
Arbeitspapier

Sucht(prävention) und Wald

Stefan Lirsch für Green Care WALD

Sehr geehrte Damen und Herren,

im vorliegenden **Arbeitspapier 'Sucht(prävention) und Wald'** finden Sie Informationen über die Kooperation von Green Care WALD mit Stefan Lirsch zum betreffenden Thema. Die gesammelten Informationen wurden vor, nach und insbesondere während einem Arbeitsgruppen-Treffen mit Expertinnen und Experten aus den Bereichen Sucht, Gesundheit, Psychologie, Pädagogik, Natur-/Wald und Green Care zusammengetragen.

Gliederung des Dokuments:

Der erste Teil widmet sich dem Entstehen des Projekts und der Vorbereitungsphase für das Arbeitsgruppen-Treffen. Diese und deren Ergebnisse werden darauffolgend näher behandelt. Zukünftiges, Entstehendes und in Planung befindliches wird in Teil drei, schon bestehende Projekte werden in Teil vier beschrieben.

Zusammenfassung der Ergebnisse der Arbeitsgruppe:

In aller Kürze seien hier vorweg einige Punkte und Ergebnisse der Arbeitsgruppe genannt:

- Die von den TeilnehmerInnen als sehr angenehm erlebte Stimmung und positive Arbeitsatmosphäre hat dazu beigetragen, dass diese dem Projekt 'Sucht und Wald' sehr wohlwollend und auch zukünftig unterstützend zur Seite stehen.
- Durch die Vorarbeiten und die Arbeitsgruppe konnte von Green Care WALD ein beträchtliches Netzwerk im Bereich Suchtprävention und -therapie aufgebaut werden.
- Sehr hilfreich und ergiebig waren die Reflexionsfragen und die Antworten darauf von den teilnehmenden ExpertInnen im Anschluss an das Arbeitstreffen.
- Die Wald-Aktivitäten während des Treffens waren ein wichtiger Bestandteil der Arbeitsgruppe, was sich auch in den Antworten auf die Reflexionsfrage 'Was kommt dir als erstes in den Sinn, wenn du an den Tag zurückdenkst?' zum Ausdruck kommt. Obwohl wir nur eine der sechs Stunden im Wald verbracht haben, beziehen sich die Antworten größtenteils darauf. Dies zeigt, dass der Waldaufenthalt einen wichtigen Beitrag geleistet hat für die positive Atmosphäre im weiteren Verlauf des Tages.
- Das Projekt 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur' mit dem Anton Proksch Institut ist ein direktes Ergebnis der Vorarbeit für die Arbeitsgruppe. Zu diesem Angebot soll im Laufe der nächsten Monate ein Handbuch entstehen, das Kuranstalten, Reha-Zentren, Krankenhäusern usw. als Hilfsmittel dienen soll, ähnliche Angebote mit Waldbezug zu implementieren.
- Gabriele Wagner-Wasserbauer vom Institut für Suchtprävention, die derzeit auch am Master-Lehrgang Green Care teilnimmt, wird das Projekt 'Waldwandern' begleiten und eine Master-Arbeit darüber verfassen. Gespräche mit dem Anton Proksch Institut haben mittlerweile stattgefunden.
- Mit Alice Steier ist ein Weiterbildungs-Angebot zum Thema Suchtprävention und -therapie für WaldpädagogInnen bzw. für den Lehrgang Green Care WALD angedacht.
- Viele interessante Inputs der ExpertInnen und hilfreiche Tipps können Green Care WALD beim Aufbau von Angeboten zum Thema 'Sucht und Wald' als Grundlage dienen.

Wesentliches für die weitere Arbeit zum Thema ist im Dokument grau unterlegt.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre und hoffe weiterhin auf gutes Gelingen.

Mit besten Grüßen
Stefan Lirsch

Wien, 31. Juli 2018

Inhalt

1 Informationen zur Arbeitsgruppe 'Sucht(prävention) und Wald'

- 1.1 Green Care WALD
- 1.2 Stefan Lirsch - Beruflicher und persönlicher Hintergrund
- 1.3 Bisherige Zusammenarbeit Green Care WALD / Stefan Lirsch
- 1.4 Inhaltliche Schwerpunkte / Ablauf / Zielsetzungen des Workshops
- 1.5 Fragen zur Einstimmung für die Expertinnen und Experten
- 1.6 ExpertInnen / TeilnehmerInnen / Kontaktpersonen
- 1.7 Ort und Zeit der Umsetzung

2 Das Arbeitsgruppen-Treffen

- 2.1 Ablauf / Themenfelder / Interessante Inputs
- 2.2 Ergebnisse der Einzel- und Kleingruppenarbeit
- 2.3 Reflexionsfragen und Antworten der TeilnehmerInnen

3 Zukünftiges / Aus der Arbeitsgruppe entstandene und in Planung befindliche Projekte

- 3.1 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur'
mit der Suchtklinik Anton Proksch Institut
- 3.2 Handbuch 'Heilkraft Natur'
- 3.3 Masterarbeit zum Thema 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur'
- 3.4 Weiterbildungs-Angebot für WaldpädagogInnen 'Sucht(prävention) und Wald'
mit dem Institut für Suchtprävention
- 3.5 Nutzen für Waldbesitzer

4 Bestehende Projekte zum Thema / Fördermöglichkeiten

- 4.1 'Therapiesalon im Wald'
- 4.2 'Grüner Kreis'
- 4.3 Rausch- und Risikopädagogik
- 4.4 Projekte des Institut für Suchtprävention
- 4.5 'Regenerationsspfad' der Bundesforste im Biosphärenpark Wienerwald
- 4.6 Weitere Projekte
- 4.7 Fördermöglichkeiten

5 Literaturempfehlungen

A Anhänge

- A1 Infoblatt 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur' für TherapeutInnen
- A2 Artikel 'Sucht und Wald' von Stefan Lirsch
- A3 Artikel 'Wald ist Teil unserer menschlichen Immunsystems' von Christian Lackner und Franziska Krainer

1 Infos zur Arbeitsgruppe 'Sucht(prävention) und Wald'

1.1 Green Care WALD

<https://bfw.ac.at/greencarewald>

Seit 2014 setzt das Bundesforschungszentrum für Wald (BFW) mit dem Projekt Green Care WALD auf soziale Nachhaltigkeit. Green Care WALD steht für vielseitige Interaktionen und Projekte im Wald, die das Ziel verfolgen, das Wohlbefinden der jeweiligen Zielgruppe (z.B. Kinder, Erwachsene, ältere Menschen, Menschen mit psychischen und physischen Erkrankungen) zu fördern und zu verbessern.

Das nötige Know-how zur Arbeit mit der angesprochenen Zielgruppe kommt durch Expertinnen und Experten aus dem Gesundheits-, Bildungs- und Sozialbereich. Green Care WALD baut die Brücken zu den Waldbesitzerinnen und Waldbesitzern und möchte diese dafür begeistern, ihren Wald für soziales Engagement zu nutzen.

Mit der Arbeitsgruppe und dem Workshop zur Suchtprävention im Wald möchten wir eine neue Zielgruppe ansprechen und gemeinsam ausloten, welche Rolle und Funktion der Wald in der Suchtprävention haben kann und welche Chancen er mit sich bringt.

