

Umweltpsychologische Evaluation des Wildnispark Zürich

Dr. Eike von Lindern ★ Dialog N – Forschung und Kommunikation für Mensch, Umwelt und Natur ★ Eike.von.Lindern@dialog-n.ch

Hintergrund

Aufenthalte in "erholungsförderlichen Umwelten" tragen zu Gesundheit und Wohlbefinden bei und können einen Gegenpol zu alltäglichen Beanspruchungen und Stress bilden, indem sie das Erleben von Faszination und psychologischer Distanz zum Alltag ermöglichen (z.B., Hartig, 2004; Kaplan & Kaplan, 1998; Kaplan, 1995; von Lindern, Lymeus, & Hartig, 2016).

Ziel dieser Studie war es, zu untersuchen, 1) aus welchen **Gründen** Personen den Wildnispark Zürich aufsuchen, 2) wie sie **Einrichtungen, Angebote und Infrastruktur** des Parks bewerten, 3) inwiefern der Wildnispark Zürich als "erholungsförderliche Umwelt" erlebt wird und 4) ob der Besuch tatsächlich **Gesundheit und Wohlbefinden** fördert.

Methode



- Vor-Ort Befragung, Selbstberichte
- 10 DIN A4 Seiten, Zeitbedarf: 22 min (SD = 7 min)
- Themen: Soziodemografie, Besuchsmotive, Aktivitäten, Evaluation des Parks, Stresserleben, Erholung und Gesundheit, Verbundenheit, Bildungskonzept etc.
- Feldphase: 14. – 30.10.2016
- Incentives: Schoggi

Untersuchungsgebiet



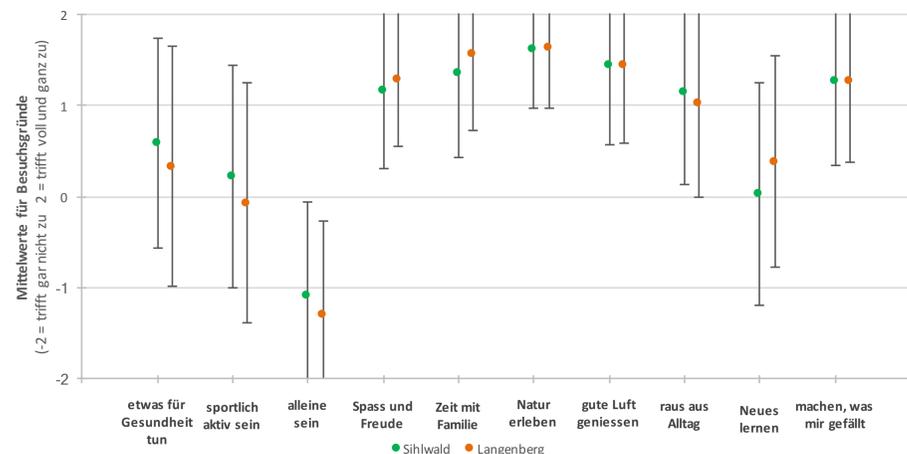
Der Wildnispark Zürich umfasst ca. 12 km² und besteht aus den räumlich getrennten Teilen Sihlwald und Tierpark Langenberg. Die Parkbesucher und -besucherinnen wurden beim Besucherzentrum Sihlwald und vor dem Bärenghege im Tierpark Langenberg rekrutiert und befragt.

Stichprobe

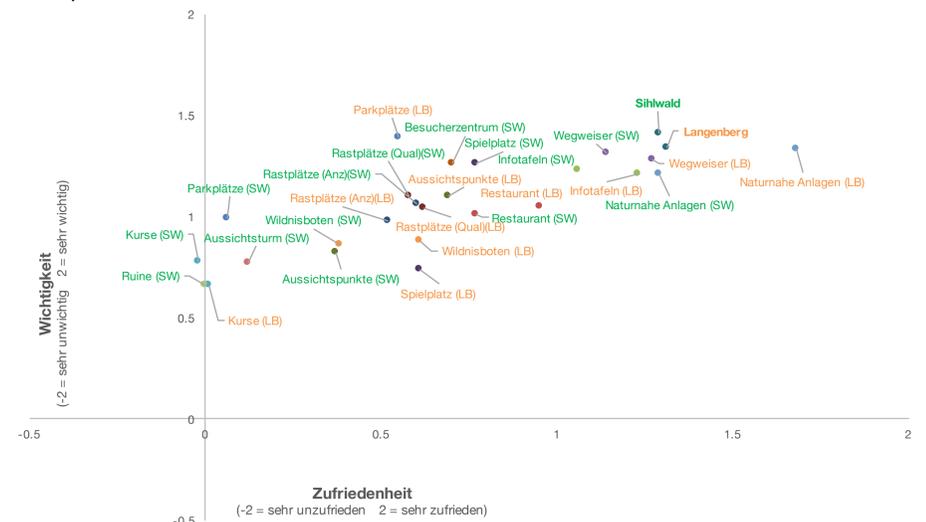
- N = 311 (Sihlwald n = 155; Langenberg n = 156)
- 55,3% weiblich, 44,7% männlich
- Durchschnittsalter: 46,3 Jahre (SD = 15,2 Jahre)
- Relativ hohes Bildungsniveau: 31,1% Universitätsabschluss
- Häufigste Begleitung: Partner/in (40,1%) und Kinder (41,7%)
- 56,5% reisen mit dem Auto an, 23,4% nutzen öffentliche Verkehrsmittel
- 17,8% Erstbesuche, mittlere Aufenthaltsdauer 2,5 – 3 Stunden

