren die Landwirtschaft im Voraus und teilen sowohl die Ernte als auch die Risiken der Produktion. Diese Kooperation hat eine Stärkung der regionalen Versorgung mit Lebensmitteln, eine Förderung ökologischer Anbaumethoden sowie die Bildung eines solidarischen Netzwerks, welches den Austausch zwischen Stadt und Land unterstützt, zur Folge (Kooperationsstelle für solidarische Landwirtschaft, 2024).

Die Sicherstellung der Ernährung von sich selbst und seinen Mitmenschen kann laut Werner (2011) als oppositionelles Verhalten gegenüber der vorherrschenden neoliberalen Ordnung betrachtet werden. Es handelt sich dabei um eine Abkehr von Fremdregulierung und eine Hinwendung zu Selbstführung, Selbstmanagement und Selbstentfaltung (zit. in Lützenkirchen & Wittig, 2013, S. 47).

Die Prinzipien und Handlungsfelder der Soziokulturellen Animation finden sich in der Solidarischen Landwirtschaft wieder. Beide Ansätze zielen auf die Förderung partizipativer Prozesse und die Stärkung lokaler Gemeinschaften ab. Projekte der Solidarischen Landwirtschaft ermutigen zur aktiven Beteiligung der Mitglieder, was die Partizipation und das Empowerment der Gemeinschaft stärkt. Die Zusammenarbeit in solchen Projekten eröffnet Möglichkeiten für lebenslanges Lernen und demokratische Teilhabe, da Entscheidungsprozesse gemeinsam getroffen und die Verantwortung geteilt wird. Des Weiteren fördern die Projekte das praxisorientierte Lernen sowie ein vertieftes Verständnis für ökologische Zusammenhänge. Durch die direkte Erfahrung und Mitgestaltung in der Landwirtschaft entwickeln die Adressat:innen ein stärkeres Umweltbewusstsein und ein naturethisches Bewusstsein. Projekte der Solidarischen Landwirtschaft bieten somit eine Möglichkeit zur lokalen Versorgung mit Lebensmitteln und tragen zur Stärkung sozialer Bindungen und zur Förderung einer nachhaltigen, gerechten Gesellschaft bei.

5.5.4 Naturerfahrung & Kohäsion

Die natürliche Umwelt bietet einen idealen Raum für die Entwicklung und Vertiefung sozialer Beziehungen. Die Natur bietet einen wertvollen Rahmen, in dem Menschen zusammenkommen und gemeinsam eine Auszeit erleben können, wobei das Miteinander im Vordergrund steht (Arvay, 2018, S. 142). Aktivitäten in der Natur ermöglichen es Menschen, gemeinsam Erfahrungen zu sammeln und resonante Weltbeziehungen zu entwickeln, die über funktionale Interaktionen hinausgehen (Rosa, 2019, S. 288). Die bewusste Wahrnehmung der Verbindung zur Natur das Teilen dieses Gefühls mit anderen, resultieren in einer starken Bindekraft sozialer Beziehungen. So entstehen resonante Beziehungen, die das individuelle Wohlbefinden fördern und zur sozialen Kohäsion beitragen.

Früchtnicht (2022) betont, dass Naturerlebnisprojekte, beispielsweise geführte Wanderungen, Camping oder Naturerkundungen mit thematischen Schwerpunkten wie Barfußlaufen oder Kräutersammeln, das Bewusstsein für die Natur fördern und gleichzeitig soziale Interaktionen und Gemeinschaftsbildung anregen (S. 16). Aktivitäten wie Waldbaden, Naturmeditationen oder Therapie im Wald können zudem mit einer Förderung der psychischen Gesundheit verknüpft werden. Laut Gebhard (2020) haben Untersuchungen in Waldschulen gezeigt, dass soziale Fähigkeiten durch die freie Umgebung und die damit verbundene Verantwortlichkeit für sich selbst und andere flüssiger entwickelt werden (S. 88).

