## Wenn Menschen Angst vor der Natur haben

**Ein Aufenthalt in der Natur ist gesund und reduziert Stress. Doch immer mehr Menschen haben Angst vor Bäumen und Tieren. Woran liegt das – und was hat das für Folgen?**

Für manche Menschen gibt es nichts Beruhigenderes als einen Spaziergang unter Bäumen. Forschungen beweisen, dass Waldaufenthalte helfen, Stress zu reduzieren, die **Konzentration** zu verbessern und die Gefühle **auszugleichen**. Eine aktuelle Studie der Universität Lund zeigt aber nun, dass immer mehr Menschen Angst vor der Natur haben. Der Wissenschaftler Johan Kjellberg Jensen begründet das damit, dass viele in Städten leben und im Alltag kaum noch Kontakt zur Natur haben.

Die Menschen verbringen heute viel mehr Zeit in **Innenräumen** und beim **Surfen** in der digitalen Welt. Erfahrungen in der freien Natur fehlen oft. Diese Entwicklung kann in Zeiten von **Klimawandel** und **Artensterben** ein Problem sein. Die Psychologin Lea Dohm erklärt, dass man eher bereit ist, sich „für Umwelt-, Natur- und Klimaschutz“ einzusetzen, wenn man sich mit der Natur verbunden fühlt. Die Angst vor der Natur kann sogar zu **Feindseligkeit** führen, sodass manche Menschen das Töten wilder Tiere unterstützen.

Schon in der Vergangenheit gab es Zeiten, in denen die Menschen Angst vor der Natur hatten. „Früher galt der Wald in Mitteleuropa als Ort der Gefahr“, sagt der Psychologe Dirk Stemper. Das änderte sich erst in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts, als der Wald zum **romantischen** Ort erklärt wurde. Heute kommt die Angst vor der Natur zurück – allerdings nicht wegen wirklicher Gefahren, sondern durch **Entfremdung** und den Konsum digitaler Medien. Die virtuelle Natur wirkt für einige ‚echter‘ als der Wald und die Tiere vor der Tür.

Die **Umweltpädagogin** Susanne Sigl hat festgestellt, dass viele Kinder weder **Äste** noch Insekten **anfassen** wollen und dass Erde für sie häufig als „Dreck“ gilt. Das kann zu einer **Abwärtsspirale** führen: Was uns nicht interessiert oder wovor wir Angst haben, wollen wir auch nicht schützen. Fachleute empfehlen, Kindern mehr Wissen über Tiere und Pflanzen zu **vermitteln** – und die direkte **Konfrontation** mit der Natur. „Wenn Kinder beim Fangen-Spiel im Wald hinfallen, sich hinter einem Baum verstecken […]“, sagt Susanne Sigl, „dann ist das Anfassen von Ästen danach meist kein Problem mehr. “

*Autorin/Autor: Jeannette Cwienk, Achim Küpper*

## Glossar

**Konzentration** (f., hier nur Singular) – die Aufmerksamkeit

**aus|gleichen** – in ein gesundes Verhältnis bringen

**Innenraum, -räume** (m.) – der Raum, der sich in einem Gebäude befindet

**Surfen** (n., nur Singular, aus dem Englischen) – das anschauen von Internet-Inhalten

**Klimawandel** (m., nur Singular) – die Veränderung des Klimas

**Artensterben** (n., nur Singular) – die Tatsache, dass verschiedene Tier- und Pflanzenarten sterben und von der Erde verschwinden

**Feindseligkeit** (f., nur Singular) – die Abneigung oder Ablehnung, die Menschen für andere empfinden bzw. mit der sie ihnen begegnen

**romantisch** – hier: so, dass viele Menschen etwas mit schönen Gefühlen verbinden

**Entfremdung, -en** (f.) – die Tatsache, dass man sich mit etwas nicht mehr verbunden fühlt, dass es einem fremd geworden ist

**Umweltpädagoge, -n/Umweltpädagogin, -nen** – eine Person, die sich mit dem Verhältnis von Kindern zur Natur beschäftigt

**Ast, Äste** (m.) – der Teil eines Baumes, der wie ein Arm aus dem Stamm wächst

**Abwärtsspirale, -n** (f.) – die Tatsache, dass eine Situation immer schlechter oder schlimmer wird

**etwas an|fassen** – etwas berühren; etwas in die Hand nehmen

**etwas vermitteln** – etwas jemand anderem sagen oder zeigen, damit er es auch lernt

**Konfrontation, -en** (f.) – hier: die Tatsache, dass man mit einer Sache in Kontakt kommt, vor der man Angst hat