1.2 Stefan Lirsch - Beruflicher und persönlicher Hintergrund

www.stefanlirsch.at

Wald- und Montessori-Pädagoge, Systemischer Outdoor Coach, Shiatsu-Praktiker. Seit 2008 ist Stefan Lirsch selbstständig als Seminarleiter mit 'Begleitung in den Wald', Teambuilding-Angeboten, 'Suchtgeschichten', 'Recht hat jede/r - Soziales Lernen', als freischaffender Schauspieler und als Referent in der Weiterbildung an pädagogischen Institutionen (PH Wien, MA10, ifp, Kinderfreunde, u.a.).

4 Jahre Erfahrung als Kindergartenbetreuer. 2012-15 Aufbau und Leitung des Pilotprojekts 'Waldpädagogik und soziales Lernen' an einer Wiener Mittelschule. Autor des Handbuchs 'Lehrkraft Natur - Naturerfahrungen als fixer Bestandteil des Unterrichts'. www.stefanlirsch.at/lehrkraft-natur-handbuch-0

In seiner Jugend hat er etwa über 7 Jahre hinweg (13-20 J.) selbst intensive Erfahrungen mit Drogen von Alkohol und Haschisch über LSD bis zu Kokain und Heroin gemacht. Aus diesen Erfahrungen und seiner pädagogischen Arbeit ist im Laufe der Jahre das Angebot 'Suchtgeschichten' für Jugendliche sowie für Erwachsene entstanden.

1.3 Bisherige Zusammenarbeit Green Care WALD / Stefan Lirsch

- Teilnahme Workshops 'Green Care WALD - Gewaltprävention im Wald' 2014, St. Pölten
- Teilnahme Workshop 'Green Care WALD - Migration & Integration' 2014, Wien
- Handbuch 'Lehrkraft Natur - Naturerfahrungen als fixer Bestandteil des Schulunterrichts' www.stefanlirsch.at/lehrkraft-natur-handbuch-0
- Veranstaltung 'Lehrkraft Natur' mit Vertretern des SSR Wien, Bildungsministerium, u.a. www.stefanlirsch.at/lehrkraft-natur-die-veranstaltung
- Tagung Green Care und Pädagogik 2015, HAUP
- Referent beim Masterlehrgang Green Care 2015, HAUP
- Beitrag am Podium Waldpädagogik Kongress 2015, Innsbruck
- Referent bei der Green Care Tagung 2015, Ossiach
- Projekt 'Waldbaden und Waldpädagogik Bad Kreuzen' - Kick-Off Meeting, Nachbericht

1.4 Inhaltliche Schwerpunkte / Ablauf / Zielsetzungen des Workshops:

- **Begrüßungsworte** von Franziska Krainer, Green Care WALD und Stefan Lirsch.
- **Kurze Vorstellung der TeilnehmerInnen.**
- **Impulsvortrag** zum Thema von einer/m der geladenen ExpertInnen.
- **Begleitetes waldpädagogisches Angebot** - die Wirkung der Natur selbst erleben, sich vom Wald inspirieren lassen, um die gemachten Erfahrungen im Anschluss miteinbeziehen zu können.
- **Mittagspause**
- **Erfahrungsaustausch** der Teilnehmenden zu den Erlebnissen und Eindrücken vom Waldangebot.
- **Dialogrunde zum Workshop-Thema** 'Sucht(prävention) und Wald'.
- **Was gibt es schon** auf dem Gebiet? (Initiativen und therapeutische Angebote)
- **Wo kann Green Care WALD ansetzen?** Sammlung konkreter Ideen für Möglichkeiten der Umsetzung von Wald-Angeboten und der Kooperation mit anderen Institutionen.

Im Anschluss an das Meeting:

- **Erstellung eines Arbeitspapiers** durch Stefan Lirsch unter Einbeziehung der Ergebnisse des Meetings, das als Grundlage dient für die Phase 4, in der Waldaktivitäten zum Thema Sucht(prävention) umgesetzt werden sollen.

Voraussichtlich in einer weiteren Projekt-Phase:

- **Ausarbeitung von Angeboten** zum Thema Suchtprävention bzw. für Suchtkranke.
- **Begleitete Waldaktivitäten**
(Zusammenarbeit z.B. mit Schulen oder anderen pädagogischen Institutionen)
- **Evaluation der Angebote** - Nachbesprechungen, Einholen von Rückmeldungen.
- **Erstellung von Unterlagen** für waldpädagogische Angebote zum Thema Suchtprävention.
(Skriptum mit Methodensammlung, Material-Liste, Buchtipps, Link-Liste und Stundenbildern)

1.5 Fragen zur Einstimmung für die ExpertInnen:

- Welchen Bezug haben Sie zu Wald und welche positiven sowie negativen Erfahrungen bringen Sie mit? (aus dem privaten sowie beruflichen Umfeld)
- Welche hilfreichen Inputs können Sie aus Ihrem Fachbereich beitragen?
- Was erwarten bzw. wünschen Sie sich von diesem Arbeitsgruppen-Treffen?
- Was könnte aus dem Projekt 'Sucht(prävention) und Wald' entstehen?

1.6 ExpertInnen / TeilnehmerInnen:

Fünf bis sieben Fachleute aus den Themenbereichen Sucht, Gesundheit, Psychologie, Pädagogik, Natur-/Wald und Green Care.

Folgende ExpertInnen haben an der Arbeitsgruppe teilgenommen: (alphabetisch)

- Dr. **Dominik Batthyány** (Leiter Institut für Verhaltenssüchte der 'Sigmund Freud Universität', Psychotherapeut, langjährige Leitung Abteilung Suchtprävention bei 'Grüner Kreis')
- DI **Christian Lackner** (Öffentlichkeitsarbeit 'Bundesforschungszentrum für Wald', Waldpädagoge)
- Dr. **Thomas Legl** (Klinischer und Gesundheitspsychologe, Obmann und therapeutischer Leiter des 'Therapiesalons im Wald', frühere Tätigkeiten für 'Anton Proksch Institut', 'Grüner Kreis')
- DSP/DSA **Steve Müller** (ehem. Leiter des Bereichs Suchtprävention der Suchthilfe Wien, Europ. Netzwerk für Rausch- und Risikopädagogik, Experte für Harm Reduction)
- Mag.a **Birgit Rotter** (Österr. Bundesforste, Naturraummanagement, Forschung, Exkursionen, Biologin, Zoologin, Waldangebote für Suchtkranke)
- Mag.a **Alice Steier** (Institut für Suchtprävention der Sucht- und Drogenkoordination Wien, Arbeitsbereich Schule, Waldpädagogin und Outdoor-Trainerin)

- Mag.a **Maria Schweizer** (Lehrerin NMS Dirmhirngasse, 'Schwerpunkt Waldpädagogik')
- **Gabriele Wagner-Wasserbauer**, BSc (Institut für Suchtprävention, Leitungsassistentin, Projektkoordination Vollfan, Masterlehrgang Green Care i.A., Biologin)

Geleitet und moderiert wurde die Arbeitsgruppe von:

- **Franziska Krainer**, MSc. (Projektleitung 'Green Care WALD', Bundesforschungszentrum für Wald)
- **Stefan Lirsch** (Projektleiter 'Sucht(prävention) und Wald', Waldpädagoge, Systemischer Outdoor Coach, Referent in der Weiterbildung)

Nicht teilnehmen konnten:

- Prim. Univ. Prof. Dr. **Michael Musalek** (Leiter Suchtklinik Anton Proksch Institut/API)
Er war vom Ansatz und der Arbeitsgruppe angetan, konnte aus Zeitgründen jedoch nicht teilnehmen und leitete die Einladung an seine Mitarbeiterin Karoline Jawad weiter.
- **Karoline Jawad** (Leiterin Physiotherapie/Sport am API, Outdoor- und Wald-Aktivitäten)
konnte zwar selbst auch nicht teilnehmen, über sie kam aber schließlich die Anfrage an Stefan Lirsch bezüglich des Projekts mit dem jetzigen Titel 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur', das nun seit Juni 2018 am Anton Proksch Institut umgesetzt wird.