Lützenkirchen und Wittig (2013) betonen, dass die natürliche Umwelt zahlreiche Settings bietet, um Sozialverhalten zu üben. Das gemeinsame Agieren in der natürlichen Umwelt wird die Gemeinschaft gestärkt, gewaltfreie Konfliktlösungen erprobt, die Kommunikation und Kooperation verbessert und das Vertrauen zu sich selbst und anderen gefördert (S. 33). Naturerlebnisse erleichtern laut Lützenkirchen und Wittig (2013) das Verständnis von Gruppenprozessen, da auch in der natürlichen Umwelt systemische Prinzipien vorherrschen, in welchen Lebewesen untereinander im Austausch stehen und ein hochkomplexes System mit vielen Subsystemen bilden. Die Gruppe als sozialen Organismus, der abhängig ist von den Gefühlen und Gedanken der eigenen Mitglieder:innen wahrzunehmen stärkt Rücksichtnahme, Toleranz und Empathie (S. 98).

Darüber hinaus bietet die Natur gemäss Lützenkirchen und Wittig (2013) die Möglichkeit, eigene Verhaltensmuster zu reflektieren und zu verändern. Die Teilnehmer:innen erfahren Verschiedenheit als positiv und gewinnbringend, denn die Natur bietet eine Vielfalt an Beispielen organischen Miteinanders von Formen, Farben, Arten und Lebensweisen. Im Rahmen des gemeinsamen Erlebens erhalten die Teilnehmer:innen die Möglichkeit, Erfahrungen zu sammeln, ohne dass korrigierend eingegriffen wird. Dadurch entwickeln sie selbständig Lösungsstrategien und Kooperationen. Zudem werden Durchhaltevermögen, Geduld, Geschicklichkeit und flexibles Denken gefördert wird (S. 33).

Naturerfahrungen bieten wertvolle Möglichkeiten zur Förderung soziale Kohäsion und individueller Entwicklung. Aktivitäten in der natürlichen Umwelt stärken soziale Bindungen, fördern resonante Weltbeziehungen und tragen zum individuellen Wohlbefinden bei. Die Soziokulturelle Animation kann diese Erkenntnisse nutzen, um Aktivitäten zu organisieren, die Naturerfahrungen in den Mittelpunkt stellen. Durch gemeinschaftliche Naturprojekte können soziale Fähigkeiten gefördert und die Entwicklung von Naturethischem Bewusstsein gestärkt werden.

5.6 Fazit Kapitel Natur und Soziokulturelle Animation

Welche Schlussfolgerungen lassen sich für die Soziokulturelle Animation ziehen?

Die Auseinandersetzung mit der Natur und ihrer Einbindung in die Soziokulturelle Animation verdeutlicht, dass Anknüpfungspunkte an die meisten Grundhaltungen der Soziokulturellen Animation bestehen. Diesbezüglich lassen sich vielfältige Beispiele für partizipatives, lokales, demokratisierendes und kohäsives Handeln finden, die sich mit Naturerfahrungen verbinden lassen.

Das Konzept der naturinklusive Kohäsion postuliert Verständnis, welches die Natur als verbindendes Element anerkennt und in die Praxis der Soziokulturellen Animation integriert. Die Soziokulturelle Animation kann eine Vernetzungs- und Kooperationsfunktion zwischen der Gesellschaft und der Natur einnehmen und in der Konsequenz zur Förderung von naturethischem Bewusstsein und der Verbindung zwischen Gesellschaft und Natur beitragen.

In den vielfältigen Handlungsfeldern der Soziokulturellen Animation existieren eine Vielzahl an Projektideen, welche das soziale und individuelle Wohlbefinden in tiefgreifender Weise beeinflussen können. Die Integration von Naturerfahrungen in die Soziokulturelle Animation birgt ein beträchtliches Potenzial. Naturerlebnisse eröffnen die Möglichkeit, resonante Beziehungen zur Umwelt, zum eigenen Selbst sowie zu anderen Menschen aufzubauen. Zudem bieten Projekte wie Urban Gardening oder Solidarische Landwirtschaft einen Raum für gemeinschaftliches Engagement und die Entwicklung vielfältiger Kompetenzen der Adressat:innen.

