

Erholungsort Wald: den Alltag zurücklassen

Anika Gaggermeier, Helena Eisele

Für die meisten Menschen ist der Wald heutzutage nicht mehr Arbeitsstätte, sondern vielmehr ein Ort für Freizeitaktivitäten. Als Raum für Erholung und Naturerleben hat er in den letzten Jahren stetig an Bedeutung gewonnen. Die in diesem Artikel vorgestellten Ergebnisse einer Befragung verdeutlichen, auf welche Art und Weise die bayerische Bevölkerung den Wald zur Erholung nutzt und wie zufrieden sie mit ihren Waldbesuchen ist.



1 Viele Menschen nutzen den Wald, um dort sportlich aktiv zu sein. Foto: T. Hase, StMELF

Im Projekt »Soziokulturelles Waldmonitoring Bayern – WaMos Bayern« wurde im Jahr 2020 in Anlehnung an Untersuchungen aus der Schweiz und Baden-Württemberg eine repräsentative Bevölkerungsumfrage von insgesamt 3.504 Personen zum Thema Wald erstellt und ausgewertet. Die Studie wirft einen aktuellen Blick auf das gesellschaftliche Stimmungsbild zu wichtigen forstpolitischen Fragen. Im dritten Beitrag unserer Artikelserie »Die Bayern und ihr Wald« beschäftigen wir uns mit der Erholung im Wald.

Aktivitäten und Intensität der Waldbesuche

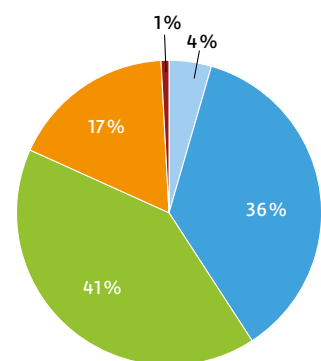
Menschen, die in den Wald gehen, tun dies meist in Form eines Spaziergangs (89%). Dies ist wenig überraschend und bestätigt die Ergebnisse vieler Studien aus dem Bereich der Walderholung (Hunziker et al. 2012, Pauleit und Lupp 2016). Neben dieser sehr häufig genannten Tätigkeit wollen Menschen im Wald aktiv

entspannen (48%), die Natur erleben (48%) oder einfach nur gemeinsame Zeit mit ihrer Familie verbringen (25%). Auch das Sammeln von Pilzen und Früchten ist für viele ein Grund in die Natur zu gehen (18%). Zusätzlich zu den genannten Aktivitäten dient der Wald der sportlichen Ertüchtigung und wird zum Wandern, Radfahren und Joggen genutzt (57%). Knapp 2,5% der Befragten geben an, dass sie den Wald (auch) zur Arbeit aufsuchen. Die Hauptberührungspunkte der bayerischen Bevölkerung mit dem Naturraum Wald bestehen also im Rahmen der Freizeitgestaltung.

Wie intensiv nutzen Besucher den Wald für ihre Aktivitäten? Um dieser Frage nachzugehen, bietet sich eine Analyse der Besuchsdauer und -häufigkeit an. Ein »typischer« Waldaufenthalt dauert durch-

schnittlich 80 Minuten. 90% der Befragten verbringen bis zu zwei Stunden im Wald, 58% bis zu einer Stunde. Einige wenige Besucher führen auch drei oder sogar vier Stunden lang Aktivitäten im Wald durch (beispielsweise bei der Jagd). Betrachtet man die Häufigkeit der Waldbesuche, zeigt sich ein saisonaler Effekt im Nutzungsverhalten der bayerischen Bevölkerung. Im Frühjahr, Sommer und Herbst gehen 13% täglich in den Wald, jeweils circa ein Drittel ein- bis zweimal in der Woche bzw. ein- bis zweimal im Monat und 20% seltener oder nie. Im Winter nimmt die Anzahl der Waldaufenthalte ab. Befragte, die unabhängig von der Jahreszeit wenig Zeit im Wald verbringen, geben an, dass sie meist andere Orte wie z. B. einen eigenen Garten oder andere Grünflächen für ihre Freizeitgestaltung und Erholung nutzen. Darüber hinaus werden die Entfernung zum Wald, die Sorge um die Gesundheit (z. B. Zecken) oder ein Gefühl des Unwohlseins, wenn man allein im Wald unterwegs ist, als Gründe für seltene Waldbesuche angegeben.

