

Handbuch WALDGERAGOGIK

Elisabeth Rigal, Mai 2015

Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort	2
2. Einleitung	2
3. Geragogik	4
3.1. Lernen und Bildung im Alter.....	5
3.2. Didaktik in der Seniorenbildung.....	5
4. Voraussetzungen für den Wald als Lernort	6
4.1. Green Care.....	6
4.2. Zur Gesundheitswirkung von Waldlandschaften.....	7
5. Gesetzliche Rahmenbedingungen für Waldgeragogik	8
6. Angebote und Anknüpfungspunkte in Österreich und Nachbarländern	9
7. Entwurf eines denkbaren waldgeragogischen Projekts	10
7.1. Allgemeine Kriterien	10
7.2. Zum Ablauf einer Veranstaltung und zu den Methoden.....	11
7.3. Der Wald und sein Themenangebot.....	11
8. Zur Qualitätssicherung von geragogischen Bildungsprojekten	12
9. Fazit und Ausblick	13
10. Literatur	14

Handbuch WALDGERAGOGIK

Elisabeth Rigal, Mai 2015

1. Vorwort

Dieses Handbuch wurde vom Bundesforschungs- und Ausbildungszentrum für Wald, und Landschaft (BFW) im Rahmen des Projekts GREEN CARE WALD in Auftrag gegeben.

In Analogie zur Waldpädagogik, unter dem Verständnis von „Green Care – wo Menschen aufblühen“ und in Anknüpfung an geragogische Teilbereiche (wie z.B. Musikgeragogik, Museumsgeragogik) wird versucht, die Grundlagen für Waldgeragogik, also naturnahe Lernformate für Ältere basierend auf den Erkenntnissen der Geragogik zu entwerfen und Interessierten zugänglich zu machen. Dementsprechend findet sich in der Einleitung Grundlegendes zum Thema Altern und zur Zielgruppe. In Kapitel 3 wird versucht, dem Leser die relativ junge Wissenschaft der Geragogik und ihre themenrelevanten Aspekte näherzubringen. Kapitel 4 erläutert das Projekt GREEN CARE WALD und die wichtigsten Erkenntnisse aus der Studie „Zur Gesundheitswirkung von Waldlandschaften“ (Cervinka et. al. 2014) als Grundlagen für Waldgeragogik. Kapitel 5 beschreibt die rechtlichen Rahmenbedingungen für Waldführungen. Kapitel 6 beschreibt ausgewählte Beispiele von bereits bestehenden waldspezifischen Angeboten für Seniorinnen und Senioren in Österreich und einigen Nachbarländern.

In Kapitel 7 werden Voraussetzungen und Themen für waldgeragogische Projekte erörtert. Kapitel 8 bringt einen kurzen Überblick über Qualitätssicherung geragogischer Projekte und Kapitel 9 schließlich Fazit und Ausblick.

Wesentlich beteiligt am Zustandekommen dieser Broschüre waren Hans Kiesling (BMLFUW) sowie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an Workshops im BMLFUW im Mai 2014 und im März 2015. Dank Ihnen allen für wertvolle Anregungen und Diskussionsbeiträge.

2. Einleitung

Der vielzitierte „demografische Wandel“, also die durch höhere Lebenserwartung bedingte wachsende Gruppe Älterer stellt die Gesellschaft vor besondere Herausforderungen. Ein Blick in die Erhebungen der Statistik Austria (www.statistik.at) zeigt, dass 2013 18,2% der österreichischen Bevölkerung über 65 Jahre alt waren, bis 2020 wird dieser Anteil auf 23,6% anwachsen, die durchschnittliche Lebenserwartung für Männer beträgt 78,5 Jahre, für Frauen 83,6

Jahre. Bei einem gesetzlichen Pensionsantrittsalter bei Frauen ab 60 Jahren und Männern ab 65 Jahren ergibt sich eine beträchtliche Lebensspanne, die so sinnvoll wie möglich verbracht werden sollte. Die Definition „Seniorinnen und Senioren“ ist weder in Österreich noch in Deutschland eindeutig geregelt (vgl. www.bmask.at, www.deutscherbundestag.de).

Während man den Begriff früher zweifellos am Eintritt in den Ruhestand festmachen konnte, ist dies heute aufgrund veränderter Ausgangslagen (Altersteilzeit, Korridor pensionen, Schwerstarbeiterregelung, freiwilliges Verbleiben im Beruf, Langzeitarbeitslosigkeit) schwierig geworden. Wir sprechen heute von Personen, die sich in der nachfamiliären Phase, in der Vorbereitung auf den Ruhestand, im Ruhestand befinden oder auch noch im Berufsleben stehen. Man kann also durchaus von der Altersgruppe ab 55 Jahren ausgehen. Unter Berücksichtigung der oben angeführten Lebenserwartung handelt es sich in sozialer, bildungsmäßiger und gesundheitlicher Hinsicht um eine sehr heterogene Gruppe, die mit verschiedenen Voraussetzungen und Ansprüchen in jeglicher Art von Bildungsveranstaltung geht und daher auch unterschiedliche Bedürfnisse und Erwartungen mitbringt. Diese Unterschiede sollten bei der Konzeption von Bildungsprojekten berücksichtigt werden. Die Komplexität der Zielgruppe lässt es sinnvoll erscheinen, für geplante waldgeragogische Projekte Subzielgruppen (z.B. nach Alter oder Gesundheitszustand) zu bilden.

