

## Psychotope – zwischen Mensch und Natur

Prof.em.Dr.Norbert Jung, Berlin / FH Eberswalde <sup>1</sup>

(Abbildungen im Anhang)

Liebe Zirkologen,

Es ist aufregend, hier in dem fast unveränderten Hörsaal zu stehen, in dem ich vor ziemlich genau 47 Jahren meine erste Vorlesung in Zoologie bei meinem verehrten Lehrer Prof. Dr.L.Kämpfe, den ich mich freue hier auch im Auditorium zu sehen, gehört habe.

Die Frage, wer wir sind, wie wir denken, was wir leisten und was wir wissen und können wird häufig gestellt. Weit weniger machen wir uns Gedanken, wie wir geworden sind, wer wir sind und wer alles daran beteiligt war, wem alles wir diesen Weg zu danken haben: Die Quellen unseres Tuns, Fühlens und Denkens.

### **Der Geist des Zirkels – eine Quelle für Interdisziplinarität und gute soziale Erfahrung**

Als ich im Herbst 1961 hierher zum Studium kam, schien mir der Zirkel in voller Blüte zu stehen - und er war noch nicht einmal 10 Jahre alt. Was mich sofort beeindruckte – ich weiß gar nicht, wer mich da eigentlich hin geschleppt hatte- war eine Atmosphäre des Wohlwollens. In meinen inneren Bildern erinnere ich mich an Klaus Kloss, Hellmuth Tschäpe und schließlich Werner Rothmaler. Ich hatte nicht den Eindruck, hier in einer elitären Botanikerclique zu sein, unter trockenen Wissenschaftlern, rational verknöcherten Hochgelehrten. Im Gegenteil: Hier schlug mir Lebendigkeit entgegen im Miteinander und im Denken. Selbst als ich mich unter all diesen Pflanzen als „Orni“ outete, der sich mit Luft- statt mit Erdwesen beschäftigte, bekam ich keine schräge Blicke. Klaus Kloss fand das prima und fragte mich gleich, ob ich nicht etwas davon auf einem Zirkelabend erzählen könnte. Mich Neuling hat das damals gefreut, ich fühlte mich sofort akzeptiert, ohne irgendwelche intellektuellen Leistungsprüfungen abgelegt zu haben.

Der Zirkel, den ich in meiner Erinnerung an meinen ersten Kontakt damals nicht von der Erscheinung Rothmaler trennen kann, erschien mir, der ich aus kleinstädtischen Enge kam, ein **Freidenkerverein** zu sein. Nicht im heute oft verstandenen Sinne von Beliebigkeit und Gleichgültigkeit, sondern im menschlichen, menschengemäßen und auf **Erkenntnis** gerichteten Sinne. Eine **geistige Freiheit**, deren Moral Mitmenschlichkeit und Gemeinschaftlichkeit war, Ich erlebte, dass auf den **Zirkelabenden** –immer mittwochs- nicht nur über Subspezies und feinste Variationen von Pflanzen gesprochen wurde, sondern z.B. auch z.B. über abstrakte Kunst – politisch damals eine unglaubliche Kühnheit, denn das galt ja als menschenverachtende Dekadenz einer imperialistischen Kultur und demzufolge subversiv! Ich erfuhr dann später dort das erste mal etwas von Konrad Lorenz und der Verhaltensforschung (Uli Wobus), was mich ja viele Jahre später an die Humboldt-Universität zu Prof.Tembrock lockte, von

---

<sup>1</sup> Erweiterte Fassung des gehaltenen Vortrages.

Wohlstandsverwahrlosung bei Reihern (Lothar Helbig) und von Sigmund Freud, was die erste Spur meines späteren Weges in die Psychotherapie legte.

Für diese Art **Interdisziplinarität** und Freidenken, das Verbinden von Wissen und Erkenntnis verschiedener Disziplinen und das Abklopfen der Wirklichkeit durch unterschiedlichen Sichtweisen legte der Zirkel einen wichtigen Grundstein, der Stück für Stück mein späteres berufliches Leben bestimmen sollte, auch wenn ich für viele „Alte“ hier im Saal sicher der „Orni“ geblieben bin. Und diese Atmosphäre im Zirkel war verbunden mit der **Offenheit** für jeden Neuen, der in den Zirkel kam, der der Neugier auf jeden Neuen, dem Respekt vor dem Anderen und das Pflegen einer solcherart offener Gemeinschaft. Dieser Respekt vor dem Anderen, gleich, ob er „dumme“ Fragen stellte oder nicht, diese wirkliche akzeptierende, gutmütige Toleranz kam allerdings durch manche später Hinzukommende Zirkologen zeitweilig empfindlich unter die Räder. Dieser hier von mir empfundene Geist des Zirkels, so war mein Gefühl, mein Eindruck, hing untrennbar mit **Werner Rothmaler** zusammen. Als er starb, merkte ich, das da ein Halt , ein richtender Geist wegbrach. Der bange Gedanke, sicher nicht nur bei mir, war: werden dies die Nachfolgenden weiter tragen können? Die Geschichte bewies es und beweist es bis heute: sie konnten es , auch durch die Durststrecke der Hochschulreform hindurch.

So bin ich schon fast mitten in meinem Thema. Ich möchte hier etwas darstellen, was in meiner Arbeit aus diesen geistigen Wurzeln (und natürlich auch aus anderen) entstanden ist, sozusagen ein Derivat der hier erlebten Atmosphäre.

Dazu möchte ich als Überleitung einen anderen großen Namen zu Wort kommen lassen, an dem auch die trockensten Wissenschaftler nicht vorbei kamen, Alexander von Humboldt. Er schrieb 1845 in seinem großen Werk „Kosmos“<sup>2</sup>:

*„Um die Natur in ihrer ganzen erhabenen Größe zu schildern, darf man nicht bei den äußeren Erscheinungen allein verweilen; die Natur muß auch dargestellt werden, wie sie sich im Innern der Menschen abspiegelt, wie sie durch diesen Reflex bald das Nebelland physischer Mythen mit anmutigen Gestalten füllt, bald den edlen Keim darstellender Kunstthätigkeit entfaltet“*

Humboldt als analytischer Wissenschaftler hat das Wunder stets miterlebt und mitgedacht, weil er sich als Mensch nicht gespalten hat. Diese Forderung, sich nicht in Ratio und Emotio zu spalten, bleibt für den ungebrochen dualistisch denkenden Mainstream heutiger Naturwissenschaften allzu oft uneingelöst. Und Humboldt ist offenbar bewusst gewesen, dass die Beschäftigung mit der Natur nicht nur deren distanziert wissenschaftliche Beschreibung und Vermessung bedeutet, sondern dass die Natur selbst in unsere Seele Emotionales und Intuitives auslöst, Erkenntnis schafft, die mit dem eigenen Leben verbunden werden kann.