Aus der durchschnittlichen Besuchshäufigkeit im Jahresverlauf und der Aufenthaltsdauer lässt sich ein Index berechnen, der die Intensität eines Waldaufenthalts verdeutlicht (Abbildung 2). Mit seiner Hilfe lassen sich Zusammenhänge zwischen Nutzungsintensität und anderen Faktoren, wie z. B. dem Alter der Befragten, berechnen und darstellen. Die meisten Waldbesucher (41%) weisen eine mittlere Besuchsdauer auf – das heißt, sie gehen



Intensitätsindex des Waldbesuchs

■ sehr gering ■ eher hoch
 ■ eher gering ■ sehr hoch
 ■ mittel [n = 3343]

2 Die meisten Besucher gehen ein paar Mal im Monat für 60 bis 90 Minuten in den Wald (mittlere Intensität).

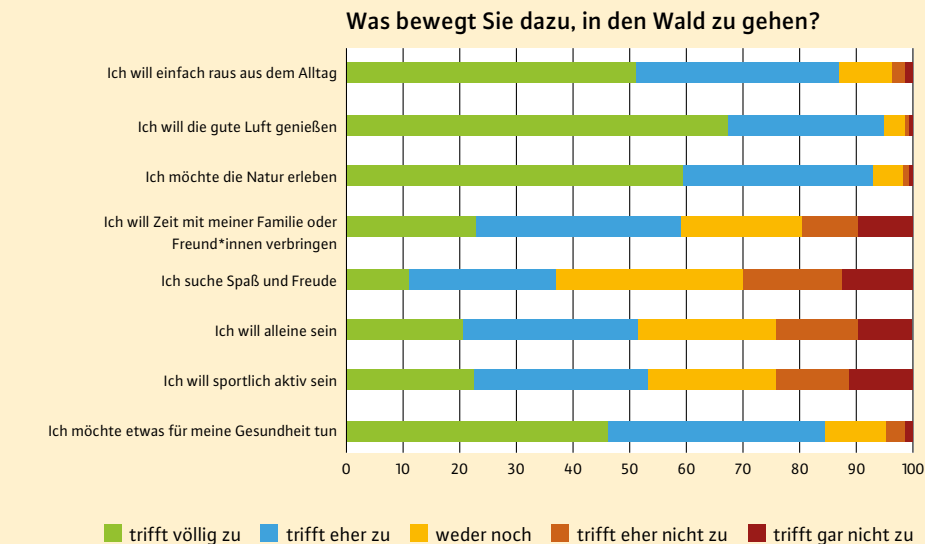
in der Regel ein paar Mal im Monat für 60 bis 90 Minuten in den Wald. 36% geben an, dass sie sich weniger als eine Stunde und seltener im Wald aufhalten (eher geringe Besuchsdintensität). Nur wenige Befragte (knapp 1%) nutzen den Wald sehr stark, indem sie fast täglich und länger als zwei Stunden dort unterwegs sind.

Die Besuchsdintensität wird von unterschiedlichen Faktoren beeinflusst. So nutzen Personen, denen der Wald bereits in der Kindheit wichtig war, diesen Landschaftstyp länger und öfter. Auch das Alter und die Nähe zum Wald beeinflussen die Höhe der Besuchsdintensität. Für junge Menschen (unter 25) scheint der Wald eine untergeordnete Bedeutung als Erholungs- bzw. Aktivitätsraum zu haben. Was die Entfernung zum Wald betrifft, zeigt sich, dass der Wald hauptsächlich von Menschen aufgesucht wird, die in unmittelbarer Nähe wohnen, arbeiten oder dort einen sonstigen regelmäßigen Aufenthaltsort haben. 78% der Befragten brauchen weniger als 20 Minuten in den Wald, bei 49% sind es sogar weniger als 10 Minuten. Der Wald ist demnach ein typischer Naherholungsraum. Über die Hälfte der Befragten gelangen zu Fuß in den Wald, ein Auto oder Motorrad benutzen 30%, das Fahrrad 14%. Öffentliche Verkehrsmittel spielen als Transportmittel eine untergeordnete Rolle. Kein Zusammenhang besteht zwischen der Besuchsdintensität und der Anreiseart bzw. der Größe des Wohnortes (Dorf bis Großstadt). Die Urbanität scheint keine Auswirkungen auf die Häufigkeit bzw. Dauer des Besuchs zu haben, da Dorf- und Großstadtbewohner ein ähnliches Nutzungsverhalten aufweisen.