Weitere Kontaktpersonen:

Bereich Gesundheit, Sucht-Therapie und Prävention

- **Michael Dressel**, MA (Kordinator für Sucht und Drogenfragen der Stadt Wien)
- Mag. **Karl Schubert-Kociper** (Bereichsleiter Suchtprävention bei der Suchthilfe Wien)
- **Veronika Kuran** (Leitung Beratungsteam Grüner Kreis)
- Univ.Lekt. Dr.med. **Piero Lercher** (Präventiv-, Umwelt- und Arbeitsmediziner)
- Mag.a Dr.in **Doris Malischnig** (stv. Leiterin Institut für Suchtprävention Wien)
- **DSP Axel Schmid**, MSc LSB (Lehrgang Suchtarbeit, Leiter IBQ)
- **Öffentliche Stellen** (Wiener Gesundheitsförderung, Fonds Gesundes Österreich)
- **Versicherungen** (WGKK, SVA, AUVA)

Bereich Green Care

- Assoc. Prof. Dr. **Arne Arnberger** (BOKU, Green Care WALD)
- Ing. Dr. **Renate Cervinka** (Gesundheitspsychologin, Green Care, Green Public Health)
- Mag.a (FH) **Nicole Prop** (Green Care Management)

Bereich Schule

- **Gerald Ehgartner** (Lehrer IMS Langenhart, Wahlpflichtfach 'Abenteuer Natur', Autor)
- **BSI Regina Grubich-Müller** (Leiterin des Referats für Schulversuche und Schulentwicklung am SSR, Bezirksschulinspektorin, Regierungsrätin)
- Dipl.Päd. **Sylvia Vogt**, BEd (Direktorin NMS Dirmhirngasse, 'Schwerpunkt Waldpädagogik')

Bereich Naturvermittlung

- **Martin Fürst** (Gründer der 'Natur- und Wildnisschule Ost - NAWISHO')
- Dipl.Ing. **Hans Peter Killingseder** (Dipl. Pädagoge, Waldbotschafter, System. Outdoor Coach, Waldpädagoge, Forst und Kulturführer)
- Mag. **Ulrike** und Ing. **Wolfgang Kleindienst** (outdoor assisted development)

1.7 Zeit und Ort der Umsetzung:

Termin für das Arbeitsgruppen-Treffen war der 20. April 2018.

Zeit: 9:30 bis 16 Uhr

Es fand statt in Kalksburg im Seminarraum des Wohnprojekts B.R.O.T. Kalksburg (Promenadeweg 5, 1230 Wien) und im umliegenden Wald.

2 Das Arbeitsgruppen-Treffen

2.1 Ablauf / Themenfelder / Interessante Inputs

(□ siehe auch 1.4)

Neben einer Vorstellung der jeweiligen Fachgebiete und Arbeitsbereiche und gegenseitigem Kennenlernen konnten wir im Zuge eines einstündigen waldpädagogischen Angebotes an uns selbst die wohltuenden Effekte eines Waldaufenthalts wahrnehmen. Mit offenen Sinnen haben wir uns vom Frühlingserwachen inspirieren lassen, haben in kurzen Übungs-Sequenzen neue Blickwinkel eingenommen und den Wald mit anderen Augen gesehen und die schöne Umgebung für vertiefende Gespräche genutzt. Auch ein belebendes Fußbad im kalten Gütenbach haben wir uns gegönnt um uns für die nachmittägliche Arbeitsphase zu erfrischen. Dies alles war wichtig um nicht nur zu theoretisieren sondern auch selbst Erlebtes zu erinnern und miteinbeziehen zu können.

Im anschließenden Austausch über schon bestehende Angebote zum Thema 'Sucht und Wald' konnten wir feststellen, dass es auf diesem Gebiet schon einige Projekte und Initiativen gibt.

(□ siehe 4.1 bis 4.7)

In Kleingruppen wurden konkrete Ansätze und Ideen für die Umsetzung von Projekten in der Suchtprävention und -therapie ausgearbeitet und welche Rolle von Green Care WALD dabei spielen könnte.

(□ siehe unter 2.2 Ausarbeitung von drei Themen in Kleingruppen)

Im Anschluss an das Arbeitsgruppen-Treffen wurden Reflexionsfragen an die Teilnehmenden geschickt. Die Antworten beinhalten interessante Tipps und Hinweise und wichtige Informationen für die weitere Arbeit zum Thema Sucht und Wald.

(□ siehe unter 2.3 Reflexionsfragen und Antworten der TeilnehmerInnen)

Interessante Inputs von TeilnehmerInnen:

Input von Alice Steier:

In der Erlebnispädagogik gibt es zwei Ebenen, wie die Natur genutzt wird. Auf der einen Seite gibt es den Ansatz: 'The Mountain speaks for itself' (die Natur selbst wirkt schon, z.B. präventiv). Auf der anderen Seite wird nicht nur hinausgegangen mit dem Ansatz, dass die Natur schon präventiv wirken wird (was sie zwar oft tut) - die Natur ist auch als Medium da, um über etwas zu reflektieren und letztendlich ist es der Transfer in den Alltag, den es braucht.

Man benützt z.B. die Natur, um sich mit der eigenen Risikofreude auseinanderzusetzen, nicht nur körperliche, sondern auch soziale Risiken - sich zu offenbaren, sich (verletzlich) zu zeigen usw. Hierbei ist die Natur eher ein Medium oder ein Hilfsmittel, solche oder ähnliche Situationen herzustellen, die vermeintlich riskanter sind, um dann den Transfer (Wie ist das etwa mit meinem Konsum im Alltag? Schau ich da auf mich? Gilt da das Prinzip: 'Wir schauen auf einander?') zu ermöglichen.

Input von Brigitte Rotter:

Es gibt eine sehr große Bandbreite an Vorerfahrungen bei den Kindern - dieser Umstand muss berücksichtigt werden und individuell darauf eingegangen werden. Manche bewegen sich ganz natürlich in einem Naturraum, andere trauen sich z.B. nicht auf Laub zu steigen, weil sie das noch nicht kennengelernt haben.

Mit Volksschul-Klassen wurde oft die Erfahrung gemacht, dass anfangs einmal eine gewisse Angst vorherrscht, die als erstes einmal überwunden werden muss.

Input von Stefan Lirsch:

Jugendliche, die in ihrer Kindheit nicht viel Kontakt zu Natur hatten, brauchen erfahrungsgemäß länger um von Naturerfahrungen zu profitieren. Hier sind womöglich längere Angebote hilfreich, die es den Heranwachsenden leichter ermöglichen sich einzulassen.

Waldpädagogik an sich ist kein suchtpreventives Angebot und sollte womöglich auch nicht als solches bezeichnet werden, aber Naturerfahrungen können in Kindern etwas etablieren, das ihnen im späteren Leben z.B. in schwierigen Situationen als Ressource dienen kann. Wenn man etwas im eigenen Leben nicht kennengelernt hat ist es nicht möglich später einmal darauf zurückzugreifen.