Internationale und nationale Gremien (vgl. WHO 2002, 2. UN- Altenplan, Deutscher Altenbericht, Österreichischer Bundesseniorenplan, BMASK) haben lebenslanges/lebensbegleitendes Lernen in ihre Programme aufgenommen, zum einen, weil die heute Älteren niedrigere Bildungsabschlüsse aufweisen als die Angehörigen nachfolgender Generationen, zum anderen, weil mittlerweile belegt ist, dass lebensbegleitendes Lernen im Alter Teilhabe an der Gesellschaft und Inklusion in die Gesellschaft bedeutet (Köster et al 2005). Schließlich stellen Lebenserfahrung und Wissen Älterer einen Erfahrungsschatz dar, der jüngeren Generationen nicht vorenthalten werden sollte. Ebenso herrscht heute kein Zweifel mehr darüber, dass Lernen im Alter positive Auswirkungen auf die physische und psychische Gesundheit hat und wesentlich zur Erhaltung der Selbständigkeit und Selbstbestimmung beiträgt. Abgesehen vom Benefit für den Einzelnen, der dadurch zur längeren Teilhabe am gesellschaftlichen Leben befähigt wird und erwiesenermaßen weniger Krankheitsbilder (Depression etc.) aufweist, sind auch die volkswirtschaftlichen Auswirkungen von Prävention (geringerer Bedarf an Medikamenten, längeres selbständiges Verbleiben im eigenen Haushalt, späterer Eintritt von Pflegebedürftigkeit) wichtige Argumente für Bildung im Alter. (Wahl, Kruse, 2010)

Allerdings ist zu berücksichtigen, dass die Zeit der „Silver Agers“, die über beträchtliche finanzielle Ressourcen verfügten, in Anbetracht der allgemeinen wirtschaftlichen Entwicklung vorbei sein dürfte und heutige Seniorinnen und Senioren mehr denn je ökonomisch denken müssen. Daher werden wohnortnahe, niederschwellige und kostengünstige Bildungsangebote zunehmend an Bedeutung gewinnen (Österreichischer Bundesseniorenplan 2013).

3. Geragogik

Die Geragogik (vom griechischen „geraios“ = ich leite ,führe Ältere) versteht sich als Erweiterung der erziehungswissenschaftlichen Disziplinen Pädagogik und Andragogik um die Bildung Älterer.

Die Bedeutung einer eigenen Wissenschaftsdisziplin für das Lernen im Alter liegt einerseits darin, dass der gesellschaftliche Wandel und der technologische Fortschritt Seniorinnen und Senioren zu lebenslangem Lernen auffordern , damit individuelle und soziale Entwicklungen bewältigt und neue Informationen verarbeitet werden können und andererseits die Gesellschaft aufgerufen ist, sich auf die wachsende Gruppe Älterer vorzubereiten und daher wissenschaftlich fundierte Lernangebote im Alter, zum Altern und für das Alter bereitstellen muss. Ein wesentliches Ziel der Geragogik ist es, zur positiven Entwicklung „einer Gesellschaft des langen Lebens“ beizutragen (Bubolz-Lutz et.al.2010)

Geragogik umfasst

- Forschung (Analyse von Bedarfslagen, Qualitätsmerkmale von Altersbildung, Theorienbildung)
- Praxis (professionelle Anregung, Konzeption und Begleitung von Lernprozessen Älterer)
- Lehre (Aus-, Fort – und Weiterbildung all jener, die an der Bildungsarbeit mit älteren Menschen interessiert sind).

Geragogik arbeitet

- interdisziplinär (verwandte Wissenschaften sind Gerontologie, Geriatrie, Erziehungswissenschaften, Sozial – und Kulturwissenschaften), weil die Zusammenarbeit mit anderen altersspezifischen Wissenschaften unerlässlich ist
- praxeologisch, das heißt in enger Verknüpfung von Theorie und Praxis und zwar in der Form, dass Bedarfsanalysen erhoben und darauf aufbauend Lernformate entwickelt werden
- partizipativ - die Teilhabe Älterer an der Gesellschaft ist ein wesentlicher geragogischer Auftrag, die Beteiligten sind stets aktiv in die Lern- und Bildungsprozesse einbezogen
- lebenslaufforientiert – Biographiearbeit und Lebenslaufforschung bilden einen wesentlichen Bestandteil geragogischer Arbeit
- wertorientiert – im Mittelpunkt sämtlicher geragogischer Interventionen steht stets die Würde und Selbstbestimmung des älteren Menschen (Bubolz-Lutz et.al 2010).

3.1. Lernen und Bildung im Alter

Wenn wir vom „Lernen im Alter“ sprechen, meinen wir einen aktiven, selbstgesteuerten Prozess, der biographisch und lebensweltlich verankert ist, der daher vom Lernenden und seinen Interessen abhängt und im sozialen Austausch mit der Umwelt erfolgt (Bubolz-Lutz et.al 2010). Lernen im Alter ist also ein aktiver Prozess, sich nicht allein auf die Aufnahme dargebotener Wissensinhalte beschränkt, sondern der vor allem auf das Erkennen und Verstehen von Zusammenhängen gerichtet ist. Es ist allgemein auch gekennzeichnet durch Biographie – und Erfahrungsabhängigkeit. Außerdem zeigt sich im Alter ein Wechsel vom Vorratslernen zum Bedarfslernen, das heißt, dass systematische Lernvorgänge in den Hintergrund treten und Wissensaneignung dann erfolgt, wenn sie aus lebenspraktischer Sicht erforderlich ist (Rigal 2013). Lernen im Alter dient weniger dem Erwerb von Wissen und Qualifikationen als vielmehr dem Zugewinn und dem Erhalt von Kompetenzen. Nonformales (z.B. in Bürgerinitiativen und Netzwerken) und informelles Lernen(anhand von modernen Medien und Technologie) außerhalb von traditionellen Bildungsinstitutionen sind bedeutsam in der Bildungsarbeit mit Älteren. Unter diesem Verständnis soll Lernen im Alter auch nicht einer elitären Gruppe vorbehalten bleiben,es sollen unabhängig von Bildungsniveau und Gesundheitszustand möglichst viele Ältere erreicht werden. Daher ist die Entwicklung neuer Lernsettings bedeutend (Kricheldorf 2010).