---

<sup>2</sup> Humboldt, A.v. 1845: Kosmos. Entwurf einer physischen Weltbeschreibung. Ausg. Frankfurt/M.:Eichborn, 2004

Es hat immer wieder solcherart integrative Denker auch unter den Naturwissenschaftlern gegeben, und diese haben mich stets angezogen. Mein hoch verehrter Lehrer in Verhaltensbiologie (und ich glaube auch in Erkenntnistheorie), Prof. Dr.Dr.hc.mult.G. Tembrock,

#### Folie 1 Tembrock

der ein scharf wissenschaftlich und zugleich breit interdisziplinär denkender Geist war (und ist, er hält heute mit 90 Jahren immer noch Vorlesungen an der Humboldt-Universität Berlin), formulierte einmal den Satz: „Die Natur erscheint uns vernünftig, weil die Vernunft natürlich ist.“ Für Tembrock war es klar, dass Vernunft nicht nur bewussten Verstand und Wissen bedeutete. Solches Denken hat mich in der ganzheitlichen Umweltbildung, die ich als Spezialisierungsrichtung an der Fachhochschule Eberswalde konzipiert und aufgebaut habe, zur Entwicklung einer Praxisübung für Studenten geführt (Studiengang Landschaftsnutzung und Naturschutz, seit 2006 auch Regionalentwicklung und Naturschutz).

#### **Psychotope – ein Thema für Psychologen?**

Ja und nein, aber doch eher ein Thema für Naturwissenschaftler.

Die Erfahrungen, daß Orte ihren „Geist“ haben oder ihre „Atmosphäre“ (wie es der Naturwissenschaftler und Philosoph Gernot Böhme 1995 nannte<sup>3</sup>) sind nicht an die alten Kulturen oder schamanische nichtbewusste (subliminale) Wahrnehmung gebunden. In der modernen Architektur des 20. Jahrhunderts hat sich der Architekt Richard NEUTRA auf der Basis seiner Beobachtungen und Erfahrungen mit den psychischen und neurophysiologischen Wirkungen von Innenräumen, Außenarchitektur, Einbindung in die Umgebung, der Wirkung einer Stadtsilhouette und von gebauten Räumen überhaupt beschäftigt. Er fand, daß *jede* bauliche (Umwelt-)Struktur, ebenso so wie eine landschaftliche, einen bestimmten psychischen, emotionalen Widerhall angenehmer oder unangenehmer Art erzeugt und damit auch psychophysiologische Veränderungen im Menschen, z.B. Erregung oder Harmonisierung. Er nannte dies „Psychotop“. Der Psychoanalytiker Alexander Mitscherlich (1965<sup>4</sup>) griff dies auf, dass für Neutra „Stadtgestalten als ganze“ wie etwa „die Silhouette Roms“ Psychotope sind, weil sie mit Richard Neutra gesprochen „seelische Ruhepunkte, ... ein Stück der Selbstvergewisserung für den dort Lebenden sind, eine“, eine bestimmte Stimmung auslösen.

In diesem Verständnis geht es grundsätzlich um „das Bewirken physio-psychischer Gegebenheiten“ durch die Umwelt (ALSCHER, L. ET AL. 1975, S.552). Neutra nannte den Architekturstil, der sich danach richtet „Biorealismus“. Die verbindende Klammer zwischen der Architektur und der Naturerfahrung sind wir selbst: Unsere unentrinnbaren naturhaften Tendenzen, psychophysisch und emotional auf alle Umweltstrukturen zu antworten.

---

<sup>3</sup> Böhme, G. 1995: Atmosphäre. Frankfurt/M.: Suhrkamp

<sup>4</sup> Mitscherlich, A. 1965: Die Unwirtlichkeit unserer Städte. Anstiftung zum Unfrieden. Frankfurt/M.: Suhrkamp

Der bekannte Biologiedidaktiker und Naturpädagoge Gerhard Trommer wandte das auf die Natur an, indem er mit Studenten 14 Tage lang über ein großes norwegisches Fjell ging und sie mittags und abends Tagebuch über ihre Eindrücke und ihr Erleben schreiben ließ (s.Trommer 1998<sup>5</sup>).

Wenn wir das Gefühl von Freiheit und Ehrfurcht in der Wildnis eines norwegischen Fjells erfahren und nicht in einem Schilfdickicht, wenn wir das Gefühl und damit die Gedanken von Sehnsucht an einem Meeresstrand erleben und weniger in einem dichten Fichtenwald so ist es **der Ort**, der diese psychische Reaktion hervorruft, seine Information, die wir als Botschaft auffassen können.

Die Psychoanalytikerin und Kinder- und Jugendpsychotherapeutin SCHÄRLI-CORRADINI (1992)<sup>6</sup> fasst das lapidar zusammen:

Der **Biotop** ist ein „Ort, an dem sich Biologisches ereignet“ .

Der **Psychotop** ist ein „Ort an dem sich Seelisches ereignet“.

Wenn dies auf ein und denselben Ort zutrifft, so geht es also um den unterschiedlichen Blickwinkel auf uns selbst und unser Tun, siehe Humboldt. Schärli-Corradini, psychoanalytisch Jungianerin, schreibt: „Die Landschaft wird zum seelischen Ereignis, setzt die Seele in Bewegung. So werden Psychologie und Ökologie, Zivilisation und wilde Natur zu Partnern, die nicht mehr aneinander vorbeisehen können.“ (zit.n. ROHM 2004<sup>7</sup> ). Das erinnert sehr an Hölderlin: „Da ist kein Auge, das dich nicht sieht – du musst dich ändern.“

Das „Große Fremdwörterbuch (Wiss. Rat d. Dudenredaktion 1994)“ bezeichnet einen Psychotop als „Landschaftstyp, der Tieren (bzw. Menschen) durch Gewöhnung vertraut ist (Biol.).“

In unserem Sinne beschreibt es Gerhard Trommer (l.c.) :

„Psychotop ist in erster Annäherung die Rekonstruktion der Zustandsbefindlichkeit in Natur und Landschaft, anhand von Aufzeichnungen persönlicher Ausdrücke, entstanden durch Wahrnehmungen zu einer bestimmten Zeit bezogen auf einen bestimmten Ort.“

Neben den drei Quellen des Psychotopverständnisses (Pädagogik, Architektur, Psychoanalyse) kommt eine weitere Quelle, wie könnte es anders sein, aus der Biologie:

Der bedeutende Tierpsychologe Heini Hediger bezog 1961, im Jahr meiner Immatrikulation hier, den Begriff auf die tierliche und menschliche Umgebungsbeziehung in vergleichbarer Weise (Hediger 1961<sup>8</sup>). Allgemein ist es bei ihm die „psychische“ Passung gegenüber der Umgebung (äußerlich: sichtbares Verhalten), die in Gefühlsqualitäten empfunden wird (innerlich: emotionale Bewertung; z.B. Geborgenheit, Heimatgefühl etc.). Es gibt also stets eine interne Entsprechung der external in der konventionellen Ökologie und Ethologie zu beobachtenden morphologisch-

---

<sup>5</sup> Trommer,G.1998: Ein Psychotop entsteht. Wildniserfahrungen mit Studenten. Nationalpark 4/98:6-11

<sup>6</sup> Schärli-Corradini, B.M. 1992: Bedrohter Morgen. Kind,Umwelt und Kultur. Zürich:pro juventute

<sup>7</sup> Rohm. N. : 2004 Kinder und Umweltangst. Innere Bilder von der Zukunft als Spiegel eines heutigen Lebensgefühls. Eberswalde: FH Eberswalde, Diplomarbeit

<sup>8</sup> Hediger,H. 1979 (1961): Tierpsychologie im Zoo und im Zirkus. Berlin:Henschel (Orig.:Basel:Reinhardt)

physiologischen Passung Organismus und seines Verhaltens an den Lebensraum. Hediger ging also damals schon davon aus, dass nicht nur der Mensch seine Umwelt stets mittels zweier psychischer Modalitäten misst: Mit der Wahrnehmung der Gestalten im Äußeren und dem daraus resultierenden Verhalten (was wissenschaftlich zu Beschreibung und Erklärung führt), und der inneren, primär unbewussten emotionalen Bewertung der in uns eingedrungenen Information, die sich oft der Beschreibung entzieht. Jemandem, der noch nie eine Banane gegessen hat kann man nicht beschreiben, wie sie schmeckt. Bei Tieren können wir die innere Bewertung nur aus dem Verhaltensvergleich und der vergleichenden Neurophysiologie schließen.

Zugleich ist der Psychotop bei Hediger damit das individuelle Anpassen der gegebenen Psyche eines Individuums –Mensch und Tier- an einen gegebenen Lebensraum. Dabei spielt die *Qualität* des Lebensraumes die entscheidende Rolle, der Bioindikator dafür sind Gefühle (bei Tieren oft nur aus dem Verhalten zu schlußfolgern) (HEDIGER 1961).

Wir haben hier also zwei Ebenen der Passung zu berücksichtigen: Die phylogenetisch entstandene psychische Passung (verbunden z.B. mit Wahrnehmungsfähigkeiten und –verarbeitung) und die ontogenetisch erworbene, individuelle Passung (Vertrautheit, Gewohnheit), die offenbar unbewußt erfolgt ( wohl daher nach HEDIGER früher „Archetop“ bezeichnet). Damit ist aus dem evolutionsbiologischen Verständnis auch eine Erklärung für den Menschen angedeutet: Unser **Angepaßtsein an diese äußere Natur** ist nicht nur energetisch-stofflich , sondern auch informationell! Wir sind also auch psychisch an diese Natur artspezifisch angepasst, was jedem Zoologen logisch erscheint. Wenn wir Botschaften empfangen und verstehen können, dann deshalb, weil die Natur, aus der wir stammen, untereinander ebenfalls kommuniziert. Siehe oben Tembrock: „*Die Natur erscheint uns vernünftig, weil die Vernunft natürlich ist.*“

Dass Tembrock solch Satz einfiel, ist durch sein Lebenswerk verständlich: Er begründete die Wissenschaft der **Biokommunikation**, der Wissenschaft von den Regeln und Funktionen der informationellen Beziehungen zwischen den Organismen. Dass sich nicht nur Tiere miteinander unterhalten, sondern auch Pflanzen, wissen wir inzwischen.

Der Psychotopbegriff Hedigers hat sowohl eine individuelle ontogenetische Komponente (in Grenzen mögliche Gewöhnung) , als auch eine phylogenetische, artspezifische Komponente, das natürliche informationelle Passen von Psyche ( und des entsprechenden Korrelates bei Tieren) und Information (Botschaft) des artspezifischen Habitats.

Insofern „entsteht“ ein Psychotop erst, wenn man sich in ein bestimmtes Stück Natur begibt, sich darauf mit zeitlichem und räumlichem Abstand zum Alltag einläßt (TROMMER l.c.). Es stellt sich dann im Innern -primär unbewusst- eine Beziehung zum eigenen Leben her. Man muß es geschehen lassen, und wir werden noch darauf kommen, was dieses hindern kann.

Der Psychotop ist also ein dynamisches „unsichtbares Netz“, das sich zwischen Person und Natur webt. Es ist abhängig vom Geist eines Ortes als „objektive“ und vom persönlichen In-Beziehung-Setzen und natürlich vom emotionalen und motivationalen Status des Individuums als subjektive

Komponente. Der Psychotop erzeugt so in uns bestimmte psychische Zustände und emotionale Reaktionsbereitschaften, und das heißt, wenn wir das neurobiologische Konzept der Affektlogik von Ciompi zugrunde legen, auch ganz bestimmte Gedankenfelder und Assoziationen (Ciompi 1982,1999)<sup>9</sup>

Der englische Schriftsteller DAVID HERBERT LAWRENCE (Lady Chatterley) formulierte seine diesbezüglichen Erfahrungen so :

*”Verschiedene Orte auf der Erde haben verschiedene Ausstrahlungen, verschiedene Schwingungen, verschiedene chemische Ausdünstungen, verschiedene Polaritäten mit verschiedenen Sternen – nennt es, wir ihr wollt. Daß Orte ihren Geist haben, ist jedenfalls Realität.”*

Damit ist interessanterweise auch eine Brücke zu den alten heidnischen Mythologien geschlagen: Die Geister der Alten waren stets an einen bestimmten Ort gebunden. Elfen lebten anderswo als Riesen oder Gnome. Damit könnten wir die Ortsgeister der Natur als Bilder für die Mensch-Natur-Beziehung einer bestimmten Landschaft verstehen. Es darf angenommen werden, dass unsere Vorfahren komplexe Erfahrungen mit der Natur nur in Bildern kommunizieren konnten, da einerseits die Speicherung der ungeheuren Menge erfahrener Einzelfakten sicher die Kapazität des Neocortex weit überstieg und andererseits Schrift und Buchdruck zum „Einlagern“ dieser Erfahrungen nicht zur Verfügung standen. Dass die subcorticalen Systeme (Unterbewusstes, Intuition etc.) mit Bildern arbeiten, wissen wir alle aus Träumen, aber auch die Wirkung von Kunst, Musik und Poesie lebt davon.

Dafür sprechen neurobiologische Befunde:Die subcorticalen, außer- oder unbewußten Gehirnteile verarbeiten ungleich größere Datenmengen als der Verstand es vermag. Nach den Berechnungen von Keidel 1989 (in Stengel 1999<sup>10</sup>, Nørretranders 1997<sup>11</sup>) verarbeiten die unterbewussten Systeme ca. 100 Millionen bit/s, während der Verstand (Neocortex) lediglich max. 100 bit/s bewältigen kann! Auch Jaynes (1988)<sup>12</sup> erkannte, dass die überwiegende Menge unserer Denk- und Entscheidungsprozesse unterbewusst sind, wovon nur ein Teil dem Bewusstsein zur Kenntnis gegeben wird.

Die Selbst- und Naturerfahrungsmethode der „**Visionssuche**“ (Vision Quest; Koch-Weser u. v.Lüpke 2000), die auf Initiationserfahrungen alter Kulturen verschiedener Kontinente fußt, belegt immer wieder neu, wie Naturdinge und –erscheinungen Menschen etwas „sagen“, was oft für ihr weiteres Leben von Bedeutung bleibt, wenn sie dafür offen sind.

Folie 2 Definition Psychotop

<sup>9</sup> Ciompi,L. 1982: Affektlogik...Stuttgart:Klett-Cotta; Ciompi,L.1999: Die emotionalen Grundlagen des Denkens.Göttingen: Vandenhoeck&Ruprecht

<sup>10</sup> Stengel, M. 1999: Ökologische Psychologie. Oldenbourg

<sup>11</sup> Nørretranders,T. 1997:Spüre die Welt. Die Wissenschaft des Bewußtseins. Reinbek: Rowohlt

<sup>12</sup> Jaynes, J. 1988: Der Ursprung des Bewußtseins durch den Zusammenbruch der bikameralen Psyche. Reinbek: Rowohlt

**Definition:** „Ein Psychotop ist die Konkretisierung einer momentanen, individuellen Naturbeziehung und hat damit zwei eigenständige Seiten: Den seelischen Zustand und Prozeß des Menschen und die Eigenschaften und Botschaften eines bestimmten Ortes zu einer bestimmten Zeit . Psychotop-Erfahrung ist ein wichtiges Element auf dem Weg zu psychosozialer Nachhaltigkeit, weil sie Beziehung zur Natur, zu (anderen) Menschen und zu sich selbst aktiviert.“ (Jung 2005, S.95).

Dieser Zustand wird erfahrbar, wenn der Mensch ihn schriftlich oder bildlich in der Situation ausdrückt (Methodik s.u.: Psychotope – Die Natur in uns).

### **Psychotoperfahrung – nur eine Projektion unseres Zustandes auf die Natur?**

Von geisteswissenschaftlicher Seite wird nun formuliert, daß die Natur an sich keinen Geist, keine eigene Botschaft habe, sondern, daß wir alles nur in sie „hineinsehen“, unsere Seele also in die Natur **projizieren**. Es ist das abendländische Menschenbild der cartesianischen Spaltung: wertbehafteter Geist vs. geistlose Materie. Diese Sichtweise meint: Die Sonne erscheine uns freundlich, weil wir freundlich gestimmt sind. Der Bach erscheine uns munter, weil wir in munterer Stimmung sind. Dass wohl unsere Gefühle die Wahrnehmung einer Landschaft *färben* können, wir also quasi unsere Gefühle in sie projizieren können, kennt jeder: Wenn wir verliebt sind, sieht auch ein Regentag schön aus, wenn wir traurig und niedergeschlagen sind, muntern uns auch die Frühlingsblumen nur wenig auf. Aber das hat, und auch das kennen Sie, seine Grenzen: Selbst wenn wir verliebt sind, wird uns ein rauchgeschädigter trister Wald , eine Müllkippe am Waldrand oder ein Elendsquartier in der dritten Welt nicht fröhlich oder schön erscheinen. Vielleicht probieren Sie es einmal selbst aus, und setzen sich, wenn Sie niedergeschlagen sind, für eine Stunde an einen Waldbach oder auch an den Meeresstrand.

Oder stellen wir uns einmal einen konkreten Landschaftsort vor: ein weites schottisches Hochmoor an einem diesigen trüben Tag. Fiele es uns da spontan ein, Gefühle von Freude, Aufbruch oder Nähe, oder Gedanken an den eigenen seelischen Reichtum, an Lebenserfüllung, an Geborgenheit hineinzuprojizieren? Wir haben diese Erfahrung wohl irgendwie alle schon gemacht: Bestimmte Landschaften rufen eher *bestimmte Gefühle und Gedanken* hervor,(s.o. Lawrence). Dass soziale Erfahrungen von Freundschaft, Liebe, Verlust oder Mühe dies beeinträchtigen oder überdecken können, ist uns ebenso vertraut.

Doch selbst wenn wir innere Vorstellungsbilder und Gefühle nach außen projizieren können – was ohne Zweifel in Grenzen möglich ist- , dann muss das da draußen etwas an sich haben, das sich für diese Projektion *eignet*, das ihr in irgendeiner Weise ähnlich ist, es muss dort quasi einen „Rezeptor“ geben. Dann aber wäre dort auch Geist, Information, Botschaft. Die moderne

Quantenphysik ist auf dem Wege, dies zu bestätigen<sup>13</sup>: Das, was sich als Psychotop einstellt, ist nicht *entweder* im Menschen *oder* in der Natur, sondern es entsteht im Prozess zwischen beiden. Dass es ohne Information kein Leben gibt, ja Leben Information *ist*, weiß zumindest jeder Biologe. Auch der Vater der psychosomatischen Medizin, Thure von UEXKÜLL prägte die kurze Formel: Leben ist Botschaft – der nur materielle Körper ist der tote Körper, wie ihn die Pathologie untersucht. Ein Baum, der nur Material ist, ist kein Baum.

### **Ist das nicht abgehobene Theorie?**

Nein. Hintergrund: In der Umweltbildung gerade auch im Hinblick auf Nachhaltigkeit, stellte sich in den vergangenen Jahren immer mehr heraus, dass die Menschen viel über die Umwelt wissen, dass sie auch eigentlich wissen, was sie tun sollten – aber sie tun es nicht. Die zweijährlich vom Umweltbundesamt herausgegebenen Studien zum Umweltbewusstsein in Deutschland bestätigen das in schöner Regelmäßigkeit<sup>14</sup>. Wissen allein ist offenbar kein Motor. Was fehlt da?

Sie kennen den Spruch: „Nur was man liebt, schützt man“. Es fehlt da also, wenn wir den Spruch beim Wort nehmen, „Liebe“, und das ist eine bestimmte wertschätzende und emotional bindende Beziehung. Wer eine Beziehung zu einem Baum hat, ihn als Lebewesen respektiert, ihn aber dennoch abschlagen muss, weil er sich eine Hütte daraus bauen muss, um zu leben, dem wird es wenigstens leid tun und er wird es auch mit Dankbarkeit empfinden, dass dieser Baum ihm Leben ermöglicht. Es wird ihn aber auch emotional hindern, sinnlos dutzende Bäume zu fällen, um sich dann einen auszusuchen, wie es die moderne Überflusswirtschaft tut.

Psychologische, verhaltensbiologische und pädagogische Erkenntnisse lassen sich diesbezüglich in ein Schema fassen, nach dem wir in der Umweltbildung arbeiten können:

#### Folie 3 Beziehungsdreieck

Die Bildung für nachhaltige Entwicklung, die heute von oben verordnet in aller Munde ist, vernachlässigt konzeptionell genau die Seite, die nachhaltige Einstellungen erst ermöglicht und erleichtert, die *Naturkompetenz*, die Naturvertrautheit. Natur als Lehrmeister der Anschauung und des Denkens, als Gestalter und Therapeut unserer Psyche – das hat sich dutzendfach erwiesen.

### **Wie haben wir das praktisch umgesetzt?**

Die bei uns angewandte Methodik der Psychotoperfahrung wurde entwickelt, um den Studenten des Studienganges Landschaftsnutzung und Naturschutz an der FH Eberswalde, die sich für die Spezialisierung „Ganzheitliche Umweltbildung“ entschieden, eine intensive Erfahrung mit der Natur erleben und erfahren zu lassen. In jedem Jahr im Mai geht die jeweilige Studentengruppe (meist 12-15) für einen Tag an einen möglichst unberührten Naturort.

<sup>13</sup> z.B. Görnitz, Th. u.B. 2007: Der kreative Kosmos. Geist und Materie aus Quanteninformation. München: Elsevier/Spektrum

<sup>14</sup> z.B. Kuckartz, U. u. A. Rheingans-Heintze 2004: Umweltbewusstsein in Deutschland 2004. Berlin: BMU

Ausgewählt wurden zwei Lebensräume, möglichst naturnah sein sollten, um viele natürlich Informationen des unbeeinflussten Wirkens von Natur aufnehmen zu können. Derzeit arbeiten wir daher in zwei Landschaften:

1. Kesselmoor NSG Mooskuten bei Chorin

2. NSG Nonnenfließ bei Eberswalde (mäandrierender Waldbach durch hügeligen Buchenwald).

Der Ablauf in Kürze:

Folie 4 Weg der Naturerfahrung.

Wir gingen davon grob gesagt von fünf psychischen Prozessphasen aus:

1. Bewusstwerden des Alltags, aus dem wir kommen und dem Vorhaben, eine neue Welt zu entdecken: Wir treffen uns jeweils an einer „Waldpforte“, dort wo der Waldweg von der befahrenen Chaussee abzweigt. Der Leiter spricht die Situation an und lädt zu einem kleinen Übergangsritual an: Jeder Teilnehmer suche sich bitte in der näheren Umgebung (Wald, Weg etc.) einen Gegenstand, der *das* symbolisieren soll, was er gerne hier zurücklassen und nicht mit an unseren Erfahrungsort nehmen möchte. Nach 10 Minuten trifft sich die Gruppe, jeder sagt etwas zu seinem Symbol, und alle legen es z.B. auf einem Baumstumpf ab.
2. Hinführung und zu sich selbst kommen: Mit dem Fahrrad fahren wir 10-15 Minuten durch den Wald zu unserem Ort (Sammlungsort direkt am Biotop). Der Vorteil gegenüber dem Wandern: die Gelegenheiten zum Schwatzen (und damit den Alltag fortsetzen) sind behindert.  
Am Ort angekommen, wird ein erster Blick genommen, und es wird die Zeit- und Aufgabenplanung erläutert. Dann wird an einem geeigneten Ort eine geführte Meditation angeboten (zur Ruhe, zu sich kommen), die auf das Thema „Verbundensein“ hin führt.
3. Öffnung nach außen: Jetzt wird das Gebiet in Augenschein genommen und jeder sucht sich einen Platz der ihm gefällt, ohne dass er Sicht- oder Hörkontakt zu seinem Nachbarn hat,
4. Entstehen der Beziehung zum Ort. Nun hat jeder Teilnehmer ca. 4-5 Stunden Zeit, diesen gewählten Ort und seine Umgebung wahrzunehmen und seine Beziehung zu diesem zu entdecken. 30 Minuten lang sollte er nichts zielgerichtetes tun, die dabei aufkommende Unruhe sollte er aushalten. Danach hat er genug Zeit, das, was ihm durch Gedanken und Gefühle geht, in Worte zu fassen (Gedicht, Reportage, Gedanken, Phantasiereise, Beschreibung usw.) und in ein entsprechendes Bild zu malen. Es wurde in der Vorbereitung betont, dass dazu keine künstlerischen Fähigkeiten nötig sind und dass jeder es auf seine Weise ausdrücken möge.
5. Reflexion und Rückkehr in den Alltag: Zu einem bestimmten Zeitpunkt bzw. auf ein Signal hin treffen sich alle am Sammlungsort und es werden die vorhandenen Eindrücke und Erfahrungen nach einem Interviewleitfaden (Leiter) ausgetauscht. Dann geht es zurück

zum Ausgangsort, die abgelegten Alltagssymbole werden aufgenommen und überlegt, wie diese einem jetzt erscheinen.

### **Was ist dabei rausgekommen?**

Das Einlassen auf den Naturort gelingt einigen stets sehr gut, andere haben es schwerer, einzelne können gar nicht landen. Ohne hier weiter ins Detail zu gehen, sei ein Hinderungsgrund angesprochen, der hin und wieder in den Reflexionen auftauchte. Ein Student formulierte das so: „Ich stand am Moor und wollte mich auf eine Beziehung zu ihm einlassen, aber mein Wissen über das Moor hinderte mich daran. Es fielen mir Fakten und Bilder aus der Vorlesung und aus Büchern ein.“ Ihm gelang nur ganz langsam, dies mit der Atmosphäre und seiner Person zu verbinden.

Im folgenden zeige ich Ihnen die Biotope im Foto und einige studentische Arbeiten aus verschiedenen Jahren, die dort entstanden.

### **NSG Mooskuten**

Die Folien 6,7 und 8 zeigen das Kesselmoor und ein daneben liegendes Moor.

Auf Folie 9 ist zu sehen, dass die Natur eben auch unangenehme Tücken hat: Bei starkem Mückenaufkommen am Kesselmoor ist das Meditieren eine Herausforderung.

Folien 10,11,12: Studenten bei ihrer „Arbeit“ im und am Moor. Regen ist kein Problem.

Folien 13-18 zeigen einige studentische Arbeiten, deren alljährliche Vielfalt beeindruckend ist.

### **NSG Nonnenfließ**

Folie 19: Das Nonnenfließ vom Sammelpunkt aus. Folie 20: der Meditationsplatz.

Folien 21-23 zeigen Arbeiten, die dort entstanden sind. Das Bild von Folie 23 brachte in der Reflexion der Arbeiten, die eine Woche später stattfand, eine sehr berührende Erfahrung zutage, die der Student bei der Arbeit im Wald machte: Er sah die Wasserlache mit den bereits darüber gefallenen Blättern, und dies erinnerte ihn an den Tod seines vor einiger Zeit verstorbenen Freundes. Die Natur ermöglichte ihm, auf andere Weise damit umzugehen, indem er dieses Motiv fand und es malte.

Ich sprach am Anfang über Interdisziplinarität. Hier haben wir erfahren, dass wir auch den Menschen in ganzer Breite und nicht nur mit seinem rationalen Wissen ins Auge fassen sollten, wollen wir Ganzheitlichkeit wahren. Gerade wenn es um Nachhaltigkeit in der Gesellschaft geht, brauchen wir einen breiten Blick auf den Menschen und seine Naturbeziehung.

Es dürfte heute, auch durch die Naturerfahrungen, die wir ja alle intensiv gemacht haben, ebenso das stimmen, was vor rund tausend Jahren Bernhard von Clairvaux (1090-1153) schrieb: *„Du wirst mehr in den Wäldern finden als in den Büchern. Die Bäume und Steine werden dich Dinge lehren, die dir kein Mensch sagen kann.“*

# ***Psychotope – zwischen Mensch und Natur***

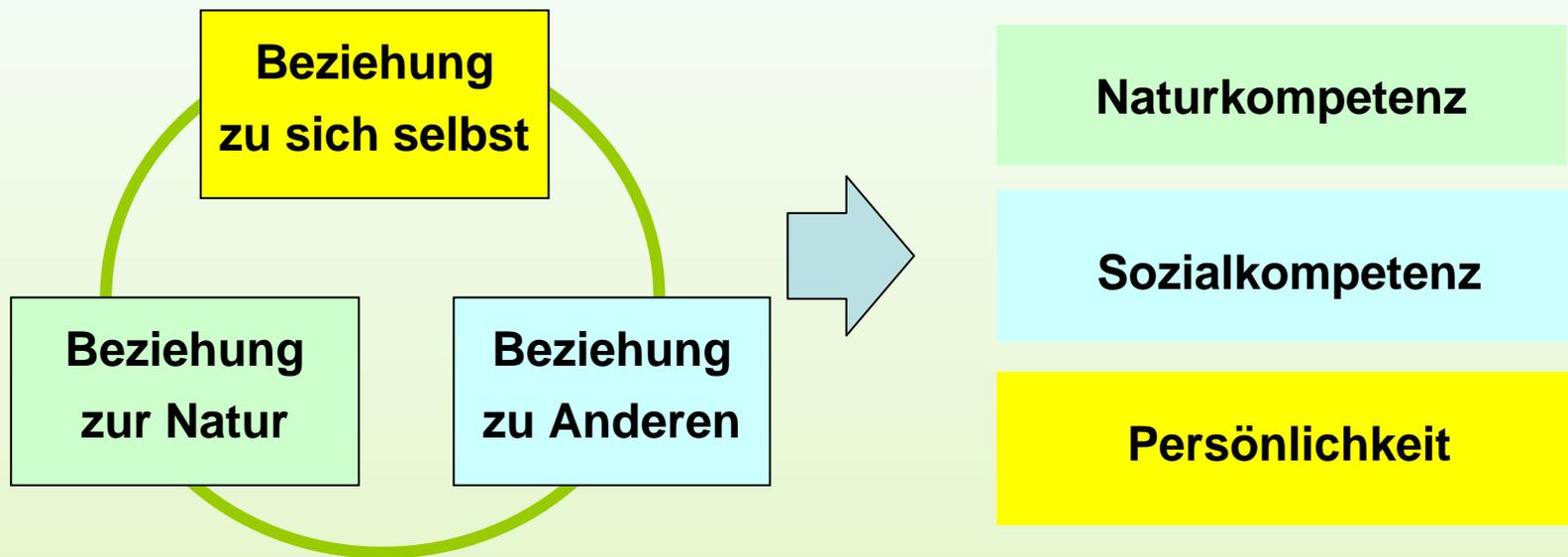


Mit meinem verehrten Lehrer Prof. Dr. Dr. hc. mult. Günter Tembrock 1975 auf Hiddensee

*„Ein Psychotop ist die Konkretisierung einer momentanen, individuellen Naturbeziehung und hat damit zwei eigenständige Seiten: Den seelischen Zustand und Prozeß des Menschen und die Eigenschaften und Botschaften eines bestimmten Ortes zu einer bestimmten Zeit . Psychotop-Erfahrung ist ein wichtiges Element auf dem Weg zu psychosozialer Nachhaltigkeit, weil sie Beziehung zur Natur, zu (anderen) Menschen und zu sich selbst aktiviert.“ (Jung 2005, S.95).*

## Das Beziehungsdreieck menschlicher Entwicklung – Psychologische Balance in der Umweltbildung

**Ableitbare Kompetenzen und Ziele:**



**...denn der Mensch ist ein Beziehungswesen**

Wissenschaftliche Quellen: Verhaltensbiologie, Psychoanalyse, Pädagogik, Umweltbildung

## Der psychische Weg zur Naturerfahrung

(Phasen der Dramaturgie)

**Übergang: Vom Alltag zur neuen Erfahrung**



**Weg zu mir selbst – Öffnung nach innen**



**Hinwendung zur Natur – Öffnung nach außen**

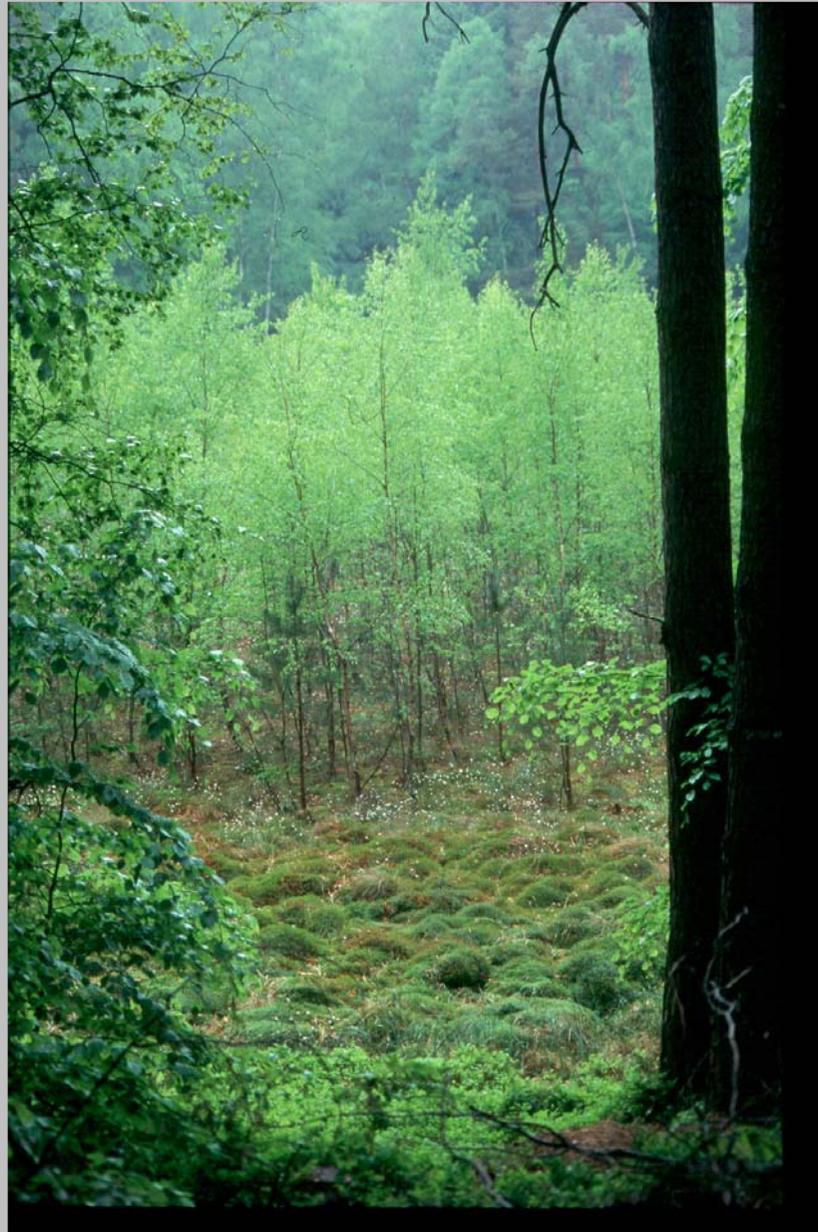


**Selbst- Bewußtheit der eigenen Naturbeziehung  
und –erfahrung (Integration)**



**Rückkehr in Alltag mit neuen Erfahrungen**





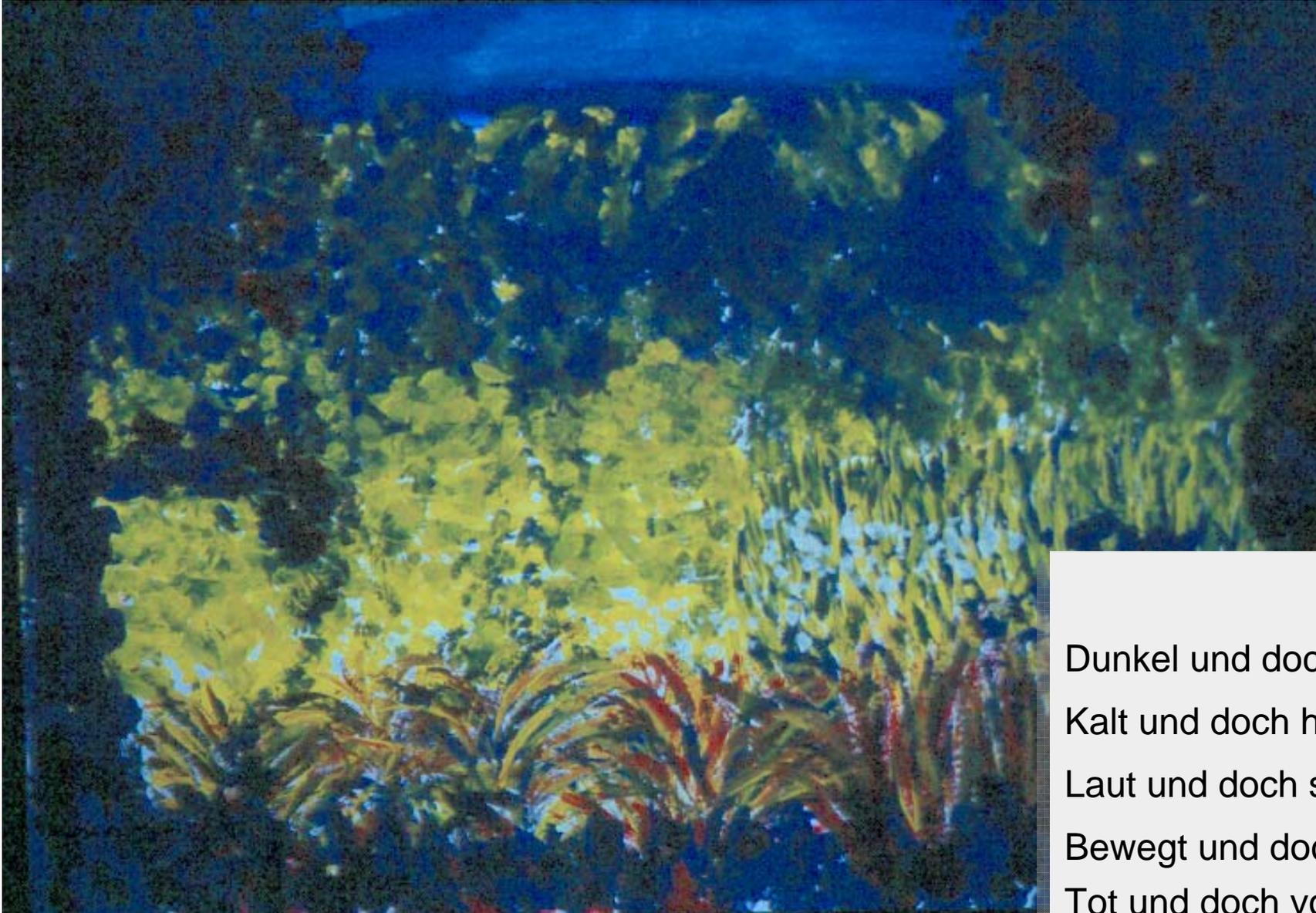












Juliane W.,2000

Dunkel und doch hell  
Kalt und doch heiss  
Laut und doch still  
Bewegt und doch ruhig  
Tot und doch voll Leben  
Das Moor.



**Gedanken im Moor  
für das innere Ohr.  
Allein sein mit mir,  
dem Mensch, dem Tier.  
Kommt das Klare aus dem  
Trüben  
oder geschieht es umgekehrt?  
Anders ist die Zeit,  
der Raum, die Gewissheit  
Bin jetzt und hier  
mit dem Moor bei mir.**

Martin Sch.2006



Text: Eine amüsante Geschichte eines Gespräches zwischen einem Forscher und einem Moorgeist darüber, ob es Moorgeister gibt.

Ende der Geschichte:

**„ Es kann sehr verwirrend sein mit einem ganzen Moor konfrontiert zu werden und nicht nur mit seinen Pflanzen, Schichten und Pollen.“**

Niels K.,2006



Julia T.,2008

Mir ist als trüg ich heut  
mal wieder meine weiße  
Mähne  
und hätte mich zu den  
anderen Wichteln  
gesellt.

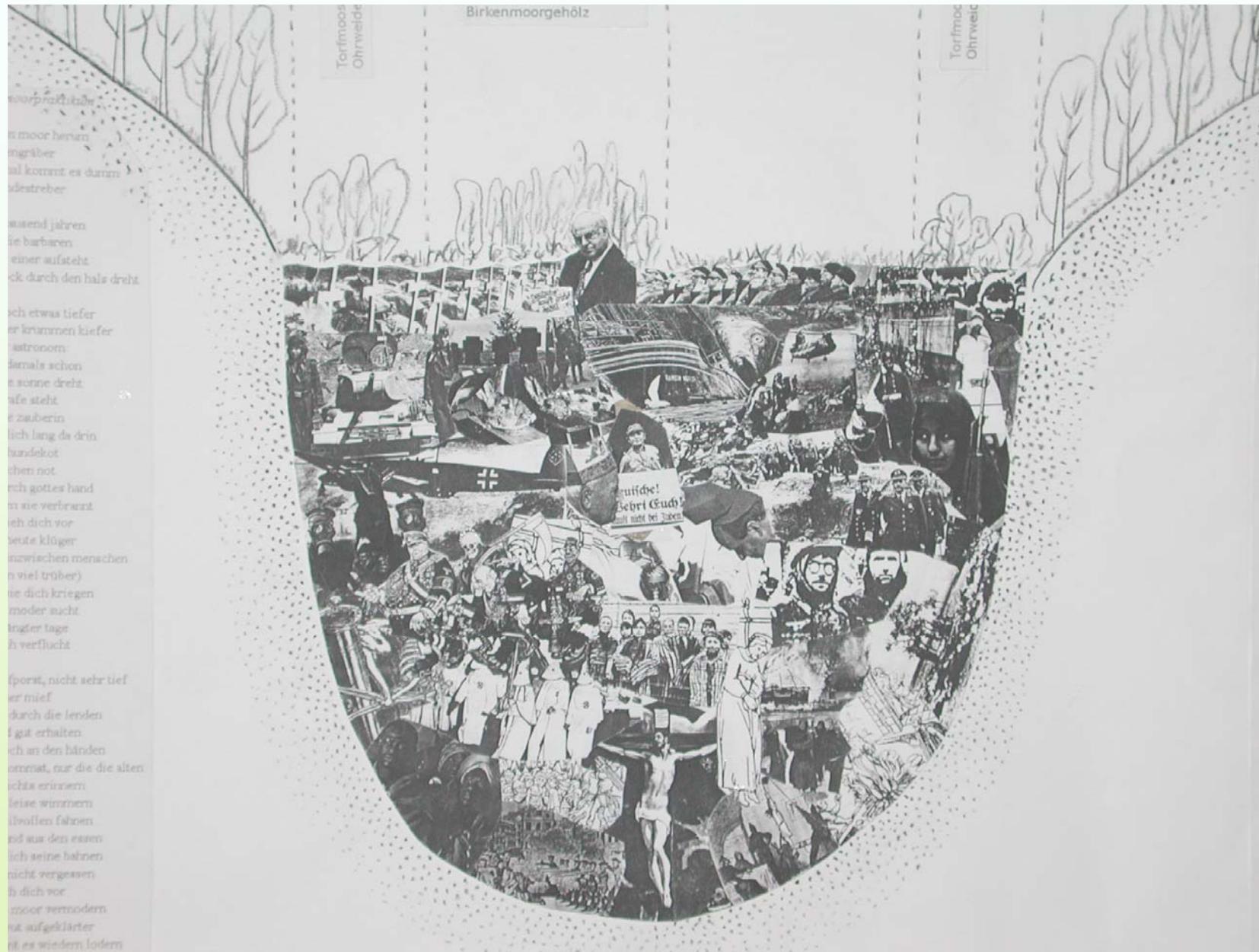
Und nun stünden wir –  
nach alter Wichtelmanier  
– fußbadend in  
geheimem Rate,

Die Köpfe dicht  
zusammengesteckt,

Leise beratend

Und wiegten unsere  
schweren Mähnen im  
Gespräch.

Worüber wir beraten  
haben? Das verrät ich  
nicht.





## NSG Nonnenfließ





## Psychotop Waldbach



***Mal leise flüsternd  
Mal tobend laut  
Ziehst du durch mein Land.  
Alles Leben spiegelt sich  
In deinem Ur – Gesicht.  
Fängst Sonne ein  
Auch Tod und Leben,  
strömst durch Adern aller  
Wesen.  
Formst des Ortes  
Gedankenmeer  
Ganz weise und bedacht  
Und küßt das traurig  
Seelenheer  
in lieblich träumende Nacht***

Nadine R.