Dialogrunde / Austauschrunde zu den 10 Minuten allein im Wald:

- Natur als Spiegel / Reflexionsebene / Projektionsfläche

Die Natur, der Wald ist eine Projektionsfläche für innere Prozesse. Oftmals kann man diese noch gar nicht wirklich greifen und ausdrücken - und dann sieht man z.B. etwas und merkt: genauso fühlt sich das in mir an, realisiert einen inneren Zustand, dadurch, dass man im Außen darauf hingewiesen wird. Tiere, Pflanzen, Dinge, die als Symbole dienen können, können diesbezüglich hilfreich sein.

- In den Wald zu gehen ist gleichzeitig ein Rausgehen aus dem Alltag, aus der Belastung (wie dies z.B. auch mittels Drogenkonsum geschieht), hier ist es aber auch ein gleichzeitiges zu sich kommen (was bei der Nutzung von Drogen zumeist nicht der Fall ist).

- Was ist gut in der Therapie? Gut ist das, womit der Therapeut gut in Verbindung ist. Wir können die Dinge gut vermitteln, zu denen wir gut stehen können, mit denen wir in Verbindung sind, bei denen es uns selbst gut geht.

Speziell im Arbeitsbereich Sucht-Therapie ist es sehr wichtig, dass die TherapeutInnen, SozialarbeiterInnen usw. gut auf sich schauen und sich ein gutes und hilfreiches Arbeitsumfeld gestalten, weil es auch darum geht, den PatientInnen ein Vorbild zu sein und zu vermitteln wie das geht gut auf sich zu schauen.

- Der Therapeut soll das vorleben, was er den PatientInnen vermitteln mag - sich dem zuwenden was ihm gut tut.

- Allein zu sein in der Natur ist auch eine Methode, mit der man Menschen ermöglichen kann, zu sich zu kommen, zu spüren, was man gerade braucht.

- Es hat eine besondere Qualität, von jemandem in den Wald begleitet zu werden, den Fokus auf etwas gelenkt zu bekommen, auf neue Erfahrungen, neue Blickwinkel.

- Wenn man einen Kontakt zur Natur aufgebaut hat, kann man zu den Ressourcen, die dieser einem bietet, schneller einen Zugang finden und diese anzapfen.

- Der Entzug wird erleichtert durch Naturerlebnisse.

- Dadurch, dass im Wald so Vieles und Unterschiedliches passiert, bietet er die Möglichkeit als Projektionsfläche in jeder Lebensphase und jedem Lebensalter zu dienen für die Prozesse, die man gerade durchlebt.

- In unserer heutigen Zeit kommt in Momenten, in denen wir von etwas beeindruckt oder fasziniert sind, der Impuls dies festzuhalten mittels Handy-Foto oder einer Tonaufnahme. Dies kann hilfreich sein um sich zu einem späteren Zeitpunkt daran zu erinnern, es kann aber auch ein tieferes Erleben der Situation in diesem Moment verhindern. Um sich nicht gleich ablenken zu lassen vom Erlebten und Gefühlten kann z.B. ein 'Herzens-Foto' von dem gemacht werden, das gerade so faszinierend wirkt. (Anm.: diesen Tipp habe ich während dem Schreibprozess von einem Neunjährigen bekommen, der diesen wiederum von seiner Mutter bekommen hat - für mich ein sehr schöner Tipp) Gemäß dem Spruch: 'Lebe dein Leben, bevor du es online stellst!'

2.2 Ergebnisse der Einzel- und Kleingruppenarbeit

Ausarbeitung von drei Themenbereichen

(1) Suchttherapeutisches Angebot 'Waldwandern' am Anton Proksch Institut

Die Ergebnisse dieser Gruppe sind in das mittlerweile laufende Projekt am API eingeflossen und sind weiter unten nachzulesen.

(□ siehe 3.1 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur')

Hier noch eine Sammlung von auf Kärtchen notierten Ergebnissen zum Thema Walderfahrungen und möglichen Aktivitäten zu Suchttherapie in der Natur:

Wirkungen, Möglichkeiten und Qualität von Walderfahrungen:

- Entschleunigung
- Relativierung des Alltags
- Verbindung 'Geist - Körper'
- Körperliche und psychische Rehabilitation durch Waldaufenthalte
- Erweitertes Therapiesetting: Natur - Wald - Therapieraum
- Die Natur / der Wald als Projektionsfläche
- Meditation: Aktiv - passiv (Viktor Frankl)
- Sinneswahrnehmung
- Neue Begegnungen
- Sinn-Erfahrung
- Wachsen sehen

Sammlung möglicher Aktivitäten:

- Wanderungen, Bewegung im Wald
- Kunst in der Natur, Kreatives Gestalten mit Naturmaterialien (LandArt)
- 'Motivations-Marsch'
- Natur - Arbeit - spüren
- Wald-Bergerlebnis
- Mediation und Achtsamkeits-Übungen im Wald
- Wahrnehmungs- und Sinnesschulung
- Wissensvermittlung zu Pflanzen, Geschichte, Geografie
- Essbares in der Natur finden, verkosten und ggf. zubereiten

Input von Gabriele Wagner-Wasserbauer:

Wichtig ist eine enge Zusammenarbeit mit den TherapeutInnen. Auch um zu verstehen, wie KlientInnen reagieren. Eventuell kann Wissen zu Substanzwirkungen interessant sein, um zu verstehen, wie und warum KlientInnen reagieren.

Wie ist das Angebot eingebunden? Als Teil des Therapieplanes - Physiotherapie, der Ergotherapie, Arbeitstraining (Waldarbeiten), Sport oder als Freizeit? Wie passen Möglichkeiten der Waldpädagogik zu den Therapiezielen?

Um den Wert vom Angebot zu vermitteln könnten Übungsbeispiele angegeben werden (mit Ziel, Methode, Durchführung, Wirkung) und um ein Verständnis herzustellen, dass es nicht einfach 'Spaziergehen' ist (was ja in Wirklichkeit auch schon eine Übung ist).

SuchtklientInnen können durch andere Diagnosen eingeschränkt sein, muss bei Zuweisung abgeklärt werden, ob z.B. jemand Ängste hat, die im Wald auftreten können bzw. wo etwas getriggert wird.

(□ siehe auch Anhang A1 'Infoblatt für TherapeutInnen')

(2) Suchtpräventives Angebot

Sammlung von Themen, Rahmenbedingungen und Ideen auf Kärtchen:

- Differenzierung von Angeboten:

- Universelle Angebote □ für alle Zielgruppen
- Selektive Angebote □ Zielgruppen nach Alter, Schicht, usw.
- Indizierte Angebote □ Prävention

<https://www.praevention.at/sucht-vorbeugung/begriffs-und-problemdefinitionen/der-begriff-praevention.html>

- Mehrmoduliges Programm für Schulen
- Auf Begriffe achten / gemeinsames Vokabular finden zur besseren Verständigung von Institutionen der Suchtprävention und -therapie und Green Care WALD und dem Forstbereich: Konsum / Abhängigkeit / Sucht / Kontrolle

<https://www.praevention.at/sucht-vorbeugung/begriffs-und-problemdefinitionen.html>

- Kein Thematisieren von Substanzen
- Beziehungskontinuität zum Aufbau von Vertrauensbasis
- Qualitätssicherung
 - Anbieter über Green Care WALD
- Rausch & Risikoprävention
 - Erfahrungen übertragen / Handlungslernen