Ergebnisse

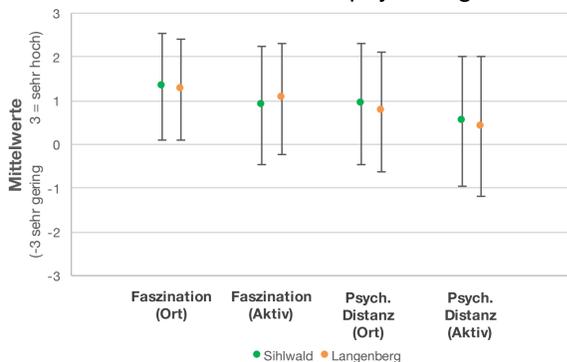
1) **Besuchsründe** sind hauptsächlich das Naturerlebnis. Der Sihlwald wird stärker aus Sport- und Gesundheitsgründen aufgesucht, Langenberg vermehrt aus sozialen Motiven.



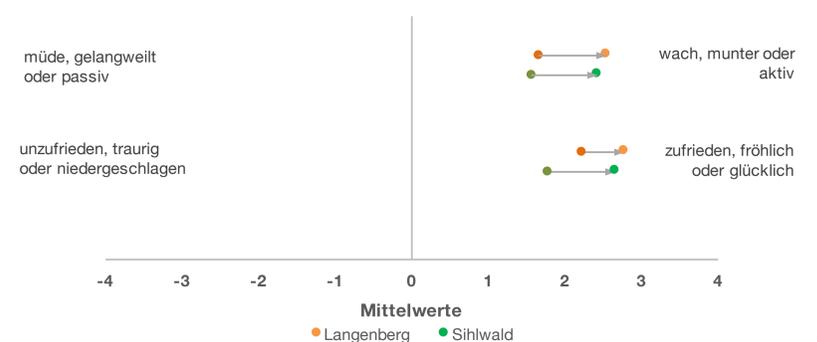
2) **Einrichtungen, Angebote und Infrastruktur** werden sehr positiv bewertet.



3) **Erholungsförderliche Umwelten** Sihlwald und Langenberg fördern das Erleben von Faszination und psychologischer Distanz.



4) **Gesundheit und Wohlbefinden** verbessern sich während des Parkbesuchs signifikant.



Zusammenfassung & Diskussion



- Beim Wildnisparkbesuch steht das Naturerlebnis im Vordergrund, aber auch soziale Aspekte spielen eine Rolle.
- Der Parkaufenthalt wird als (sehr) positiv erlebt, die Besucher und Besucherinnen sind zufrieden.
- Das Erholungspotenzial von Sihlwald und Langenberg ist positiv ausgeprägt, es werden nur sehr geringfügige Assoziationen zu Alltagsstress erlebt, und die Besucher und Besucherinnen fühlen sich nach dem Aufenthalt wohler und gesünder als vorher.

- Die Ergebnisse unterstreichen die Relevanz von Parks für die gesellschaftlich zunehmend wichtige Funktion, einen Raum für Erholung und Kontrasterleben zum Alltag zu ermöglichen. Damit bieten Parks eine vielversprechend Ressource zur Förderung von Wohlbefinden und Gesundheit, die über z.B. Schutz- und Förderung der Biodiversität und Bildungsangebote hinausgeht.

• Vollständige Ergebnisse unter:

http://www.dialog-n.ch/Docs_aktuell/Besucherbefragung_WPZ_2016.pdf

Literatur

- Hartig, T. (2004). Restorative Environments. In C. Spielberger (Ed.), *Encyclopedia of Applied Psychology* (pp. 273-279). San Diego: Academic Press.
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of Environmental Psychology*, 15(3), 169-182.
- von Lindern, E., Lymeus, F., & Hartig, T. (2016). The restorative environment: A complementary concept for salutogenesis studies. In M. B. Mittelmark, S. Sagy, M. Eriksson, G. F. Bauer, J. Pelikan, B. Lindstrom, & G. A. Espnes (Eds.), *The Handbook of Salutogenesis* (1 ed., pp. 181-195). New York: Springer.