Motive für den Waldbesuch

Fragt man nach dem Grund, warum Menschen in den Wald gehen, so wird sehr häufig der Genuss der guten Luft, das Naturerleben, die Flucht aus dem Alltag und der Wunsch, etwas Gutes für die eigene Gesundheit zu tun, angegeben (Abbildung 3). Aussagen, der Zweck eines Waldbesuchs liege darin, Spaß und Freude im Wald zu erleben, Zeit mit Freunden und Familie zu verbringen, alleine sein zu wollen oder sportlich aktiv zu sein, treffen im Vergleich mit den oben genannten Gründen weniger häufig zu. Die Gründe für den Waldbesuch lassen sich zu drei eindeutig voneinander abgegrenzten Motivdimensionen zusammenfassen:

- Wunsch nach Erholung und Natur-



3 »Raus aus dem Alltag«, »Gute Luft genießen« und »Natur erleben« – das sind die drei Hauptgründe, warum die Menschen in den Wald gehen. (Gesundheit: n = 3389)

erleben: Waldbesucher genießen die gute Luft und die Möglichkeit, Natur hautnah zu erfahren; außerdem können sie hier den Alltag hinter sich lassen und abschalten.

- Sehnsucht nach Spaß und Aktivität: der Waldbesuch macht Freude, man kann sich dort sportlich betätigen (Radfahren, Joggen usw.) und soziale Kontakte pflegen, indem man dort Zeit mit Freunden und der Familie verbringt.
- Wunsch nach Einsamkeit: der Wald dient hier als Rückzugsort für den Menschen.

Die Aussage, durch den Waldaufenthalt etwas Gutes für die eigene Gesundheit zu tun, lässt sich allen drei Motivdimensionen zuordnen. Natur- und Erholungs-genießende, Sportler oder diejenigen, die die Einsamkeit im Wald suchen: sie alle wollen mit dem Aufenthalt ihre Gesundheit fördern.

Die Bedeutung des Motivs »Naturerleben und Erholung« für den Waldbesuch bestätigen auch andere Untersuchungen zum Thema Walderholung (Arzberger et al. 2015, Hunziker et al. 2012, Ensinger et al. 2012). Wald ist ein Wohlfühlraum, der die Sinne anregt (gute Luft, Naturbeobachtung) und dem Menschen gut tut (Entspannung, Abschalten, Gesundheit).

Zufriedenheit mit dem Waldbesuch

Die Frage, ob die bayerische Bevölkerung mit ihren Waldbesuchen zufrieden ist, kann mit einem eindeutigen »ja« beantwortet werden (32% sehr zufrieden und 54% eher zufrieden). 10% der Befragten

sind unentschlossen (weder noch) und nur ein geringer Teil (4%) ist unzufrieden. Die hohe Zufriedenheit spiegelt sich auch in der Bewertung der Erholungswirkung des Waldes wider. 62% der Befragten sind nach einem Waldaufenthalt viel entspannter als vorher. Ein bisschen entspannter fühlen sich 28%. Nur 8% spüren keinen Effekt oder sogar negative Auswirkungen (2%). Der Wald wird also äußerst positiv von den meisten Waldbesuchern erfahren.

Will man von der bayerischen Bevölkerung wissen, warum ihnen der Wald so gut tut, zeigt sich ein differenziertes Bild (Abbildung 4). Ähnlich wie bei den Erholungsmotiven lassen sich die Ursachen, die das Wohlempfinden im Wald beeinflussen, zusammenfassen und auf zwei Aspekte reduzieren. Zum einen ist die Abwesenheit von Zivilisation und das Eintauchen in eine scheinbar »natürliche« Umgebung wichtig. Befragte, die diesen Aspekt für ihr Wohlbefinden betonen, wollen wenig Spuren der Forstwirtschaft im Wald sehen (67% wichtig), den Eindruck eines Urwaldes erhalten (63%) und verschlungene Waldwege vorfinden (55%). Zudem möchten sie wenigen Menschen im Wald begegnen (68%), für 67% ist eine starke Abgrenzung von der Zivilisation für ihr Erholungserleben wichtig. Zum anderen wird angegeben, dass der Aspekt Ordnung und Zugänglichkeit des Waldes für das Wohlempfinden im Wald von Bedeutung ist. Hierfür sollten die Waldwege übersichtlich sein (51%), der Wald sollte Ausblicke bieten und licht sein (32%), aufgeräumt aussehen (19%)

sowie auch außerhalb der Waldwege gut begehbar sein (32%).