(3) Green Care WALD als Schnittstelle

- Green Care WALD als Plattform für Recht etc.
- Sicherheit & Rahmenbedingungen zwecks Planbarkeit
- Förderungen
 - Pharmig-Topf
 - WGKK-Fördermittel (wieder ab ca. Ende 2019)
- (□ siehe auch 4.7 Fördermöglichkeiten)
- Kapazität vs. Bedarf
- Kooperationspartner
 - Fachstellen für Suchtprävention der Länder (z.B. Niederösterreich)
 - ARGE Suchtprävention (österreichweit)
 - PraktikerInnen (z.B. frei PraktikerInnen im Netzwerk Rausch & Risikopädagogik)
 - Institut für Suchtprävention (Sucht und Drogenhilfe Wien)
 - Bereich Suchtprävention der Suchthilfe Wien
- WaldbesitzerInnen
 - Pilotprojekt soll Erfahrungen aufbereiten, informieren - GCW muss hier die Schnittstelleninformations- und vernetzungstätigkeit zwischen den WaldbesitzerInnen und den Gesundheitseinrichtungen einnehmen

2.3 Reflexionsfragen und Antworten der TeilnehmerInnen

Um für die weitere Arbeit gut vorbereitet zu sein, wurden den ExpertInnen einige Fragen zur Nachbereitung zugesandt, die diese gewissenhaft, teilweise recht ausführlich und mit vielen interessanten Hinweisen beantworteten.

Die Fragen waren eine Möglichkeit zur Reflexion des Erlebten für die TeilnehmerInnen und andererseits sollten die Antworten hilfreich sein für die weitere Arbeit/Projektphase.

Manche Antworten sind unter den folgenden Fragen zu finden, andere sind zur besseren Übersichtlichkeit und Verständlichkeit an anderen Stellen in diesem Dokument eingefügt.

(1) Was kommt dir als Erstes in den Sinn, wenn du an den Tag zurückdenkst?

Batthyány: Ein Gefühl großer Entspannung, wenn ich an unseren Spaziergang, an die Übungen und Zeit im Wald denke.

Und der Wunsch das öfters zu machen - mit meinen Kindern (haben wir schon).

Müller: Sonne und der Blick nach oben, durch die Baumkronen zum blauen Himmel.

Krainer: Vor allem die positive Stimmung in der Gruppe. Obwohl wir aus z.T. sehr unterschiedlichen Tätigkeitsbereichen kommen und uns auch größtenteils untereinander nicht kannten, war die Atmosphäre sehr offen, positiv und wertschätzend. Das hat den Tag sowohl inhaltlich als auch menschlich bereichernd gemacht. Es war deutlich spürbar, dass sich hier eine Gruppe gefunden hat, die gemeinsame Sache am gleichen Strang ziehen möchte.

Wagner-Wasserbauer: Sonne, Wald, Wiese spüren in Kombination mit einer interessanten Gruppe ergibt gute, zukunftsweisende Ideen und Überzeugungen.

Steier: Das Grün, die Ruhe des Waldes.

Schweizer: Bereicherung, weil Vieles für mich neu und unbekannt war. Angenehme Atmosphäre. Schön, gemeinsam im Wald zu sein!

(2) Was war für dich am Bereicherndsten / Was hast du mitgenommen?

Batthyány: Die Diskussionen und Gespräche mit den Kollegen, das Nachdenken über die Möglichkeiten der Natur/des Waldes für den Menschen, das Begreifen des Waldes als Medium.

Müller: Eine Wiederverbindung zu echtem Handlungslernen mit der Natur als Partnerin. :-)

Krainer: Wie vielschichtig die Arbeit in der Suchttherapie/prävention ist und welche Möglichkeiten sich dabei auftun, die Natur einzubinden.

Wagner-Wasserbauer: Dass alle in der Gruppe die Vorteile und Wirkungen von Natur sehen/verstehen und einen Sinn in solchen Angeboten sehen. Dass es außer der Kompetenz der/des Pädagogen/Beraters/Begleiters in der Natur nicht viel braucht, um überraschend viel zu bewirken. Dass Entscheider selber erleben müssen wie es wirkt.

Steier: Kontakte zu anderen ExpertInnen.

Schweizer: Informationen zu Sucht- und Risikopädagogik und zu Therapieformen im Wald. ▯

(3) Kritikpunkte / Wo hätte/n wir/ich noch etwas verbessern können?

(Anmerkung: diese dienen der internen Reflexion über die Gestaltung des Arbeitsgruppen-Tages)

(4) Sind dir in der Zwischenzeit noch weitere Initiativen / Projekte eingefallen?

Batthyány: Vielleicht wäre hier ein engerer Erfahrungsaustausch mit den Therapeuten in den stationären Einrichtungen des Grünen Kreis sinnvoll und fruchtbar.

(▯ siehe auch 4.6 Weitere Projekte)

(5) Hast du Literaturtipps / Artikel / Forschungsergebnisse zum betreffenden oder verwandten Themen für mich? (gerne auch selbst Verfasstes)

(▯ siehe 5.1 Literaturempfehlungen)

(6) Was kannst du Green Care WALD und mir noch Hilfreiches auf den Weg geben? (z.B. eigene zentrale Erkenntnisse aus der therapeutischen u/o präventiven Arbeit)

Batthyány: Ich denke, dass der Wald ein großartiges Medium ist - aber auch ein Rahmen, in dem Menschen sich selbst besser kennenlernen können - im Innehalten oder auch im Tun, im Erleben. Der Wald/ die Natur ist - ähnlich wie ein Musikinstrument - ein Präventions- und Therapieinstrument. Dazu braucht es „Musiker“, die den Zauber dieses Instruments in all seinen Facetten erfahrbar machen. Und Partituren und Konzepte auf die Zurückgegriffen werden kann. - vielleicht die Idee einer Publikation.

Müller: Wer die Kontrolle über seinen Konsum verliert, spürt kaum mehr/selten was ihm/ihr gut tut. Je ruhiger es außen wird umso mehr kann man sich wieder spüren, der Wald hat den Vorteil, dass er nicht so ruhig ist, dass man zu sehr mit sich konfrontiert wird. Sondern man kann Teile von sich im Wald, seinen Pflanzen und Tieren, wieder-entdecken und so eine differenziertere Selbstwahrnehmung entwickeln. Obendrein erhält man einen neuen Zufluchtsort, eine neue Coping-Strategy, die dabei helfen kann ohne Abhängigkeit mit dem Leben umzugehen. Förderlich erscheint mir hierbei eine Therapeutisch/psychosozial beratende Begleitung der Waldausgänge.

Wagner-Wasserbauer: Die Förderung von Lebens- und Risikokompetenzen zielt auf eine breite Stärkung von sozialen Fähigkeiten und persönlichen Ressourcen ab und ist Teil suchtpräventiver Arbeit. Mit Hilfe von Natur/Wald sind diese Fähigkeiten leichter/einfacher/nachhaltiger zu erlernen.

Steier: Für die Präsentation von Maßnahmen ist es wichtig, neben dem emotionalen Aspekt auch den kognitiven Aspekt (warum wirkt es, ...) dazu zugeben. Damit erhöht man die Akzeptanz z.B. bei einigen LehrerInnen. Sie brauchen auch manchmal für Eltern/DirektorInnen eine Rechtfertigung, warum sie z.B. dafür Geld ausgeben oder Zeit brauchen.

(7) Was könnte aus dem Projekt 'Sucht(prävention) und Wald' bestenfalls entstehen?

Batthyány: Zum Beispiel eine Publikation und Ideen, wie der Wald/die Natur als Medium der Prävention genutzt werden kann.

Müller: (Nach)Behandelnd: Ein Angebot für Menschen die Kontrolle wiedergewinnen möchten und die enge eines Beratungsraumes scheuen.
Präventiv: Jugendliche, die im Wald das Naturgesetz des Wandels erkennen, dass man nichts im Leben festhalten kann, auch nicht die schönsten Momente, und das alles wieder vergeht, auch die schmerzhaftesten Momente!

Krainer: Suchttherapie im Wald als Angebot in den unterschiedlichsten Suchteinrichtungen Österreich-weit. Zielgerichtete und maßgeschneiderte Initiativen für suchtkranke Menschen, die in enger Zusammenarbeit von Experten aus den jeweiligen Bereichen (Wald-Forst) ausgearbeitet werden und von den suchtkranken Menschen selbst als positiv und bereichernd in ihrer Therapie wahrgenommen werden.

Wagner-Wasserbauer: Unterschiedliche Angebote für Begleitung in Therapie und für Suchtprävention Teil sollte in allen eine Art „Genusstraining“ sein. In Achtsamkeit spüren.
Pilotprojekt, das ausgeweitet wird und vielen Menschen zur Verfügung steht.
Entstehung eines Therapiewaldes!

Steier: Ein Angebot für Suchtkranke und/oder ein Präventionsangebot für Schulen.

(8) Hier ist noch Platz für Antworten auf nicht gestellte Fragen... und für Fragen, die gestellt werden sollten bzw. auf die es noch Antworten bräuchte...

Müller: Würdest du in einem solchen Angebot mitarbeiten? gern :-)
Ich wünsch dir viel Erfolg bei dem Projekt und bin immer gern für dich erreichbar, falls du etwas brauchst.

3 Aus der Arbeitsgruppe entstandene und in Planung befindliche Projekte

3.1 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur'

mit der Suchtklinik Anton Proksch Institut

Ein Projekt, das durch die geknüpften Kontakte in der Vorbereitung auf das Arbeitstreffen entstanden ist, steht in den Startlöchern. Derzeit laufen vorbereitende Gespräche mit dem Anton Proksch Institut - einer der führenden Suchtkliniken Europas - bezüglich Waldwanderungen mit Menschen, die sich dort in stationärer Behandlung befinden. Geplant ist eine wissenschaftliche Begleitung der Aktivitäten und eine enge Zusammenarbeit mit Green Care WALD und mit den in der Suchtklinik arbeitenden Physiotherapeuten und Ärzten.

<https://api.or.at>

Mittlerweile ist eine Probephase, die im Juni und Juli 2018 stattgefunden hat, abgeschlossen. Es haben bisher neun 'Waldwanderungen' stattgefunden. Die Probephase war dazu da, die Menschen, die sich in der Suchtklinik in Behandlung befinden, kennenzulernen und die Angebote auf diese abzustimmen. Die Resonanz ist überwiegend sehr positiv, was sich an den hohen Teilnehmerzahlen, den guten Rückmeldungen und daran zeigt, dass das 'Waldwandern' auch oftmals den betreuenden TherapeutInnen gegenüber wertschätzend erwähnt wird.

Ein paar grundlegende Fakten und Rahmenbedingungen:

- Der Regelbetrieb startet im September 2018 mit einem zweistündigen und einem dreistündigen Angebot pro Woche.
- Das Projekt ist an die physiotherapeutische Abteilung des API angegliedert.
- Die Angebote werden von Stefan Lirsch geleitet mit einer zusätzlichen Begleitperson - voraussichtlich PsychologInnen, die am API ein Praktikum absolvieren, oder in Ausbildung befindliche PhysiotherapeutInnen.
- Die Anzahl der TeilnehmerInnen soll auf 15 begrenzt werden.
- Die TeilnehmerInnen/PatientInnen brauchen für eine Teilnahme die Freigabe ihrer betreuenden TherapeutInnen.
- Die Teilnahme ist freiwillig.

Das Angebot 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur' soll ein Teil des 'Orpheusprogramm' werden und somit ein Teil des therapeutischen Angebots des Anton Proksch Institut.

(<https://api.or.at/Klinikum/Therapie/Orpheusprogramm.aspx>)

Im Anhang findet sich das Infoblatt für die TherapeutInnen zum Angebot 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur' (für die Probephase) mit Schwerpunkt-Themen, Intention und Rahmenbedingungen.

Manche offene Fragen gilt es derzeit noch zu klären und weitere werden sich wohl erst im Laufe des ersten Jahres des Projekts beantworten.

3.2 Handbuch 'Heilkraft Natur'

Das vorliegende Arbeitspapier soll auch als Grundlage dienen für die Entstehung eines Handbuchs im Rahmen der kommenden Förderperiode, in der Projekte zur konkreten Umsetzung kommen sollen.

Dieses Handbuch wird das Projekt 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur' am Anton Proksch Institut detailliert beschreiben, die Wirkungen und den Nutzen von Wald- und Naturerfahrungen vermitteln und soll Therapiezentren, Kuranstalten, Krankenhäusern und andern Institutionen zur Verfügung gestellt werden zur Umsetzung ähnlicher Angebote.

3.3 Masterarbeit zum Thema 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur'

Bei der Arbeitsgruppe hat Gabriele Wagner-Wasserbauer teilgenommen, die derzeit am Master-Lehrgang Green Care teilnimmt. Sie hat schon im Vorfeld Interesse bekundet, ihre Master-Arbeit über das Angebot 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur' zu schreiben.

Mittlerweile hat zu diesem Zweck Anfang Juli ein Treffen mit Oliver Scheibenbogen, dem wissenschaftlichen Leiter des API, Renate Cervinka, der Betreuerin der Master-Arbeit, Gabriele Wagner-Wasserbauer, Franziska Krainer und Stefan Lirsch stattgefunden. Geplant ist die wissenschaftliche Begleitung des Projekts ab Oktober 2018.

3.4 Weiterbildungs-Angebot für WaldpädagogInnen 'Sucht(prävention) und Wald' mit dem Institut für Suchtprävention

Mit Alice Steier ist eine mögliche Kooperation zwischen Green Care WALD und dem Institut für Suchtprävention (ISP) besprochen worden.
<https://sdw.wien/de/praevention/>

Für Angebote für Schulklassen ist die finanzielle Situation derzeit unsicher wegen neuer politischer Rahmenbedingungen und der Umgestaltung der Sozialversicherungsanstalten. Es bräuchte hierfür derzeit wohl eine Finanzierung, die von Green Care WALD nicht möglich sein wird.

Die umsetzbare Idee ist, dass ein Weiterbildungsangebot für WaldpädagogInnen entstehen könnte im Rahmen der Waldpädagogik-Aus- oder Weiterbildung oder im Rahmen des Lehrgangs Green Care WALD oder des Master-Lehrgangs Green Care.

Angedacht ist eine Umsetzung von Alice Steier gemeinsam mit Stefan Lirsch als ReferentInnen. Womöglich auch zu den beiden Themen Suchtprävention- und -therapie - der Schwerpunkt würde aber wohl auf der Prävention liegen. Hierfür braucht es jedenfalls noch weitere Gespräche um dies zu konkretisieren.