Zwei wesentliche geragogische Ansätze sind das biografische Lernen und das intergenerationelle/intergenerative Lernen (Kade 2009). Biografisches Lernen bezieht sich auf Impulse aus dem eigenen Lebenslauf - Erinnerungen, Erfahrungen werden geweckt und bieten Anreize für Lernprozesse. Intergenerationelles Lernen sollte stets ein Austausch der Generationen auf Augenhöhe im Sinne eines Miteinander, nicht Nebeneinander sein – Lernen erfolgt durch Inputs aller Beteiligten, nach Möglichkeit ohne Belehrungscharakter.

Bildung im Alter umfasst im weitesten Sinne alles, was auf die subjektive Lebenszufriedenheit und auf das persönliche Wohlbefinden Einfluss nehmen und zur selbständigen Alltagsbewältigung beitragen kann. Bildung im Alter wird verstanden als Mittel zur individuellen Selbstverwirklichung und zur Steigerung der Lebensqualität, die im Alter auch davon abhängen, wie weit es dem Einzelnen gelingt, die Lebensphase Alter mit neuen Sinninhalten zu füllen (Seelernetz 2010).

3.2. Didaktik in der Seniorenbildung

Ältere lernen anders – es bedarf daher einer speziellen Didaktik: Hier bietet sich das Konzept der Ermöglichungsdidaktik an (Bubolz- Lutz et. al .2010): Lehrende regen Wissensinhalte an, die Verarbeitung obliegt dem Lernenden. Die Geragogik geht hierbei von folgenden Überlegungen aus: traditionelle Lernmodelle gelten ebenso als überholt wie Angebote, die auf bloße Betreuung, Beschäftigung und Unterhaltung abzielen, zeitgemäßes Lernen findet in Prozessen statt, die dem Lernenden selbständige Wissensaneignung ermöglichen sollen. Dies findet seine Bestätigung

auch in der Selbstbestimmungstheorie (Ryan, Deci 2000), sowie in Untersuchungen zu situativem Lernen (Lave, Wenger 1999). Die Lehrenden sind für die Bereitstellung und Gestaltung entsprechender anregender Lernumgebungen zuständig. Diese Lernumgebungen bedeuten – wie bereits erwähnt – nicht zwangsläufig klassische Bildungsinstitutionen oder Arbeitsumfeld, sondern sollten wesentlich breiter gestreut sein, um den Lernenden die Lernsituation so angenehm und entspannt wie möglich zu gestalten. Besondere Bedeutung kommt dem Lernen in der Gruppe zu, weil die Interaktion mehrerer Beteiligter das Entstehen von neuen Erfahrungen und Wissen fördert (Bubolz-Lutz et.al.2010).

4. Voraussetzungen für den Wald als Lernort

Die Idee zur Entwicklung einer Waldgeragogik in Österreich beruht im Wesentlichen auf folgenden Grundlagen:

4.1. Green Care

Cost Action 866 (European Cooperation of Scientific and Technical Research) war eine Aktion, die zwischen 2006 und 2010 in insgesamt 22 europäischen Staaten durchgeführt wurde mit dem Ziel, naturbasierte Maßnahmen in Landwirtschaft und Gartenbau auszuweiten. Hier standen physische und psychische Gesundheit, soziales Wohlbefinden und Lebensqualität der Zielgruppen im Vordergrund. Ebenso sollten Forschungsaktivitäten in den Bereichen Medizin und Gesundheit, Natur- und Sozialwissenschaften angeregt und koordiniert werden, um die ökonomische und politische Wirkung von Green Care nachweisen und im Anschluss daran Implikationen auf nationale Gesundheitspolitiken und Systeme sozialer Sicherheit diskutieren zu können. (www.cost.eu/COST-Action/isch). Vor diesem Hintergrund wurde auch die Studie „Zur Gesundheitswirkung von Waldlandschaften“ vom BFW in Auftrag gegeben.

Das Projekt „Green Care“ wurde im Anschluss an Cost Action in Österreich 2011 von der Landwirtschaftskammer Wien gestartet. Es beinhaltet Aktivitäten im land- und forstwirtschaftlichen Umfeld, die darauf abzielen, das Wohlbefinden bestimmter Zielgruppen durch naturbasierte Maßnahmen zu beeinflussen, es umfasst also alle gesundheitsvorsorgenden und gesundheitsfördernden Interventionen für Menschen, mit Hilfe von Tieren, Pflanzen und Natur. Ziel ist es, soziales, körperliches, geistiges Wohlbefinden der Zielgruppe zu unterstützen und zu verbessern (Wiesinger et. al. 2013).

Beispielhaft genannt sei hier der Verein „fairwurzelt“ (Neidling), der einerseits langzeitarbeitslosen Frauen (auch mit migrantischen Hintergrund, aber stets mit gärtnerischem, landwirtschaftlichem Wissen) den Wiedereinstieg ins Berufsleben ermöglichen und zur die Regionenentwicklung, die ein wesentlicher Aspekt von Green Care ist, beitragen soll. Ebenso ist Green Care auf die Evidenzbasierung der

jeweiligen Aktivitäten ausgerichtet. Das Projekt wird durch das Österreichische Programm für die Ländliche Entwicklung gefördert. (http://www.bmlfuw.gv.at/land/laendl_entwicklung.html)

Seniorinnen und Senioren sind hier stets mitgemeint, die Bedeutung von naturbasierten Projekten für ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger im Hinblick auf ihr Wohlbefinden ist evident.

4.2. Zur Gesundheitswirkung von Waldlandschaften

Diese von der Medizinischen Universität Wien (Zentrum für Public Health) und der Universität für Bodenkultur (Department für Raum, Landwirtschaft und Infrastruktur durchgeführte Studie wurde vom BFW beauftragt und im Mai 2014 im BMLFUW präsentiert.

Ziel der Studie war es, Literatur zur Wirkung von Waldlandschaften auf Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität international umfassend zu erheben und Grundlagen für weitere theoretische und praktische GREEN CARE Projekte anzubieten. Die Ergebnisse der Studie im Hinblick auf das Thema Waldgeragogik zeigen folgenden Befund:

Waldlandschaften regen allgemein zu körperlichen Aktivitäten an (Spazieren, Gehen, Laufen) und wirken so Übergewicht und Schlafstörungen entgegen (Cervinka et al. 2014). Bewegung im Wald zeigt positive Auswirkungen auf das psychische Wohlbefinden und die mentale Gesundheit (Stress, Niedergeschlagenheit), wobei Frauen hier offensichtlich stärker beeinflusst sind als Männer. Der Einfluss von Aufenthalt im Wald auf Bluthochdruck ist nicht evidenzbasiert, Studien, in diesem Zusammenhang zeigen höchst uneinheitliche Ergebnisse (Cervinka et al. 2014)

Zur Sozialfunktion des Waldes zeigt die Studie (Cervinka et al. 2014), dass bei Aktivitäten, die von besonders geschultem Personal angeleitet werden, Gesundheit, Selbstwertgefühl, soziale Kompetenz und Integration bereits bei Personen ab 45 Jahren gefördert werden können.

Allerdings ist „der Wald“ auch im allgemeinen Sprachgebrauch nicht nur positiv besetzt. Jeder ältere Mensch bringt persönliche Erinnerungen aus Kindheit oder Jugend mit (vielleicht auch noch Erfahrungen im Zusammenhang mit Kriegserlebnissen), die den Wald und den Aufenthalt drin nicht nur angenehm erscheinen lassen. Auch hat wohl jeder Assoziationen zu Literatur (Märchen) oder Filmen, in denen der Wald wohl durchaus bedrohlich wirken kann. Der „finstere“ Wald (hohe Ständdichte, viele Sträucher, Unübersichtlichkeit, Dunkelheit) kann vor allem bei älteren Menschen durchaus auch Unbehagen hervorrufen. Besonders ältere Frauen gehen daher nur ungern alleine in den Wald (Cervinka et al. 2014), gemieden werden in erster Linie Wälder mit einem hohen Anteil an Totholz und wenig Aussicht. Jedenfalls legen Waldbesucher, die älter als 65 Jahre sind, gesteigerten Wert auf gepflegte Wälder (kein Abfall etc.) und meiden Wälder eher, wenn sich zu viele andere Besucherinnen und Besucher (Jogger, Radfahrer, Hundebesitzer) darin aufhalten (Cervinka et al. 2014).

5. Gesetzliche Rahmenbedingungen für Waldgeragogik

Der Aufenthalt in Wäldern – auch zu Erholungszwecken- ist in Österreich im Forstrecht streng geregelt. Die folgende Zusammenfassung der zu beachtenden gesetzlichen Richtlinien entstammt dem Forstrecht in der geltenden Fassung von 2013 (www.ris.bka.gv.at).

Bedeutsam für Veranstaltungen jeglicher Art in Wäldern ist §174, Pkt.3, der Verwaltungsübertretungen beschreibt. Grundsätzlich darf jedermann jeden Wald zu Erholungszwecken betreten und sich dort aufhalten, allerdings nur unter Beachtung streng geregelter Richtlinien. Zusammenfassend dargestellt gelten folgende Verbote:

- erkennbar gesperrte Forststraßen und Wege dürfen nicht befahren oder begangen werden
- Früchte, Samen und Pilze dürfen nicht zu Erwerbszwecken oder in einer Menge von über zwei Kilogramm gesammelt werden
- Die Veranstaltung von oder die Teilnahme an Pilz- oder Beerensammelaktionen ist verboten
- Wasserläufe in welcher Form auch immer zu verändern wird ebenso geahndet wie die Errichtung von Feuerstellen