Die einen erholen sich also im Wald, weil sie sich dort von ihrem Alltag distanzieren und eine scheinbar »wilde und ursprüngliche« Natur erleben können. Für andere ist es wichtig, dass der Wald ein ordentlicher und übersichtlicher Raum ist, in dem sie sich entspannen können. Offenbar erfüllt der Wald beide scheinbar gegensätzlichen Bedürfnisse.

Störungen beim Waldbesuch

Die hohe Zufriedenheit mit dem Waldbesuch ist auch darauf zurückzuführen, dass sich die meisten der Befragten dabei durch nichts gestört fühlen: 61% können sich an keine negativen Erlebnisse im Wald erinnern, 23% geben an, dass es zumindest teilweise unangenehme Situationen gab, und nur 15% bestätigen Ereignisse, die ihren Waldbesuch negativ beeinflusst haben.

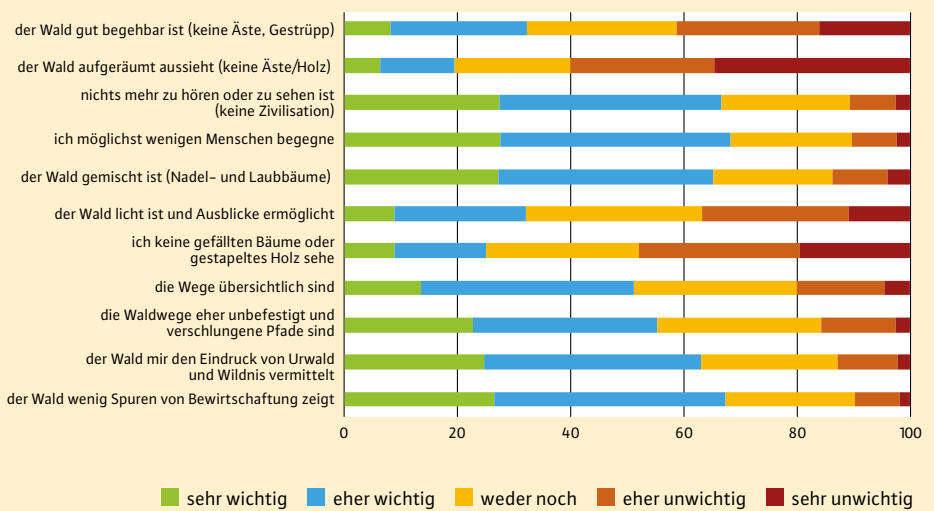
Fragt man diejenigen, die sich an störende Situationen erinnern, explizit danach, welche negativen Erlebnisse dies waren, fällt am häufigsten der Begriff Müll (69%). Des Weiteren werden Konflikte mit anderen Besuchern erwähnt. Zum Beispiel empfinden die Befragten Radfahrer (63%), Spaziergänger mit Hunden (24%) oder allgemein sich rücksichtslos verhaltende Menschen als störend (44%). Auch zu viele Menschen im Wald werden negativ bewertet (20%). Ebenfalls behindert Lärm durch Straßenverkehr (36%) die Erholung. In der Holznutzung des Waldes (10%) sowie dem Lärm durch Forstmaschinen (11%) sehen nur wenige Befragte ein Ärgernis. Ebenso scheinen ein schlechter Wegezustand (7%) und Wegesperrungen (4%) nur selten negativ in Erinnerung zu bleiben.

Gerade Müll und Konflikte mit anderen Waldbesuchern sind zentrale Störungsmotive, die auch in anderen Studien bestätigt werden (Hunziker et al. 2011, Arzberger et al. 2015, Baumeister et al. 2022). Durch den Begriff »Müll« bringen Waldbesucher zum Ausdruck, dass Spuren der Zivilisation im Wald unerwünscht sind.

Fazit

Der Wald ist für die bayerische Bevölkerung ein Wohlfühlraum. Sie erleben ihn beim Spazierengehen oder bei sportlichen Aktivitäten und er wird für die Naherholung genutzt. Entspannung und Naturerleben, Sport und Spaß sowie die Sehnsucht

Für mein seelisches Wohlbefinden im Wald ist es mir besonders wichtig, dass



4 Abwesenheit von Zivilisation einerseits und Ordnung und Zugänglichkeit des Waldes andererseits erachten die Befragten als besonders wichtig für ihr seelisches Wohlbefinden. (Forstwirtschaft: n = 3359)

nach Abgeschiedenheit und Einsamkeit sind zentrale Motive, die die Menschen in den Wald ziehen. Lässt man den Waldbesuch bewerten, so zeichnet sich ein ausgesprochen positives Bild ab. Ein Großteil der Befragten ist mit dem Waldbesuch und seiner Erholungswirkung zufrieden. Auch wenn sich die Menschen für ihr Wohlempfinden möglichst wenig Lärm, Bewirtschaftungsspuren oder andere Zeichen menschlichen Wirkens im Wald wünschen, stellen forstwirtschaftliche Aktivitäten keine zentralen Störungsmotive dar. Als Ärgernisse werden hingegen andere Erholungsnutzer oder Zivilisationspuren, wie z. B. Müll angesehen. Mehrere Studien bestätigen, dass die Anzahl der Waldbesuche und damit auch die Bedeutung des Waldes als Erholungsraum aufgrund der Kontakt- und Reisebeschränkungen während der Covid-19-Pandemie zugenommen haben (Derks et al. 2020, Beckmann-Wübbel et al. 2021). Mit einer steigenden Anzahl an Waldbesuchern und dem Aufeinandertreffen unterschiedlicher Interessen steigt auch die Gefahr von Konflikten – insbesondere auch deshalb, weil zumeist nicht die gesamte Waldfläche und das Wegenetz für die Erholung genutzt werden, sondern der Schwerpunkt der Freizeitaktivitäten auf bestimmten Haupttrouten stattfindet (Paulleit und Lupp 2016, Koepp et al. 2019). Dementsprechend ist davon auszugehen, dass der Besucherlenkung und Verkehrssicherung im Rahmen des Waldmanagements wachsende Bedeutung zukommen wird. Inwieweit die Covid-19-Pandemie und die damit einhergehende Zunahme

der Waldbesuche die Ergebnisse der Befragung WaMos Bayern überprägt haben, wird sich erst durch eine Wiederholung in 5 bis 10 Jahren feststellen lassen.

Zusammenfassung

Der vorliegende Beitrag zeigt, welche Bedeutung der Wald als Erholungsraum für die bayerische Bevölkerung hat. Grundlage ist die repräsentative Befragung des soziokulturellen Waldmonitorings in Bayern aus dem Jahr 2020. Die Auswertung ergab, dass ein typischer Waldaufenthalt durchschnittlich 80 Minuten dauert und mehrmals im Monat stattfindet. Von Frühjahr bis Herbst gehen die Menschen häufiger in den Wald als im Winter. 86% der Befragten sind zufrieden mit ihren Waldbesuchen, 90% fühlen sich danach entspannter. Der Wald ist also ein Wohlfühlraum, der laut Selbsteinschätzung der Befragten zur ihrer Gesundheitsförderung beiträgt. Nur wenige fühlen sich gestört – wenn doch, sind zentrale Störmotive die Spuren der Zivilisation in Form von Müll sowie Konflikte mit anderen Waldbesuchern.

Link

<https://www.lwf.bayern.de/waldbesitz-forstpolitik/waldfunktionen-landesplanung/287545/index.php>

Literatur

Das Literaturverzeichnis finden Sie unter www.lwf.bayern.de in der Rubrik »Publikationen«.

Autorinnen

Dr. Anika Gaggermeier bearbeitet in der Abteilung »Waldbesitz, Beratung, Forstpolitik« der Bayerischen Landesanstalt für Wald und Forstwirtschaft den Bereich Testbetriebsnetz, Erholung und Gesundheit im Wald.

Helena Eisele bearbeitet in der derselben Abteilung den Bereich Beratung, Waldbesitz, Forstpolitik, Erholung und Gesundheit im Wald.

Kontakt: helena.eisele@lwf.bayern.de