Naturerfahrungen fördern nicht nur die Verbundenheit zur Natur, sondern stärken auch das Umweltbewusstsein, intensivieren die soziale Interaktion und stärken das Gemeinschaftsgefühl. In diesem Kontext kommt der Soziokulturellen Animation eine zentrale Rolle zu, da sie dazu beitragen kann, Menschen wieder näher an die Natur zu bringen. Dies erfolgt durch das Öffnen von Erfahrungsräumen, welche die Natur erlebbar machen und damit einen bewussten Umgang mit der Natur fördern. Durch gemeinschaftliche Naturprojekte werden bei den Adressat:innen wichtige soziale Fähigkeiten wie Empathie, Toleranz und Kooperation gefördert. Das Erleben der Natur bietet einen Raum, in dem die Persönlichkeitsbildung, die Gruppenerfahrung und das Schaffen von Umweltbewusstsein miteinander verbunden werden können.

6 Schlussfolgerung

Zum Abschluss dieser Auseinandersetzung mit der transformativen Kraft der Natur und ihrer Rolle in der Soziokulturelle Animation soll nun die These diskutiert werden, die sich durch die gesamte Arbeit zieht.

Die Soziokulturelle Animation ist prädestiniert, um in ihren spezifischen Tätigkeiten und Handlungsfeldern Situationen zu kreieren, in denen das Bewusstsein für die Verbundenheit der Menschen zur Natur gefördert wird und die Natur erlebbar wird.

6.1 Fazit

Die vorliegende Arbeit zeigte, dass die Verbindung von Natur und Soziokultureller Animation ein vielversprechender Ansatz ist, um sowohl individuelle als auch gesellschaftliche Transformationsprozesse anzustossen.

Das inklusive Naturverständnis konstatierte Natur als ein sich kontinuierlich entwickelndes multidimensionales Netzwerk von Prozessen. Der Mensch ist in dieses vielfältige, wunderbare Naturganze eingewoben und ein Bewusstsein dessen führt zu einer Transformation. Durch die Einbindung dieses Wissens in die berufliche Praxis ist es Soziokulturellen Animation möglich, ihre Adressat:innen für die Verbundenheit mit der Natur zu sensibilisieren und ein naturistisches Bewusstsein zu stärken.

Die Analyse des gesellschaftlichen Wandels in Verbindung mit der Wirkung von Naturerfahrungen verdeutlichte, dass Naturerfahrungen von essenzieller Bedeutung sind. Diese können dazu beitragen, resonante Weltbeziehungen zu fördern und die gesellschaftliche Pathologie, manifestiert durch die Zerstörung der eigenen Lebensgrundlagen, zu überwinden. Da sich die Soziokulturelle Animation als Makropraxis begreift, sind diese Erkenntnisse von Bedeutung. In den spezifischen Tätigkeiten sollten Räume geschaffen werden, welche eine Auseinandersetzung mit dem gesellschaftlichen Wandel und der Zerstörung der natürlichen Umwelt ermöglichen. Dadurch kann die Soziokulturelle Animation zur Schaffung von Umweltbewusstsein beitragen und Wege eröffnen, nachhaltige und lebensfördernde Gesellschaften zu gestalten.

Die transformative Wirkung von Naturerfahrungen wurde vielfältig dargelegt und die Verbundenheit des Menschen mit der natürlichen Umwelt unterstrichen. Die natürliche Umwelt wurde als Raum für Selbstreflexion, Achtsamkeit und Besinnung identifiziert und es wurde erläutert, dass die natürliche Umwelt die Förderung von Kreativität, Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit ermöglicht. Zudem tragen Naturerfahrungen massgeblich zur Entwicklung von Umweltbewusstsein bei, denn durch das

Erleben wächst die Wertschätzung der Natur nicht nur auf kognitiver, sondern auch auf emotionaler Ebene. Die natürliche Umwelt ermöglicht es Adressat:innen ihr eigenes Naturbild zu reflektieren und das Bewusstsein für die Verbundenheit in diesem unendlichen, prozesshaften Geschehen zu stärken. Dadurch wird ein naturethisches Bewusstsein gefördert, welches für die Bewältigung gegenwärtiger und zukünftiger Krisen von entscheidender Bedeutung ist.

Es konnte dargelegt werden, dass die Natur sich mit verschiedensten Handlungsräumen der Soziokulturellen Animation verknüpfen lässt. Naturbezogene Projekte wie Naturpädagogik, Urban Gardening und Solidarische Landwirtschaft demonstrieren, dass die Soziokulturelle Animation durch die Schaffung von Naturerfahrungen die Natur erlebbar macht. Diese Projekte bieten Raum für gemeinschaftliches Engagement, Selbstreflexion und die Entwicklung sozialer Fähigkeiten. Die transformative Kraft der Natur intensiviert dabei die soziale Interaktion und stärkt das Gemeinschaftsgefühl.

6.2 Anknüpfungspunkte

Die Konzepte des Urban Gardening und der Solidarischer Landwirtschaft veranschaulichen die Auswirkungen einer lokalen Nahrungsmittelversorgung. Diese Ansätze fördern die Biodiversität, unterstützen die lokale Bevölkerung, reduzieren die Transportwege und tragen zur Gemeinschaftsbildung bei. Die Konzepte eröffnen ein breites Spektrum an Möglichkeiten, um die Soziokulturelle Animation zu bereichern und die lokale Bevölkerung stärker zu vernetzen. Es bietet sich an, die Wirkungen dieser Projekte vertiefter zu analysieren und die dahinter liegenden Konzepte weiterzuentwickeln. Beispielsweise könnte erforscht werden, wie sich solidarische Landwirtschaft in städtischen Gebieten etablieren und fördern lässt. Im Zusammenhang mit der lokalen Nahrungsmittelherstellung könnten progressive Konzepte lokaler und solidarischer Ökonomie untersucht werden.

Die kulturelle Verankerung von Naturerfahrungen, wie sie in Norwegen durch das Konzept des Freiluftsliv bereits etabliert ist, birgt ein beträchtliches Potenzial für weitere Untersuchungen. In zukünftigen Arbeiten könnte analysiert werden, inwiefern sich das Konzept des Freiluftsliv auf andere kulturelle Kontexte übertragen lässt.

Die Zusammenarbeit der Soziokulturellen Animation mit der Stadtentwicklung und Raumplanung kann als wesentlicher Aspekt betrachtet werden. Im Rahmen der vorliegenden Arbeit wurde das Handlungsfeld lediglich angeschnitten, es existieren jedoch zahlreiche Anknüpfungspunkte, um urbane Gebiete grüner und lebenswerter zu gestalten. Eine Untersuchung der Integration von

natürlicher Umwelt in die städtische Infrastruktur aus soziokultureller Perspektive wäre eine interessante Anknüpfung.

Die Dringlichkeit eines Wertewandels hin zu einem naturethischen Bewusstsein wurde in der vorliegenden Arbeit thematisiert, könnte jedoch noch einer detaillierteren Analyse unterzogen werden. Es wäre erfreulich, wenn der in der dieser Arbeit vorgestellte Begriff der naturinklusive Kohäsion als Ansatzpunkt für Überlegungen aus Sicht der Soziokulturellen Animation dienen könnte.

6.3 Schlussbemerkung

Als Menschen ist es uns möglich, uns vor Augen zu führen, wie einzigartig und faszinierend das Leben auf dieser Erde ist. Es mussten eine Vielzahl von Voraussetzungen erfüllt werden, damit Leben in der heutigen Form überhaupt entstehen konnte. Daher ist die Erde mit ihrem Leben ein sehr kostbares Gut. Die Erkenntnis dieser Zusammenhänge führt zu einer tiefen Dankbarkeit. Dankbarkeit für die Natur, für die Wälder, Seen und Berge, für meine Mitmenschen und das Dasein. Durch das Bewusstwerden der Verbundenheit allen Seienden eröffnet sich eine neue Perspektive auf die Zukunft. Als Kollektiv sind wir in der Lage, die Welt, die wir uns wünschen, hervorzubringen.

Es gilt, Ereignisse anzuregen, so klein sie auch sein mögen.

7 Literaturverzeichnis

Arvay, C. G. (2018). *Der Biophilia Effekt: Heilung aus dem Wald* (5. Aufl.). Ullstein.

Böhme, G. (2002). *Die Natur vor uns: Naturphilosophie in pragmatischer Hinsicht*. Die Graue Edition.

Brand, K. (2018). Zum historischen Wandel gesellschaftlicher Naturverhältnisse in der kapitalistischen Moderne. In H. Laux & A. Henkel (Hrsg.), *Die Erde, der Mensch und das Soziale: Zur Transformation gesellschaftlicher Naturverhältnisse im Anthropozän* (S. 91-112). Transcript Verlag.

Bratman, G. N., Daily, G. C., Levy, B. J., & Gross, J. J. (2015). The benefits of nature experience: Improved affect and cognition. *Landscape and Urban Planning*, 138, 41-50. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2015.02.005>

Danowski, D. & Viveiros de Castro, E. (2019). *In welcher Welt leben?: Ein Versuch über die Angst vor dem Ende* (C. van Loyen & U. van Loyen, Übers.). Matthes & Seitz (port. Há Mundo Por Vir? Ensaio Sobre os Medos e os Fins, Cultura e Barbárie 2014).

Fritz, A. (2019a). Empowerment. In A. Willener & A. Fritz (Hrsg.), *Integrale Projektmethodik* (S.42-48). interact.

Fritz, A. (2019b). Informelles Lernen. In A. Willener & A. Fritz (Hrsg.), *Integrale Projektmethodik* (S. 110-115). interact.

Früchticht, K. (2022). *Naturerleben und Reflexion: Eine qualitative Untersuchung zur Erforschung von Naturerfahrungen Jugendlicher im schulischen Kontext*. Springer VS.

Gebhard, U. (2020). *Kind und Natur: Die Bedeutung der Natur für die psychische Entwicklung* (5., aktualisierte Aufl. 2020 edition.). Springer VS.

Gross, M. (2022). *Spiritualität der Sozialen Arbeit: Resonanz bei Hartmut Rosa und Sein bei Meister Eckhart als Verbundensein mit dem Anderen*. Nomos Verlagsgesellschaft.

Gusetti, A. (2014). *Kopfüber in die Natur: Können wir lernen Natur zu sein?* Der blaue Reiter.

Hangartner, G. (2013). Ein Handlungsmodell für die Soziokulturelle Animation zur Orientierung für die Arbeit in der Zwischenposition. In B. Wandeler (Hrsg.), *Soziokulturelle Animation:*

Professionelles Handeln zur Förderung von Zivilgesellschaft, Partizipation und Kohäsion (S. 265-322). interact.

Heinsch, M. (2012). Getting down to earth: Finding a place for nature in social work practice. *International Journal of Social Welfare*. 21(3), S. 309-318. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2397.2011.00860.x>

Hofmann, A. R., Rolland, C. G., Rafoss, K., & Zoglowek, H. (2015). *Friluftsliv – ein norwegisches Phänomen: Eine Lebensphilosophie in Theorie und Praxis*. Waxmann.

Hug, A. (2013). Eine Praxis der alltäglichen Demokratie. In B. Wandeler (Hrsg.), *Soziokulturelle Animation: Professionelles Handeln zur Förderung von Zivilgesellschaft, Partizipation und Kohäsion* (S. 203-222). interact.

Husi, G. (2013). Die Soziokulturelle Animation aus strukturierungstheoretischer Sicht. In B. Wandeler (Hrsg.), *Soziokulturelle Animation: Professionelles Handeln zur Förderung von Zivilgesellschaft, Partizipation und Kohäsion* (S. 98-155). interact.

Husi, G. (2022). Grüne Soziale Arbeit – eine sozialtheoretische Fundierung. *Soziale Arbeit*, 71(8–9), 300–309. <https://doi.org/10.5771/0490-1606-2022-8-9-300>

Kooperationsstelle für solidarische Landwirtschaft. (2024). *Was ist solidarische Landwirtschaft*. <https://www.solawi.ch/kooperationsstelle/was-ist-solawi/>

Laatsch, K., & Laatsch, A. (2019). *Vom Sternenstaub zum Menschen: Eine kurze Geschichte des Lebens*. Reader's Digest.

Lützenkirchen, A., & Wittig, A. (2013). *Natur, Gärten und Soziale Arbeit: Theorie und Praxis naturgestützter Intervention*. Jacobs.

Macy, J. R. & M. Brown (2017). *Für das Leben! Ohne Warum: Ermutigung zu einer spirituell-ökologischen Revolution* (B. Hanburger-Langer & G. Hamburger, Übers.). Junfermann Verlag (engl. *Coming Back to Life: The Updated Guide to the Work that Reconnects*, New Society Publishers 2014).

Marti, L. (2017). *Der innere Kompass: Was uns ausmacht und was wirklich zählt*. Verlag Herder.

Meisenzahl, M. (2023). Mögliche alternative Wohlfandsfaktoren. In G. Schweppenhäuser, J. Popp & C. Bauer (Hrsg.), *Designmethoden im Zeitalter ihrer technischen Reproduzierbarkeit* (S. 31-34). Springer VS.

Merz, A., & Sägesser, R. (2018). *Entfremdung von der Natur: Handlungsmöglichkeiten der Soziokulturellen Animation um der Naturentfremdung bei Kindern und Jugendlichen entgegenzuwirken* [Bachelorarbeit, Hochschule Luzern, Soziale Arbeit]. LARA Lucerne Open Access Repository and Archive. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1435825>

Michalak, J., Nething, E. & Heidenreich, T. (2022). Beschleunigung, Resonanz und Achtsamkeit. *Die Psychotherapie*, 67(5), S. 381-387. <https://doi.org/10.1007/s00278-022-00584-z>

Michl, W. (2009). *Erlebnispädagogik*. E. Reinhardt.

Moser, H. (2013). Gesellschaftlicher Wandel und Animation. In B. Wandeler (Hrsg.), *Soziokulturelle Animation: Professionelles Handeln zur Förderung von Zivilgesellschaft, Partizipation und Kohäsion* (S. 63–94). interact.

Neugarten. (o. J.). *Info*. <https://www.neugarten.ch/info/>

Peter, K. (2019). *Coachingraum Natur: Draussen Entspannung, Kraft und Lebendigkeit finden*. Schirner Verlag.

Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung. (2024). *Der aktuelle Stand der neun Planetaren Grenzen*. <https://www.pik-potsdam.de/de/produkte/infothek/planetare-grenzen/planetare-grenzen>

Rennschuh, H. (2013). *Innehalten: Eine Anstiftung zur Entschleunigung*. Kamphausen.

Richardson, K., Will, S., Lucht, W., Bendtsen, J., Cornell, S., Donges, J., Drüke, M., Fetzer I., Bala, G., von Bloh, W., Feulner, G., Fiedler, S., Gerten, D., Gleeson, T., Hofman, M., Husikamp, W., Kummu, M., Mohan, C., Nogués-Bravo, D., Petri, S., et al. (2023). Earth beyond Six of Nine Planetary Boundaries. *Science Advances* 9 (37). <https://doi.org/10.1126/sciadv.adh2458>

Rockström, J., Steffen, W., Noone, K., Persson, A., Chapin, S., Lambin, E., Lenton, T., Scheffer, M., Folke, C., Schellnhuber, H. J., Nykvist, B., de Wit, C., Hughes, T., van der Leeuw, S., Rodhe, H., Sörlin, S., Snyder, P. K., Costanza, R., Svedin, U., Falkenmark, M. et al. (2009) A safe operating space for humanity. *Nature*, 461, 472–475. <https://doi.org/10.1038/461472a>

Rosa, H. (2017). Gelingendes Leben in der Beschleunigungsgesellschaft. In T. Kläden & M. Schüssler (Hrsg.) *Zu schnell für Gott: Theologische Kontroversen zu Beschleunigung und Resonanz* (S. 18-51). Herder.

Rosa, H. (2019). *Resonanz: Eine Soziologie der Weltbeziehung*. Suhrkamp.

Stade, P. (2019). Partizipation. In A. Willener & A. Friz (Hrsg.), *Integrale Projektmethodik* (S. 50–67). interact.

Visit Norway. (2024). *Friluftsliv: Die norwegische Naturverbundenheit*.
<https://www.visitnorway.de/aktivitaten/freie-natur/friluftsliv/>

Weltgesundheitsorganisation. (1964). Constitution.
<https://www.who.int/about/governance/constitution>

Wettstein, H. (2013). Hinweise zu Geschichte, Definition, Funktionen. In B. Wandeler (Hrsg.), *Soziokulturelle Animation: Professionelles Handeln zur Förderung von Zivilgesellschaft, Partizipation und Kohäsion* (S. 15–60). interact.

Willener, A. (2013). Sozialräumliches Handeln. In B. Wandeler (Hrsg.), *Soziokulturelle Animation: Professionelles Handeln zur Förderung von Zivilgesellschaft, Partizipation und Kohäsion* (S. 349-379). interact.