Bei korrekter Auslegung der Bestimmungen des Forstrechts ist zu beachten, dass für die Inanspruchnahme fremdem Eigentums (Wiesen, Äcker, Wälder) und daher für Veranstaltungen jeglicher Art, die über die Nutzung des Waldes zu Erholungszwecken hinausgehen (Wanderbegleitungen, Touren, Radtouren, Naturkundeexkursionen) die Zustimmung des Eigentümers/ Waldbesitzers einzuholen ist, egal ob diese entgeltlich oder unentgeltlich abgehalten werden (www.bmlfuw.gv.at), der Waldeigentümer kann seinerseits das Betreten des Waldes auch jederzeit verbieten. Es gibt laut Forstgesetz auch eine „Erklärung zum Erholungswald“, das sind Wälder, die per Bescheid der Forstbehörde überwiegend der Erholungsfunktion gewidmet sind, auch hier müssen Genehmigungen für Veranstaltungen eingeholt werden. Abgesehen von den Bestimmungen des Forstrechts müsste streng genommen auch die Gewerbeordnung und hier speziell die Verordnungen zum Fremdenführergesetz beachtet werden, die unter anderem beinhalten, dass auch Führer oder Begleiter, die auf Besonderheiten von Landschaft, Flora und Fauna hinweisen, eine entsprechende Gewerbeberechtigung benötigen, außer sie wären von einem Verfügungsberechtigten (Waldbesitzer) nachweislich beauftragt, Veranstaltungen abzuhalten (Kiessling, o.D.) Im Zweifelsfall erteilt die Rechtsabteilung des BMLFUW Auskunft. Die jeweiligen gesetzlichen Bestimmungen der einzelnen Bundesländer sind jedenfalls zu beachten.

6. Angebote und Anknüpfungspunkte in Österreich und einigen Nachbarländern

Im Folgenden soll rein exemplarisch und ohne Anspruch auf Vollständigkeit dargestellt werden, woran Waldgeragogik anknüpfen könnte. Der Blick richtet sich zunächst auf Deutschland, das eine Vielzahl waldspezifischer Angebote für Seniorinnen und Senioren bereitstellt:

In Schleswig- Holstein finden wir den „Wald für Generationen“, in dem unter dem Motto „Wald früher und heute“ ein vierzigminütiger Rundweg zur Verfügung steht, der über einen Schmetterlingsgarten und eine Falknerei führt, der mit Sitzgelegenheiten ausgestattet ist und als generationenübergreifendes Programm angeboten wird. (www.erlebniswald-trappenkamp.de)

In Niedersachsen bietet das Waldforum Riddagshausen einen Erlebnispfad in der Länge von 2,5 Kilometern an, der auch Enkelkinder mitansprechen soll, Sitzgelegenheiten aufweist und durch den Waldpädagoginnen und Waldpädagogen führen, die Informationen zu Bäumen, Sträuchern und Kräutern liefern und zum Austausch von Erinnerungen und Erlebnissen anregen (www.waldforum-riddagshausen.de).

In Bayern findet sich ein Projekt, das im Herbst 2004 gestartet wurde, seinen Ausgangspunkt in der Waldpädagogik nahm, seinen Blickpunkt auf durchaus geragogische Standpunkte gerichtet hat und dementsprechend wissenschaftlich durchgeführt wurde: Die Zielgruppe wurde mit 60+ definiert, die Vorlieben und Interessen der Zielgruppe wurden erhoben, Pretests wurden durchgeführt, altersspezifische Interventionsmöglichkeiten wurden erprobt und in der Folge auch praktisch durchgeführt. Es kristallisierte sich in der Praxis eine Vielzahl von Themen heraus, die ältere Menschen im Zusammenhang mit Wäldern speziell interessierten: LandArt (Kunst in und im Einklang mit der Natur), Schreiben, Lesen, Erzählen, Zeichnen und Malen von Landschaften, Musizieren, zum Thema Gesundheit Verknüpfung von geistiger und körperlicher Aktivität. In diesem Projekt wurden auch Multiplikatorinnen und Multiplikatoren ausgebildet. (www.waldwissen-net.de)

In der Schweiz besteht die Waldschule Regio Basel, die ebenfalls dem Schlagwort LandArt Ü60 Rechnung trägt und unter dem Motto Waldführung, - führung, - spaziergang zweistündige Angebote durchführt. (www.waldschulebasel.ch).

Auch in Italien hat man die Bedeutung von Naturerlebnissen in Wäldern für Ältere erkannt, es bestehen spezielle Angebote, die generationenübergreifend sind und unter dem Titel Waldpädagogik firmieren. (<http://www.altraeta.it/pedagogia-del-bosco/>)

In Österreich besteht diesen Recherchen zufolge offensichtlich ein Nachholbedarf: Der Erlebnispark Gänserndorf bietet für „Menschen im besten Alter“ barrierefreie Zugänge, Wege, Erholungsbänke sowie Bogenschießen und einen Waldklettergarten an. Die Bedeutung körperlicher Aktivität für Seniorinnen und Senioren wird auf der Homepage eigens betont, ein eigenes „Pensionisten Abenteuer Paket“ (inklusive Mahlzeit) findet sich in der Rubrik Freizeitangebot, Unterhaltung dürfte hier vorrangig sein. (<http://www.erlebnispark-gaenserndorf.at/>) .Wesentlich interessanter als Setting für waldgeragogische Angebote scheint der Leierweg im Nationalpark Gesäuse zu sein: Es handelt sich um einen barrierefreien Wanderweg entlang der Enns mit einer Länge von ca. vier Kilometern (hin und zum Ausgangspunkt zurück), mit einer geringen Steigung und Seitenneigung und einem

Belag (gewalzter Kies, Asphalt, Holzstege), der auch für Rollstühle und Rollatoren geeignet ist. Eigene Zuggeräte für Rollstühle werden zur Verfügung gestellt, es, finden Führungen ,zum Beispiel zum Thema „Ökologischer Fußabdruck“. statt. Angebote für Seniorinnen und Senioren würden sich hier anbieten, sind aber nicht explizit ausgewiesen. <http://www.nationalpark.co.at/de/naturerlebnis/barrierefrei>

7. Entwurf eines denkbaren waldgeragogischen Projekts

7.1 Allgemeine Kriterien:

Unter Beachtung der bisherigen Ausführungen muss ein mögliches Konzept für waldgeragogische Veranstaltungen folgende Kriterien erfüllen:

- Die leichte Erreichbarkeit des Naherholungsgebiets Wald ist wichtig, im städtischen Bereich allenfalls mittels öffentlicher Verkehrsmittel, weil lange Anfahrtswege einen Hinderungsgrund für die Teilnahme darstellen können (Cervinka et.al.).
- Die für Veranstaltungen ausgewählten Waldgebiete sollten hell und übersichtlich sein.
- Forstkundiges Fachpersonal sollte die Projekte leiten.
- Bevorzugte Jahreszeiten sind sicherlich Frühling und Herbst. Als Tageszeit für Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren empfehlen sich der späte Vormittag oder der frühe Nachmittag, keinesfalls sollten Veranstaltungen über den Einbruch der Dämmerung hinaus dauern, da dies unter den Teilnehmenden zu Unsicherheit und Ängstlichkeit führen kann.
- Die Dauer einer Veranstaltung sollte nach Möglichkeit drei Stunden nicht überschreiten, um die geistige Aufmerksamkeit und physische Belastbarkeit der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu gewährleisten und niemanden zu überfordern.
- Je nach Zusammensetzung der Gruppe sollten sämtliche Wege auch für leicht Gehbehinderte oder für Personen mit Rollator begehbar sein (Cervinka et.al 2014).
- Sitzplätze (Bänke, aber durchaus auch Strohbällen) sollten vorhanden sein, Getränke sollten bereitgehalten werden, Toiletten sollten allenfalls vorhanden sein.
- Auf die Notwendigkeit von Impfungen (FSME, Tetanus) sollte im Vorfeld der Veranstaltung hingewiesen werden, ebenso auf die Mitnahme von Medikamenten bezüglich möglicher Allergien.
- Der Hinweis auf die Mitnahme entsprechender Kleidung und auf festes Schuhwerk ist im Vorfeld zu empfehlen.

7.2. Zum Ablauf einer Veranstaltung und zu den Methoden:

In anderen altersspezifischen Projekten hat sich folgende Vorgehensweise zum Ablauf von Veranstaltungen gut bewährt (www.seelernetz.eu):

- Begrüßung durch den Vortragenden, kurze Vorstellungsrunde der Teilnehmerinnen und Teilnehmer
- Spaziergang, Besichtigung mit fachlichen Erklärungen, sachlicher Input
- Diskussion zum Austausch von Erfahrungen, Klärung von offenen Fragen etc.
- Kleine Jause, um Kontakte innerhalb der Gruppe herzustellen und um das Erfahrene, Gehörte in zwanglosen persönlichen Gesprächen zu wiederholen und zu verfestigen

Der persönliche Kontakt der Vortragenden/Veranstaltenden zu den Teilnehmerinnen und Teilnehmern in geragogischen Projekten jeglicher Art ist entscheidend für den Lernerfolg und die weitere Teilnahme der Zielgruppe an den Projekten (SEELERNETZ 2010).

Zu den Methoden, die angewandt werden sollten, um der Zielgruppe die dargebotenen Inhalte näherzubringen, sei aus Erfahrung in der Arbeit in mehreren EU-Projekten (z.B. auch im Seelernetz) angemerkt, dass Seniorinnen und Senioren, auch wenn sie bildungsunghewohnt sind, ein hohes Maß an Aufgeschlossenheit für methodische Angebote zeigen: Abgesehen von Einzelvorträgen, modernen Medien Plenumsdiskussionen und ähnlichem sind Seniorinnen und Senioren durchaus auch aufgeschlossen gegenüber der gesamten Palette an aktuellen Coaching-Methoden und zeigen im Allgemeinen auch keine Scheu gegenüber Rollenspielen oder ähnlichem. Bei Waldbesuchen bieten sich als Biographiebezug und zur Aktivierung von Erinnerungen sicher auch Lieder, Gedichte. Gut vorstellbar und beliebt sind auch Fotoprojekte, die eventuell auch in einer kleinen Ausstellung ihre Auswertung finden können. Der methodologischen Phantasie der Vortragenden sind kaum Grenzen gesetzt, selbstverständlich muss aber auf körperliche Einschränkungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer Rücksicht genommen werden.

7.3. Der Wald und sein Themenangebot:

Wie in der Waldpädagogik soll auch in der Waldgeragogik der Wald mit allen Sinnen erfahren werden. Das „Kopf- Herz- Hand“- Prinzip (Lohri, Schwyter Hofmann 2004) gilt auch für Seniorinnen und Senioren: gemeint ist, dass der Wald als Naturraum erfahren werden soll, der aber auch angenehme Sinnesempfindungen bietet und schließlich als Kulturraum und als Arbeitswelt des Försters kennengelernt und verstanden werden soll. Auch Seniorinnen und Senioren sollen zunächst auf die wesentlichen Funktionen des Waldes hingewiesen werden, auch wenn ihnen Vieles vielleicht bereits bekannt ist oder zur Auffrischung dient:

- Nutzfunktion - der Wald als Arbeitgeber in Produktion, Verarbeitung und Pflege
- Schutzfunktion – vor Naturgefahren (Steinschlag, Lawinen, Erosion)
- Erholungsfunktion - Freizeit , Erholung und Sport
- Wohlfahrtsfunktion – Reinigung und Erneuerung des Wassers und der Luft, günstiger Einfluss auf das Klima (www.ris.bka.gv.at)

Darüber hinaus bieten sich als weitere Themenkreise für Ältere an:

- alte und neue Methoden der Holzverarbeitung
- historische Landschaften (in Wien z.B. Auegebiete vor und nach der Donauregulierung)
- Sehenswürdigkeiten (Weiler, Burgen, Kirchen, Kapellen, die möglicherweise vom Wald überwachsen sind, aber bei sachgerechter Führung in ihren Grundrissen aufspürbar und wiederzuerkennen sind)
- Kunst (Holzschnittkunst, der Wald in Literatur, Malerei, Musik)
- Tradition (Volkskunst, Lieder, Heilpflanzen, Kräuter)
- Kochrezepte (Bärlauch, Beeren, Brennnessel, Holunder, Pilze, Sauerampfer, Waldmeister etc.)

www.pflanzenwerkstatt-grafenweiden.at

Auch hier liegt der Fokus auf dem Biographiebezug, vor allem aber sollen vielfältigste Themen und Interessensschwerpunkte möglichst gemeinsam mit den Teilnehmerinnen erarbeitet und behandelt werden.

8. Zur Qualitätssicherung von geragogischen Bildungsprojekten

Qualitätskontrolle ist im geragogischen Bereich für die Legitimation und Weiterentwicklung von Bildungsangeboten wichtig (Köster et.al. 2008) In Österreich wurde bereits 2005 ein Kriterienkatalog erarbeitet, der die Überprüfung und Bewertung der Qualität von Bildungsangeboten für Ältere ermöglicht. Dieser soll Bildungseinrichtungen dabei unterstützen, ihre Angebote den Bedürfnissen ihrer Adressaten anzupassen (Kolland, Ahmadi 2010):

Projekte in der Seniorenbildung sollen in ihrer didaktischen Konzeption reflexiv ausgerichtet sein und sich auf die Lebenswelt ihrer Teilnehmerinnen und Teilnehmer beziehen. Sie sollen nach Möglichkeit intergenerationelle Inhalte anbieten und Gendaspekte berücksichtigen. Ebenso sollen auch bildungsferne, bildungsbenachteiligte Schichten angesprochen und erreicht werden. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen in die formale und inhaltliche Gestaltung der Bildungsangebote gleichberechtigt miteinbezogen sein und Entscheidungsprozesse auf Augenhöhe mit den Anbieterinnen und Anbietern mittragen.

Die Veranstalterinnen und Veranstalter haben auf die Weiterentwicklung der Programme (Inhalte, Materialien) und auf die Nachhaltigkeit ihrer Angebote Augenmerk zu legen, schließlich sollen geragogische Projekte ja auch zum

selbstbestimmten Weiterlernen befähigen. Jedes Projekt sollte auch öffentlichkeitswirksam arbeiten (Außendarstellung in Form von Werbung, Presse etc.), auch im Sinne einer Vernetzung mit anderen Anbietern und anderen Angeboten. Ein weiteres wichtiges Qualitätskriterium ist die laufende Evaluierung der Bildungsveranstaltungen, um deren Effizienz zu überprüfen und dadurch den angestrebten Lernerfolg zu garantieren. Folgende Methoden bieten sich an: Eine qualitative Befragung mittels kurzer Leitfadeninterviews mit inhaltsanalytischer Auswertung nach Mayring (Mayring 2008) oder eine quantitative Analyse mittels Kurzfragebogen und statistischen Auswertungsverfahren. Eine teilnehmende Beobachtung durch einen unbeteiligten Außenstehenden hat sich ebenfalls bewährt (SEELERNETZ 2010).

Sämtliche Kriterien und Evaluierungsmethoden zielen darauf ab, Bildungsangebote den Erfordernissen von Good Practice Projekten anzupassen und damit das angestrebte Qualitätsziel einer „guten Praxis“ auch tatsächlich zu erreichen.

9. Fazit und Ausblick

Waldgeragogik sollte in Analogie zur Waldpädagogik in Zukunft als Bildungsangebot für die wachsende Bevölkerungsgruppe der Seniorinnen und Senioren in den Blickpunkt der zuständigen Institutionen (BMLUFW, BMG) treten. Die Bedeutung lebensbegleitenden Lernens, die Wichtigkeit von körperlicher und geistiger Aktivität in der relativ langen Zeitspanne des Ruhestandes und die Gesundheitswirkung von Waldlandschaften sind wissenschaftlich gut belegt. Österreichische Wälder bieten sich als Orte des Lernens und der Begegnung der Generationen an.

Wie aus den bisherigen Ausführungen hervorgeht, dürfen sich waldbasierte Angebote für Seniorinnen und Senioren nicht auf Spaziergänge reduzieren, es müssen die angeführten Voraussetzungen und Qualitätskriterien erfüllt werden, damit man von „Waldbildung im Alter“ sprechen kann. Dieser Anspruch bedeutet aber gleichzeitig eine besondere Herausforderung in der Suche nach geeigneten Vortragenden: Es sollte nach Möglichkeit ausschließlich forstkundiges Fachpersonal (Försterinnen und Förster) geragogische Bildungsprojekte durchführen. Der Geragogin oder dem Geragogen fällt die Konzeption, Bewerbung, didaktische Vorbereitung und anschließende Evaluierung zu, der kompetente sachliche Input, die Vermittlung der von Sachwissen und emotioneller Beziehung zu Waldlandschaften kann wohl nur durch Forstkundige erfolgen.

In der Schweiz richten sich waldpädagogische Ausbildungen speziell an forstliches Personal, weil man schon früh erkannt hat, dass fachliches Wissen und berufliche Erfahrung gerade im Bereich waldbasierter Angebote sowohl in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen als auch in der Arbeit mit Erwachsenen und Älteren bedeutend sind. (Lohri, Schwyter Hofmann 2004).

Hinsichtlich der weiteren Vorgehensweise zur Implementierung der Waldgeragogik in Österreich ist anzumerken, dass zwei ausgewählte Waldlandschaften (im niederösterreichischen Marchfeld und in den Wiener Praterauen) als mögliche

Settings im April 2015 in Begleitung eines Försters begangen und einer genauen Besichtigung unterzogen wurden. Für Herbst 2015 ist die Durchführung eines Pilotprojektes mit einer Gruppe von Seniorinnen und Senioren geplant.

10. Literatur

Bubolz- Lutz ,Elisabeth, Gösken, Eva, Kricheldorff ,Cornelia, Schramek, Renate (2010): Geragogik. Bildung und Lernen im Prozess des Alterns. Das Lehrbuch. Stuttgart: W. Kohlhammer

Cervinka, Renate, Arnberger , Arne (2014): Zur Gesundheitswirkung von Waldlandschaften. BFW Berichte 147/2014

Kade, Sylvia (2009):Altern und Bildung. Bielefeld : W. Bertelsmann Verlag

Kiessling, Johann(o. J):Handbuch Forst und Kultur – Mappe 2 M4/X/4

Köster, Dietmar, Schramek Renate, Dorn, Silke (2005): Qualitätsziele moderner Seniorinnenarbeit und Altersbildung. Das Handbuch. Oberhausen

Kolland, Franz, Ahmadi Pegah (2010): Bildung und aktives Altern. Bewegung im Ruhestand. Bielefeld: W. Bertelsmann Verlag

Kricheldorff, Cornelia: Bildungsarbeit mit älteren und alten Menschen. In: Aner, Kirsten, Karl, Ute (2010) Handbuch Soziale Arbeit und Alter. Wiesbaden: VS Verlag

Kruse, Andreas, Wahl, Hans-Werner (2010): Zukunft Altern. Individuelle und gesellschaftliche Weichenstellungen. Heidelberg: Spektrum Verlag

Lave, Jean, Wenger, Etienne (1991): Situated Learning: Legitimate peripheral participation. New York

Lohri, Franz, Schwyter Hofmann, Astrid (2004): Treffpunkt Wald. Zürich: SILVIVA

Mayring, Peter (2008): Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken. Weinheim: Juventa

Miklas, Helene (Hg) (2010): Geragogik – eine Herausforderung an die Zukunft. Schriften der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule Wien/Krems. Wien :LIT Verlag

Rigal, Elisabeth, Wernsperger Gerda (2013): Neugierig auf Geragogik? In: logoThema. Fachzeitschrift des Berufsverbandes logopädieaustria 1/2013, S.13f

Ruhe, Hans Georg (2009): Methoden der Biographiearbeit. Weinheim und München: Juventa

Ryan, Richard M., Deci, Edward L.(2000): Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. American Psychologist,55,p.68-78

SEELERNETZ (2010): Das forschungsbasierte Handbuch. Ein europäisches Modell. Forschungsinstitut FoGera

Wiesinger, Georg (2011): Soziale Landwirtschaft und ihre Bedeutung für die lokale Ökonomie und Sozialkapital in peripheren ländlichen Regionen. BWF Berichte 132/11

Internetquellen:

<http://www.altraeta.it/pedagogia-del-bosco/> letzter Zugriff 29.4.2015

<http://www.berggebiete.at/cm3/en/component/multicategories/article/22-themen/soziale-verhaeltnisse/618-bf132-11-green-care-soziale-landwirtschaft-und-ihre-bedeutung-für-die-lokale> letzter Zugriff 14.5.2014

<http://www.cost.eu/COST-Action/isch> letzter Zugriff 24.4.2015

<http://www.erlebnispark-gaenserndorf.at> letzter Zugriff 24.4.2015

<http://www.erlebniswald-trappenkamp.de> letzter Zugriff 28.4.2015

<http://bfw.ac.at/greencarewald> letzter Zugriff 2.3.2015

<http://www.bmfsfj.de/RedaktionBMFSFJ/Abteilung3/Pdf-Anlagen/bt-drucksache-senioren-in-deutschland,property=pdf,bereich=bmfsfj,sprache=de,rwb=true.pdf> letzter Zugriff 1.3.2015

<http://www.bmlfuw.gv.at/forst/oesterreich-wald/Forstrecht/Forstgesetz.html> letzter

http://www.bmlfuw.gv.at/forst/wald-gesellschaft/verhalten_wald/betreten_wald.html:
letzter Zugriff 3.5.2015

<http://www.greencare.at/green-care/> letzter Zugriff 2.3.2015

<http://www.nationalpark.co.at/de/naturerlebnis/barrierefrei> letzter Zugriff 22.3.2015

<http://www.pflanzenwerkstatt-grafenweiden.at/> letzter Zugriff 14.5.2015

<http://www.ris.bka.gv.at> letzter Zugriff 2.3.2015

http://www.sozialministerium.at/cms/site/attachments/4/7/6/CH2229/CMS1218014040042/bundesseniorenplan_kompl.pdf letzter Zugriff 19.11.2014

<http://waldforum-riddagshausen.de> letzter Zugriff 29.4.2015

<http://www.waldschulebasel.ch>) letzter Zugriff 29.4.2015

http://www.waldwissen.net/lernen/index_DE letzter Zugriff 4.5.2015

<http://www.wien.gv.at/> letzter Zugriff 15.5.2015