3.5 Nutzen für Waldbesitzer

Die schon vorhandenen Studien zur positiven Wirkung des Waldes und erfolgreiche (Pilot-)Projekte sind eine gute Basis, um Institutionen wie Versicherungen die Wichtigkeit von Wald z.B. in Bezug auf Gesundheitsvorsorge und Therapie zu vermitteln. Dies könnte als Grundlage für eine konkrete Wertschätzung dienen, wenn ein Waldgebiet für therapeutische Zwecke zur Verfügung gestellt wird. Ähnlich wie dies bei der Umwidmung von Forst/Wirtschaftswald in eine Kernzone im Biosphärenpark Wienerwald gehandhabt wurde. Es könnte so der gesellschaftliche Nutzen entgolten werden. Haftungsfragen müssen in so einem Prozess natürlich mit einbezogen werden.

Im Einzelfall gibt es auch die Möglichkeit mit Anbietern von Sucht-Angeboten im Wald Vereinbarungen zu treffen, die für beide Seiten von Vorteil sind.

Anmerkung: In Deutschland gibt es mittlerweile Therapiewälder bzw. Kur- und Heilwälder. Was das rechtlich bedeutet müsste noch ergründet werden und welche Effekte das auf die Waldbesitzer hat.

4 Bestehende Projekte / Fördermöglichkeiten

4.1 'Therapiesalon im Wald'

Der 'Therapiesalon im Wald' bietet in einem anonymen Rahmen ganzheitliche Therapie für Menschen mit psychosomatischen Problemen durch ein multiprofessionelles Therapeutenteam an. Ziel ist es, den Patienten durch umfassende und sehr persönliche Betreuung zu einem gesunden und erfüllten Leben zu verhelfen. Es wird sofortige Hilfe bei psychosomatischen Erkrankungen wie Burnout, Angst und Panik oder Sucht-Problemen in ambulanter und stationärer Therapie angeboten.

Als Besonderheit des Therapieansatzes wird die Erweiterung des therapeutischen Erlebnisraums um die heilsame Wald- und Naturlandschaft der Wiener Alpen genutzt.

<http://therapiesalon.at>

Zusammenfassung des Kurzvortrags von Thomas Legl:

Früher war es noch ein Tabu, mit Menschen hinaus zu gehen. Es hat sich aber gezeigt, dass das Sein in der Natur das Entzugsgeschehen enorm erleichtert hat. Eine natürliche Umgebung hat immer einen positiven Einfluss auf das Gesundheitsgeschehen und das nutzt Thomas Legl seit ca. 40 Jahren.

Im Therapiesalon hat die Natur einen anderen Stellenwert als bei anderen Angeboten wie Nordic Walking, Sport, Spaziergänge. Das Therapiesetting ist täglich auch nach draußen verlagert, nicht nur um die positiven Effekte auf die Gesundheit zu nutzen, sondern auch im kreativ- und naturtherapeutischen Rahmen. Naturerlebnisse haben einen positiven Effekt auf die Stimmungslage, auf die Produktion von Dopamin, Adrenalin, Serotonin. Der Wald im Besonderen ist für die Psyche ein besonderer Ort - auch Menschen mit Angststörungen haben erfahrungsgemäß wenig Probleme damit sich im Wald zu bewegen, haben dort weniger Angst. Der Wald wirkt scheinbar generell beruhigend.

Durch die neuesten Forschungen (z.B. in Bezug auf gesundheitsfördernde Terpene) zeigt sich, dass die Wirkungen nicht nur ein 'Zauber' sind, sondern dass diese Wirkungen des Waldes auch gesundheitspolitisch viel mehr zu nutzen wären.

Bei der Arbeit beim Grünen Kreis hat sich herausgestellt, dass die Klienten, die an den Outdoor-Programmen teilgenommen haben, langfristig stabiler sind.

Im Therapiesalon im Wald gibt es nahezu keine Therapieabbrüche. Thomas Legl führt das hauptsächlich darauf zurück, dass die Therapie größtenteils draußen stattfindet. Es ist dadurch auch leichter Patienten für längerfristige und nachhaltige Therapien zu binden. Viele ehemalige Patienten, die aus Wien kommen, machen sich das Gelernte und die Umgebung auch in ihrem Leben weiterhin nutzbar und kommen wieder an die Orte, die sie in der Therapie zu schätzen gelernt haben.

Auch bei Menschen, die im Vorfeld mitteilen, dass sie das Waldwandern nicht interessiert oder von sich behaupten, dass sie Natur nicht mögen, ändert sich erfahrungsgemäß deren Einstellung nach zwei bis drei Spaziergängen. Diese zeigen sich dann oft verblüfft und meinen, dass sie nicht gedacht hätten, dass das so wohltuend für sie ist. Die bisherige Erfahrung hat gezeigt, dass es keine Menschen gibt, die das nicht wollen. Es gibt auch keine Motivationsprobleme (bei Suchtkranken ist das oft eine Thematik, wie diese zu motivieren sind). Auch Jugendliche sind leicht für Angebote in der Natur zu gewinnen.

Regelmäßige Aktivitäten im Wald sind Landart (Anm: kreatives Gestalten im Wald mit Naturmaterialien), sportliche Aktivitäten, Meditation und Achtsamkeits-Übungen.

Wichtige Aspekte sind auch rechtliche Belange und gute Kommunikation mit den Forstleuten der Umgebung.

4.2 'Grüner Kreis'

Der 'Grüne Kreis' steht für die Rehabilitation und Integration suchtkranker Menschen und bietet professionelle Hilfe bei Abhängigkeitsproblemen.

In einigen der stationären Einrichtungen in NÖ und der Stmk (Meierhof, Treinthof und Schloss Johnsdorf) wird neben Einzel- und Gruppenpsychotherapie und medizinischer Betreuung auch Beschäftigungstherapie und Arbeitstraining z.B. in der Land- und Forstwirtschaft angeboten. www.gruenerkreis.at (□ Standorte □ stationäre Einrichtungen)

4.3 Rausch- und Risikopädagogik

Ein pädagogisches Handlungsmodell zur Rausch- und Risikobalance.

www.risflecting.at (□ im 'Studienzentrum' finden sich viele Links zu themenverwandten Texten)

Zusammenfassung des Kurzvortrags von Steve Müller:

R&RP geht über den Bereich Suchtprävention hinaus. Im Vordergrund steht dabei der Bereich handlungsorientiertes Lernen.

Des Weiteren beinhaltet die R&RP einen Wissensanteil: Welche Fähigkeiten braucht es um angemessen mit Rausch und Risiko umzugehen und wie kann man sich solche aneignen? Welche Arten und Intensitäten von Risiko gibt es und welchen unterschiedlichen Umgang gibt es dazu in verschiedenen Kulturen? In Bezug auf Rausch geht es hierbei um ein differenziertes Verständnis davon.

Drei Kulturtechniken:

- Break
- Reflect
- Look at your friends

Bevor man sich in eine Situation hineinbegibt sollte man sich fragen: Bin ich dafür bereit? Wenn ja wieviel und wie weit lasse ich mich ein? Und wenn nicht, was mache ich dann? In welcher Umgebung, welchem sozialen Umfeld befinde ich mich?

Es soll ein bewusster und reflektierter Umgang mit Rausch- und Risikosituationen gefördert werden.

Anwendung in unterschiedlichen Bereichen:

- Sport - Der österr. Alpenverein nutzt die Methode für Schulungen
- Verkehrserziehung - Ein Motorradclub verwendet R&RP
- Pädagogischer Bereich - 'Rangeln nach Regeln'
- Suchtprävention - in Zürich, Berlin, Österreich
- In Firmen - Für Veranstaltungen und Feste
- Jugendarbeit - Landjugend in Niederösterreich

Der Raum, in dem Schulungen passieren, ist oft ein Naturraum. Auch deshalb, weil sich draußen zur R&RP passende Situationen gestalten lassen. Es ist auch ein Raum, der oftmals außerhalb der Komfortzone von Jugendlichen liegt.

Meist wird es im Gruppensetting angeboten, selten im Einzelsetting.

Es gibt ein europäisches Netzwerk mit ca. 100 aktiven Anbietern. (hauptsächlich CH, D, Ö)

4.4 Angebote von 'Freiraum' in Kooperation mit dem Institut für Suchtprävention

- **'GrenzGang' Suchtprävention**

ist ein suchtpreventives Outdoor-Angebot für Schulklassen der 8. bis 13. Schulstufe, bei dem mit erlebnispädagogischen Methoden die Wahrnehmung der und Reflexion über die eigenen Grenzen und das Risikoverhalten angeregt wird.

http://www.dieprojektwoche.at/cms/index.php?option=com_content&view=article&id=88&Itemid=160

Für die 6. bis 8. Schulstufe gibt es das Angebot

- **'Achterbahn 12-14'**

http://www.dieprojektwoche.at/cms/index.php?option=com_content&view=article&id=561&Itemid=243

- **'Camp 16plus'**

ist ein Sommercamp für Jugendliche mit vielfältigen Aktivitäten, die großteils von den Teilnehmenden mitbestimmt werden. Ein fixer Bestandteil der fünf Tage ist ein Workshop zum Thema Risiko. 20 TeilnehmerInnen werden von vier BetreuerInnen unterstützt. Zielgruppe sind laut Website Jugendliche zwischen 16 und 17 Jahren. Besonders jene, die im Alltag gerne Computerspiele spielen und viel Zeit mit digitalen Medien verbringen und neue Freizeitaktivitäten kennenlernen wollen.

<https://www.16plus.wien>

Diese Programme wurden von 'Freiraum' in Kooperation mit dem 'Institut für Suchtprävention' für die Aktion 'Gesunde Angebote für Schulen' der Wiener Gebietskrankenkasse (WGKK) entwickelt.

4.5 'Regenerationspfad' der Bundesforste im Biosphärenpark Wienerwald

Text vom Informations-Folder:

„Wir trimmen uns im beruflichen und privaten Alltag darauf, möglichst in jeder Situation die Ideallinie zu nehmen. Was einerseits Erfolg bringt, kostet andererseits enorme Kraft und führt zu großer Anspannung. Fehlt uns dann noch die Zeit für Erholungsphasen, werden unsere Akkus bedrohlich leer. Sie selbst sind aufgerufen, sich damit auseinanderzusetzen, was sie wieder ins Gleichgewicht bringen kann.

Um dafür die positive Wirkung des Waldes zu nutzen, wurde im Biosphärenpark Wienerwald ein spezieller Pfad entwickelt. Als Teilnehmerin der begleiteten Führung in einer Kleingruppe begeben Sie sich auf eine leicht begehbare, rund 2 km lange Wegstrecke.

Im Wechselspiel mit anregenden Elementen aus der Waldpädagogik erfahren Sie Möglichkeiten, die eigene Lebenssituation aus einem veränderten Blickwinkel zu betrachten, aber auch Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst zu entwickeln.“

<http://www.bundesforste.at/natur-erlebnis/biosphaerenpark-wienerwald/ergaenzende-seiten/regenerationspfad.html>

4.6 Weitere Projekte

- **'Erlenhof' - Therapiestation für suchtmittelabhängige Menschen**

Von 'pro mente' Oberösterreich. Mit Therapiewald (u.a. auch Wald als Arbeitsplatz)

<https://www.therapiestation-erlenhof.at>

- **'Waldkinderprojekt der Fachstelle für Suchtvorbeugung'**

Tim Weinberger, Rausch- und Risikopädagoge, Dipl. Sozialarbeiter

Einrichtungsleitung Drogenberatung e.V. Bielefeld

www.drogenberatung-bielefeld.de

www.drobs-apfelsaft.de

- **'Camp Südtirol'**

Von der Fachstelle für Suchtprävention.

4.7 Fördermöglichkeiten

- **WGKK - Wiener Gebietskrankenkasse**

Fördert Suchtpräventions-Angebote an Wiener Schulen. (alle Schulen unabhängig vom Schultyp)

Nächster Einreichtermin ist ca. Ende 2019.

<https://www.wgkk.at/cdscontent/?portal=wgkkversportal&contentid=10007.757643>

- **Pharmig**

Dieser Fördertopf von Sozialversicherungsträgern und Pharmafirmen wird jedes Jahr ausgeschrieben zu unterschiedlichen Schwerpunktthemen. Aufwändig, aber hohe Fördersummen möglich.

<http://www.pharmig.at/DE/Der%20Verband/Fachbereiche/Gesundheitsziele%20aus%20dem%20R1190/Gesundheitsziele+aus+dem+Rahmen-Pharmavertrag.aspx>

5 Literaturempfehlungen / Links

Batthyány:

- Lizenzatsarbeit 'Fördert das Spielen in der Natur die Entwicklung der Motorik und Kreativität von Kindergartenkindern?'

<http://kinder-lobby.at/wp-content/uploads/2010/06/Natur-Motorik-Kreativit%C3%A4t.pdf>

Müller:

- Natur als Partnerin: Systemische Prozessbegleitung in psychosozialen Handlungsfeldern. (2012). Christine Lindenthaler, Hansjörg Lindenthaler. BUCH & media.
Für die theoretische Fundierung. Die beiden AutorInnen haben an der Wildnisschule Schweitz, 'Kreativ rituelle Prozessgestaltung' gelernt.

Wagner-Wasserbauer:

- WHO Definition von life skills

http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/63552/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.). (2005). Gesundheitsförderung durch Lebenskompetenzprogramme in Deutschland. Grundlagen und kommentierte Übersicht. Köln: BzgA.

Steier:

- Expertise zur Prävention von Substanzmissbrauch (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung; Bühler): Ergebnisse aus Metaanalyse zum Thema: was wirkt in der Prävention. (Ausgabe von 2006 ist besser lesbar)
- Evaluation des Programms Plus durch die Uni Innsbruck (anbei); ist ein Lebenskompetenzprogramm für die Schule. Da geht es ums soziale Lernen und könnte vielleicht auch auf soziales Lernen in der Natur umgelegt werden.
- Mut zum Risiko (Jürgen Einwanger). Das ist ein interessanter Artikel von Sybille Kalas drin (Natur-Spiel-Räume) mit ganz viel Literaturinput am Ende

A Anhänge

- Infoblatt 'Waldwandern mit der Heilkraft Natur' für TherapeutInnen des Anton Proksch Institut
Beschreibung von Inhalt, Methoden, Zielen und Ausrichtung des Angebots.
- Artikel 'Sucht und Wald' von Stefan Lirsch in der 'Praxisinformation' des BFW
Über das Arbeitsgruppen-Treffen zum Thema 'Sucht(prävention) und Wald'.
- Artikel 'Wald ist Teil unserer menschlichen Immunsystems' von Christian Lackner und Franziska Krainer in der 'Lichtung' des BFW
Der Wald fördert unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. Kranken- und Kuranstalten nutzen ihn für Therapien.

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LÄNDERN UND EUROPÄISCHER UNION

BUNDESMINISTERIUM
FÜR NACHHALTIGKEIT
UND TOURISMUS



Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete

