

Green Care WALD arbeitet bei mehreren
Bildungsprojekten mit dem Verein Waldpädagogik
als Partner zusammen.



www.waldpaedagogik.at



www.greencarewald.at



Gewaltprävention im Wald

Was ist Green Care WALD?

Green Care WALD hat es sich zum Ziel gemacht, soziale und gesundheitliche Maßnahmen im Wald für die Gesellschaft zu entwickeln und gemeinsam mit Partnerinnen und Partnern aus dem Forstbereich sowie Expertinnen und Experten aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich umzusetzen.

Green Care WALD wird durch Mittel von Bund, Ländern und der Europäischen Union im Rahmen des Programms für Ländliche Entwicklung 14-20 gefördert.

Inhalt

Was ist Gewalt?	3	Sich auf ungewohnten Wegen	
Gewaltprävention	4	neu begegnen	11
Der Wald als Chance	5	Weitere Anwendungsmöglichkeiten	
Warum steigt das Wohlbefinden im		und Tendenzen	12
Wald?	6	Weiterführende Literatur	14
Was ist Waldpädagogik?	7	Links	15
Stimmen aus der Praxis	9		

Impressum

© Juli 2021

Herausgeber: Bundesforschungszentrum für Wald, Seckendorff-Gudent-Weg 8, 1131 Wien

Für den Inhalt verantwortlich: Dr. Peter Mayer,

Bundesforschungszentrum für Wald, Seckendorff-Gudent-Weg 8, 1131 Wien, Tel.: 01-878 38 0, www.bfw.gv.at

Redaktion: Andrea Köhler, Franziska Krainer, Dominik Mühlberger | **Grafik und Layout:** Johanna Kohl

Bezugsquelle: Tel.: 01-878 38 1216; Online-Bestellung: www.bfw.ac.at/webshop; E-Mail: bibliothek@bfw.gv.at

Fotos: [1] Foto (c) Land Tirol /Gerhard Müller; [3] Lina Schütz/pixabay; [4] S.Hofschläger/pixelio; [5] adobestock; [6] A. Walli/BFW;

[7] Land Tirol; [8] Rainer Sturm/pixelio; [9] Angelina Ströbel/Pixelio, [10] Ortrun Lenz/Pixabay; [11] Andreas Hermsdorf/Pixelio;

[12] Kira Hoffmann/Pixabay; [13] Adege/Pixabay; [15] Birgitta Hohenster/pixelio

ISBN 978-3-903258-40-2

Was ist Gewalt?

„Gewalt ist der tatsächliche oder ange-drohte absichtliche Gebrauch von physischer oder psychologischer Kraft oder Macht, die gegen die eigene oder eine andere Person, gegen eine Gruppe oder Gemeinschaft ge-richtet ist und die tatsächlich oder mit hoher Wahrscheinlichkeit zu Verletzungen, Tod, psychischen Schäden, Fehlentwicklung oder Deprivation führt.“

Definition der WHO in „Gewalt und Gesundheit“ 2002

Gewalt ist allgegenwärtig und nimmt viele unterschiedliche Formen an. Sie findet sowohl im öffentlichen Kontext, als auch im Privaten statt. Insbesondere in gesundheitlich, wirtschaftlich und psychisch belastenden Zeiten, wie z.B. während der COVID-19-Pandemie, zeigt sich leider oftmals eine Zunahme an Gewalt in zwischenmenschlichen Beziehungen. Vieles davon bleibt dabei im Verborgenen. Gewalt kann zum Ventil werden für ungelöste Probleme, Sorgen, Spannungen oder auch Überforderung. Allzu oft spiegelt sie auch wider, was einem selbst an Gewalt widerfahren ist.

Gewalt hat viele Gesichter und Abstufungen: Sie reicht von Mobbing über psychische Gewalt (z.B. Drohungen oder Demütigungen) bis hin zu körperlicher Gewalt und richtet sich meist gegen Schwächere. Die scheinbare Anonymität des Internets begünstigt aggressive Äußerungen, so hat die Gewalt via Nachrichtendienste und sozialer Medien in den letzten Jahren deutlich zugenommen.

Gewalt ist jedoch kein selbstverständlicher Teil des menschlichen Lebens, Gewalt ist vermeidbar.





Gewaltprävention

Ihr Ziel ist es, der Gewalt durch Prävention Einhalt zu gebieten, noch bevor sie auftritt, und alternative, friedliche Lösungen für Konflikte anzubieten. Das bedeutet, vor gewalttätigen Handlungen anzusetzen, Risiken und Gefahren zu vorzukommen, Aggressionen und Spannungen abzubauen und alternative Handlungsweisen zu erlernen, um so Gewalt zu vermeiden. Dazu gehören auch Situationen, die Gewalt fördern oder begünstigen, zu erkennen und zu vermeiden.

Schon in der Schule kommen unterschiedliche Menschen mit unterschiedlichen Erfahrungen, Einstellungen und Verhaltensweisen zusammen. Konflikte, Aggressionen und Gewalt treten allzu oft auch an diesen vermeintlichen Orten der Gemeinschaft an die Oberfläche. Gewaltpräventive Arbeit im Klassenverband ist sinnvoll, da sich Strategien zur Konfliktlösung gemeinsam leichter erlernen lassen. Sie schulen die sozialen Kompetenzen und führen so zu einem besseren Miteinander, was sich positiv auf die Lernatmosphäre auswirkt.

Im Sinne der Gesundheitsförderung, egal ob im Kinder- und Jugendbereich oder im Erwachsenenbereich, am Arbeitsplatz oder in der häuslichen Umgebung: Gewalt hat Auswirkungen auf die psychosoziale sowie auch auf die physische Gesundheit. Daher ist Gewaltprävention ein wichtiges Thema der Gesundheitsförderung; sie ist im Sinne der nachhaltigen Gesundheit einzelner und unserer Gesellschaft von enormer Bedeutung.

Der Wald als Chance

Der Wald ist längst nicht mehr nur Lebensraum und wichtiger Wirtschaftsmotor, er wird zunehmend auch als Ort für Gesundheitsförderung, Bildung, Erholung, soziale Begegnungen und kulturellen Austausch wahrgenommen und genutzt. Aufenthalte im Wald wirken positiv auf unser Wohlbefinden, reduzieren nachweislich Stress und kommen daher bereits in zahlreichen Maßnahmen zur Krankheitsprävention als auch in der Therapie von Krankheiten zum Einsatz.

Waldausflüge erfreuten sich gerade während der Lockdowns aufgrund der Covid-19-Pandemie großer Beliebtheit; zahlreiche Aktivitäten, Angebote und sogar Unterricht wurden aufgrund der weitaus geringeren Ansteckungsgefahr nach draußen verlegt. So konnten Walddtage in Kindergärten oder Schulen weitgehend stattfinden. Sie stärken das Immunsystem und können auch inmitten solcher Einschränkungen für ein Freiheitsgefühl sorgen.

Das Netzwerk Green Care WALD bietet die Möglichkeit, soziale und gesundheitliche Maßnahmen im Wald für die Gesellschaft zu entwickeln. Ziel ist, Kooperationen zwischen geeigneten land- und forstwirtschaftlichen Betrieben und Anbietern von Walderlebnissen, Naturerfahrungen und sozialem Lernen bis hin zur professionellen Arbeit mit Tätern und Täterinnen sowie Gewaltopfern anzuregen und zu begleiten. Dabei sind pädagogische und therapeutische Maßnahmen deutlich voneinander zu unterscheiden und von professionellen Berufsgruppen einzubringen.



Warum steigt das Wohlbefinden im Wald?

Die Studie des BFW „Zur Gesundheitswirkung von Waldlandschaften“, die in Kooperation mit der Medizinischen Universität und der Universität für Bodenkultur Wien entstanden ist, belegt:

- ⇒ Natürliche Landschaften fördern das psychische Wohlbefinden, indem sie zur Erholung von Aufmerksamkeitsermüdung beitragen, Stress reduzieren und positive Emotionen wecken. (ebd. S. 67)
- ⇒ Der regelmäßige Aufenthalt und regelmäßige körperliche Aktivitäten in natürlichen Umgebungen stehen in Zusammenhang mit einem geringeren Risiko für schlechte mentale Gesundheit. (ebd. S. 67f)



- ⇒ Waldaufenthalte können die Gesundheit auf physischer, psychischer und sozialer Ebene fördern. (ebd. S. 69)
- ⇒ Die natürliche Umwelt ist eine wichtige Komponente für das persönliche Selbstwertgefühl, aber auch für gemeinschaftlichen Stolz und das soziale Wohlbefinden. (ebd. S. 71)

Der Wald kann gerade in herausfordernden Zeiten und zu komplexen Themen wie der Gewaltprävention Lösungen beisteuern. Wald wirkt – in Hinblick auf unsere psychische, physische und soziale Gesundheit – und kann unsere Gesellschaft somit im friedlichen Zusammenleben unterstützen.

Die Rolle der Waldpädagogik ist in der Gewaltprävention noch verhältnismäßig neu, dabei kann sie eine Fülle an gewaltpräventiven Aktivitäten beinhalten.

Was ist Waldpädagogik?

Waldpädagogik bedeutet ein ganzheitliches Lernen im, über und vom Wald. Eigene sinnliche Erfahrungen wecken die Freude und das Interesse am Wald. Durch die spielerische Vermittlung von Inhalten, insbesondere seines Nutzens für die Gesellschaft, wächst auch das Verständnis für seinen Schutz und seine Pflege. Die Waldpädagogik möchte den Lebens- und Wirtschaftsraum Wald in all seinen Facetten möglichst vielen Personen zugänglich machen – und zwar dort, wo die unmittelbare Begegnung stattfinden kann: im Wald!

Waldpädagogik wirkt gewaltpräventiv, denn Erlebnisse und Erfahrungen im Wald und der Natur fördern auch soziales Lernen.

Schülerinnen und Schüler bringen ausreichend Aggressionserfahrung mit. Es ist nicht notwendig, dass sie sich vor einer Waldführung mit dem Thema Aggression und Gewalt explizit auseinandergesetzt haben, damit diese gewaltpräventiv wirksamer ist.

Man kann natürlich auch gewaltpräventive Maßnahmen in den Vordergrund stellen und im Rahmen von Waldausgängen therapeutisch nutzen. Dazu braucht es jedoch **Kooperationen mit Expert*innen**, weil Waldpädagoginnen und -pädagogen für gewaltpräventive Aspekte nicht speziell ausgebildet sind.



„Wenn sich Kinder im Wald austoben können, lärmern, Bäume anbohren, einen Baum fällen, dann ist das gut für die Seele! Sie gehen anders heim, als sie in der Früh in den Wald gekommen sind!“

Gerhard Müller
Waldpädagog, Landesforstdirektion Tirol



Waldpädagogik wirkt gewaltpräventiv durch das Management von Energie und positiver Aggression (= nicht zerstörerischer Energie).

Gerhard Müller, Waldpädagoge, Landesforstdirektion Tirol

Aus sozialpädagogischer Perspektive findet Lernen im Wald auf vielfältige Art und Weise auch deshalb statt, weil sich die Arbeitsweisen deutlich von jenen in der Schule unterscheiden. An die Stelle der schulischen Wissensvermittlung tritt das Lernen durch Erleben auf verschiedenen Ebenen, im sozialen und kommunikativen Bereich genauso wie im motorisch-taktilen und psychischen. Neue Sinneseindrücke schulen die Wahrnehmung von Natur und jene aller anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Was wirkt gewaltpräventiv im Wald?

Gemeinsame Aktivitäten und Entdeckungsreisen im Wald fördern das Miteinander, die gegenseitige Unterstützung lassen die Schülerinnen und Schüler **Verantwortung** übernehmen. Kompetenzen werden respektiert oder neu erworben, was das **Selbstwertgefühl** steigert. Der Wald bietet **Bewegungsraum** und wird damit zum **Entlastungsventil** für Aggressionen. Verhaltensregeln und Grenzen, die **Vorbildwirkung** der Waldpädagoginnen und -pädagogen sowie der Nutzen gemeinsamen Gestaltens und Erlebens durch Kooperationen werden als wesentliche Elemente gewaltpräventiv wirkender Waldpädagogik gesehen. Auch mentale Müdigkeit kann ein aggressives Verhalten begünstigen. Die aufmerksamkeitsfördernde Wirkung des Waldes kann man sich hier gut zu Nutze machen.

Waldpädagogik und Gewaltprävention lassen sich also gut kombinieren, bedürfen aber, wie schon erwähnt, der Kooperation mit Expertinnen und Experten aus der Gewaltprävention. Bei der Arbeit mit Jugendlichen sind zielgerichtete Aktivitäten in der Natur von großer Bedeutung. Diese können den Jugendlichen Anreize bieten, sie interessieren, motivieren und ihre Bereitschaft zur Kooperation fördern.

Stimmen aus der Praxis

„Im Wald erleben Kinder sich selbst und einander anders als im üblichen Schulkontext. Der Selbstfindungsprozess eines jeden Kindes geschieht in der Natur viel leichter als in der Klasse und die Eingliederung in die Klassengemeinschaft gelingt besser. Es gibt natürlich auch hier Konflikte, aber diese werden von der Gruppe unmittelbar und meist selbstständig beendet, weil sie dem gemeinsamen, erfreulichen Erlebnis im Weg stehen. Der Wald bietet einen neutralen Boden und die fremde Umgebung fördert den Zusammenhalt, was durch Kooperationsaufgaben noch verstärkt werden kann. Zudem werden durch eigenmotivierte Bewegung Energien und Aggression abgebaut und die Aufmerksamkeit auf die Umgebung gelenkt.“

Mag. Michaela Lechner,
Waldpädagogin an der Brückenschule in Wien Liesing

„Teenager brauchen ein starkes Ziel, viel Selbstbestimmungsmöglichkeit, Toleranz für das Ausloten von Grenzen und vor allem klare Rahmenbedingungen. Sobald wir uns mit Gruppen den Naturgesetzmäßigkeiten ausliefern, sind wir mit klaren, nicht hinterfragbaren und spürbaren Rahmenbedingungen konfrontiert. Die Nacht bricht an, der Regen fällt vom Himmel, es wird kalt, der Magen meldet sich und das Feuer brennt noch nicht! Auch wenn wir noch so sehr damit hadern mögen: Diese Klarheit fordert letztlich ein unbedingtes Einlassen auf die Situation.“

Martin Krejcarek, Ökologe, Erwachsenenbildner und Unternehmensberater





"Die Zielgruppe unserer psychotherapeutischen Gruppenarbeit im Wald sind Buben bzw. Burschen im Alter von 11-15 Jahren mit gravierenden Schwierigkeiten im Sozialverhalten, wie Gewalt, drohendem Schulausschluss, Mobbing Erfahrungen, sozialer Ängstlichkeit oder Anschlusschwierigkeiten an Gleichaltrige. Die Gruppenarbeit findet immer in den nahegelegenen öffentlich zugänglichen Wäldern oder in den Umlandbereichen der regionalen Voralpenflüsse statt. Unsere Erfahrung zeigt: Die Kinder bzw. Jugendlichen sind in der natürlichen Umgebung für ungewöhnliche Erfahrungen offen und zeigen deutliche positive anhaltende Verhaltensveränderungen."

Paul Hemmelmayr, Systemischer Familientherapeut, Trainer und Berater für Integrative Outdoor-Aktivitäten®, Freie Praxis St.Pölten
Martin Steiner, Systemischer Familientherapeut, Freie Praxis St.Pölten

„Im Gegensatz zur Schulklasse, in der Kinder zumeist keine Möglichkeit haben, sich zurück-zuziehen und Abstand zu nehmen von akuten Problemen und Konflikten, kann die Natur einen kurzfristig benötigten Rückzugsraum darstellen. Mit etwas Distanz zur Spannung erzeugenden Situation und einer eintretenden Beruhigung kann schließlich wieder unaufgeregt kommuniziert und nach Lösungen gesucht werden.“

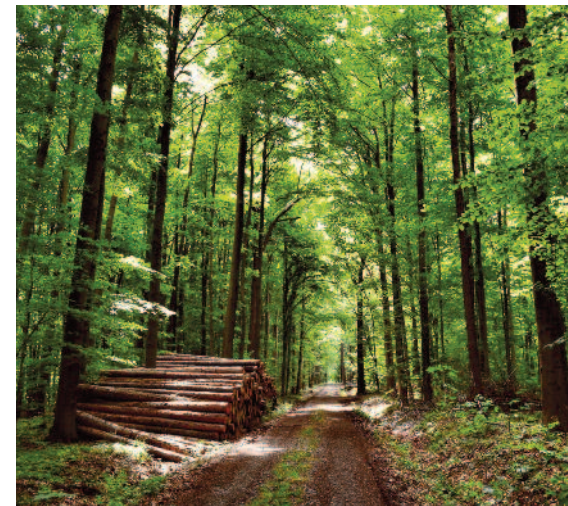
Stefan Lirsch, Wald- und Montessori-Pädagoge, Systemischer Outdoor-Coach

Sich auf ungewohnten Wegen neu begegnen

Meiner Erfahrung nach können waldpädagogische Ausgänge im Klassenverband auch zu Veränderungen in der Klassenhierarchie und im sozialen Miteinander führen. Dies habe ich bei einer waldpädagogischen Führung einer gemischten ersten Klasse eines Privatschulgymnasiums feststellen können. Auffallend war gleich zu Anfang der Führung, dass eines der Mädchen sich meistens abseits aufhielt und deutlich in die Gruppe nicht integriert war. Auch bei der Jause saß sie alleine. Sie war ausgeschlossen. Als es aber um die Waldarbeit ging, taute sie auf und wusste ganz viel von Werkzeug, Fällmethoden und Waldarbeit insgesamt. Auf die Frage meines Waldpädagogen-Kollegen, woher sie so viel wüsste, gab sie stolz zur Antwort, dass ihr Vater Waldarbeiter aus Bosnien sei. Ihr kompetentes Wissen um das Handwerkszeug und die Technik ließ plötzlich ihr Ansehen bei den jungen Burschen steigen, die ihrem Wissen Anerkennung und Respekt zollten. Am Ende der Führung konnte ich feststellen, dass diese feste Klassen-Struktur aufgebrochen, das Mädchen in die Gemeinschaft integriert und ein Miteinander möglich war.

Ich denke, der Grund liegt darin, dass der Aufenthalt im Wald, eine für viele Kinder und Jugendliche heutzutage ungewohnte Umgebung, neue Perspektiven und Sichtweisen eröffnet und so auch festgefahrene, unreflektierte Klischeevorstellungen aufbrechen kann.

Dr. Elisabeth Johann ist Diplomforstwirtin, Waldpädagogin und Absolventin des Zertifikatslehrgangs „Forst und Kultur“





Weitere Anwendungsmöglichkeiten und Tendenzen

Gewaltprävention ist selbstverständlich nicht nur ein Thema, das an Schulen und im Umgang mit Kindern und Jugendlichen zum Tragen kommt. Die Vermeidung von Gewalt ist in allen Formen des menschlichen Zusammenlebens wichtig.

So kann Gewaltprävention im Wald in der Familie, in Klassengemeinschaften, in der Jugendarbeit und in der Männerarbeit, und in vielen weiteren Bereichen helfen, einen Ausgleich von Spannungen zu schaffen und die **Resilienz** zu stärken.

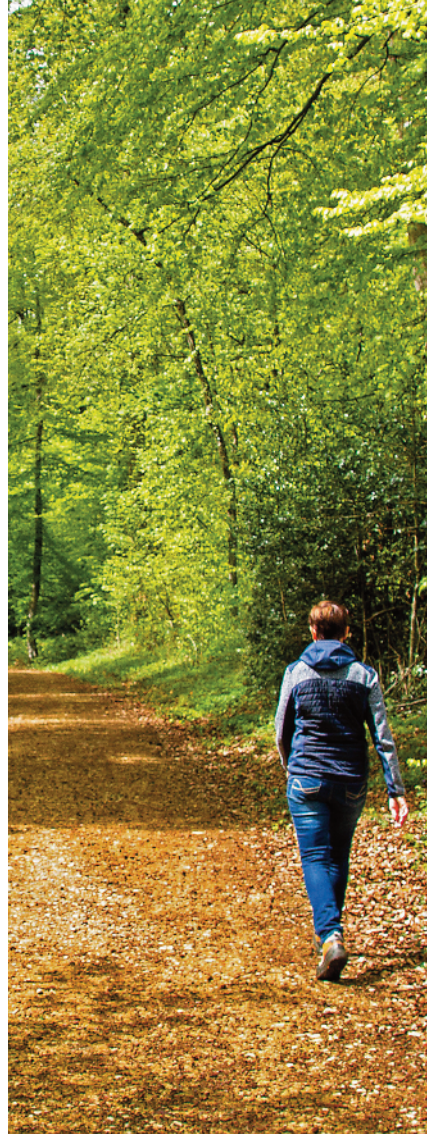
Auch die **interkulturelle Arbeit** bietet Anwendungsmöglichkeiten. Doch gilt es zu beachten, dass der Wald nicht bei allen Menschen gleichermaßen eine positive Wirkung haben muss. Gerade für geflüchtete Menschen kann der Wald mit traumatischen Erlebnissen (z.B. Minen, Gefahr durch Tiere) während ihrer Flucht verbunden sein. In diesem Falle könnte ein Waldbesuch, auch im Hinblick auf Gewaltprävention, vielleicht sogar das Gegenteil bewirken. Mögliche traumatisierende Erfahrungen, vor allem in Verbindung mit Wald, könnten sonst an diesem Ort wieder wachgerufen werden, weshalb dies mit den teilnehmenden Personen unbedingt vorab abgeklärt werden sollte.

Ein großes Potenzial könnte die gewaltpräventive Arbeit im Wald für Arbeitsbereiche bieten, in denen Menschen erhöhtem Stress oder Überforderung ausgesetzt sind, wie beispielsweise in der **Pflege** oder auch der **Betreuung**. Es könnten aber auch Menschen nach schweren Unfällen oder Krankheiten von einer solchen wohltuenden Arbeit im Wald profitieren. Mit Schicksalsschlägen oder tiefgreifenden Veränderungen im Leben umzugehen, erfordert ein hohes Maß an **Resilienz**. Die Natur bietet auch hier gute Hilfestellungen.

Die Anwendungsgebiete der Gewaltprävention im Wald sind also vielfältig und ihre Möglichkeiten noch lange nicht ausgeschöpft.

Vorliegende Broschüre basiert auf dem Green Care WALD-Handbuch '**Gewaltprävention im Wald – Eine Spurensuche**'. Dipl. Päd. Katharina Bancalari hat darin die Erfahrungen aus zwei, von DI Gerhard Müller (Tiroler Landesverwaltung) moderierten Workshops mit Stakeholdern aus den Bereichen Forstwirtschaft - Gewaltprävention/Sozialbereich - Waldpädagogik zusammengefasst und nachbereitet.

Resilienz (von lateinisch resiliere „zurückspringen“, „abprallen“) ist die **psychische Widerstandsfähigkeit**, also die Flexibilität im Umgang mit Stress und die Fähigkeit, Krisen zu bewältigen.



Weiterführende Literatur

Green Care WALD-Handbuch 'Gewaltprävention im Wald' von Katharina Bancalari
(als Download (PDF)): www.bfw.ac.at/webshop

Studie 'Zur Gesundheitswirkung von Waldlandschaften' des BFW von Cervinka et al.
(als Download (PDF)): www.bfw.ac.at/webshop

Green Care WALD-Bildungsunterlage 'Lehrkraft Natur' von Stefan Lirsch
(als Download (PDF)): www.bfw.ac.at/webshop

'Endlich selbstbewusst und stark. Gewaltpädagogik nach dem Hamburger Modell. Ein Lernbrief.' Oelemann, Burkhard / Lempert, Joachim (2000): Wien, OLE-Verlag, ISBN 3 9807120 0 1

'Das Buddy-Prinzip. Soziales Lernen mit System', Kurt Faller/Winfried Kneip, buddY Verlag, 2007, ISBN 10: 3000222847, ISBN 13: 9783000222849

'Die Frage der Freiwilligkeit in der Tätertherapie' in 'Männer gegen Männer-Gewalt', Joachim Lempert, Handbuch der Gewaltberatung 2. Aufl. Hamburg, (2006), OLE Verlag, ISBN 978-3-9807120-1-9

'Was ist das Buddy-Projekt TIROL?', Josef Pallhuber (2010), Pädagogische Hochschule Tirol, Innsbruck, beziehbar über www.ph-tirol.ac.at

'Mensch und Wald. Theorie und Praxis einer Bildung für eine nachhaltige Entwicklung am Beispiel des Themenfeldes Wald.' Ute Stoltenberg (2009), München, oekom Verlag, ISBN 978-3-86581-126-4

Links

- ⇒ www.greencarewald.at - Informationen zu Green Care WALD
- ⇒ www.greencare-oe.at - Plattform Green Care in Österreich
- ⇒ www.waldpaedagogik.at - Informationsplattform Verein Waldpädagogik
- ⇒ www.gewaltinfo.at - Eine Initiative des Bundesministeriums für Arbeit, Familie und Jugend
- ⇒ www.oezepts.at - Österreichisches Zentrum für Persönlichkeitsbildung und soziales Lernen
- ⇒ www.give.or.at – Servicestellen für Gesundheitsförderung an Österreichs Schulen
- ⇒ www.schulpsychologie.at/gewaltpraevention - Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung
- ⇒ www.gesundheitsziele-oesterreich.at - Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz

