

# Naturentzug

Von **Rudolf Ahrens-Botzong**

Januar 2026

Online-Publikation via <https://www.freinatur.net/Aesthetik>,

Themenportal von ‚Nahe der Natur‘ – Mitmach-Museum für Naturschutz, Staudernheim ([www.nahe-natur.com](http://www.nahe-natur.com))

## Die Natur entfernt sich

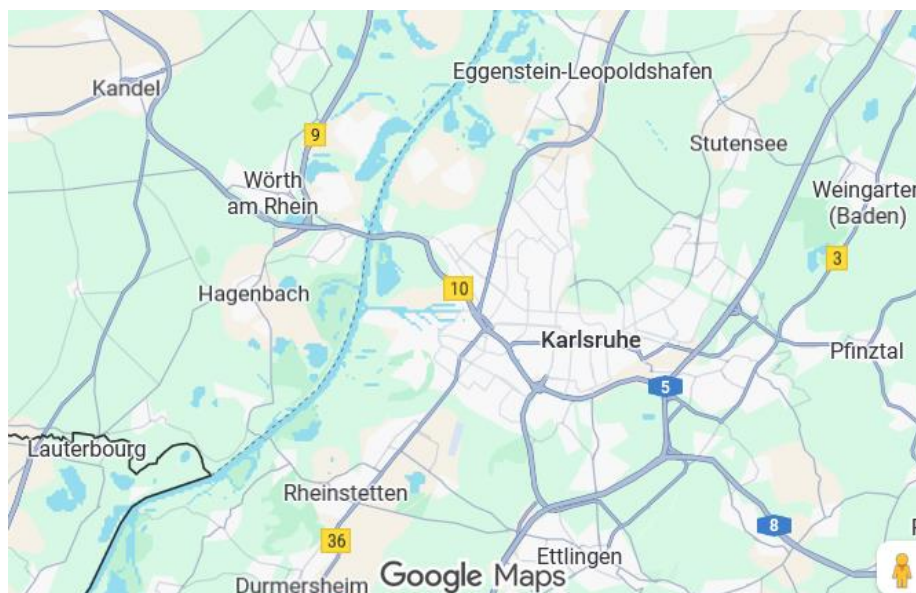
Immer mehr Naturflächen verschwinden, für Siedlungen, Gewerbe, Straßenbau und zunehmend auch für Freiflächen PV-Anlagen und Windparks. Das hat Folgen.

"Haben viele Menschen die Verbindung zur Natur verloren? " fragte im August 2025 der österreichische *Standard* [1] . Er zitiert den britischen Umweltpsychologen *Miles Richardson* , der sagte, dass es heute nicht nur ein Arten-, sondern auch ein Erfahrungssterben gebe . . . Entscheidend dafür, wie verbunden sich Menschen mit der Natur fühlen, sei laut *Richardson* vor allem, wie naturverbunden die Eltern sind und wie sehr sie ihre emotionale Verbindung zur Natur an ihre Kinder weitergeben. "

Der *Standard* zitiert auch die österreichische Umweltpsychologin *Anna Pribil* : "Naturkontakt ist kein Luxus, sondern ein menschliches Grundbedürfnis. Schon wenige Minuten im Grünen senken Stress, heben die Stimmung und fördern Achtsamkeit." (Siehe unten.).

Wachsende Naturferne verstärkt nun den Natuverlust, so *Pribil* : "Je weniger sich Menschen mit der Natur verbunden fühlen, desto weniger setzen sie sich tendenziell auch für den Schutz der Umwelt ein oder verhalten sich umweltfreundlich."

Oft gibt es lebenspraktische Gründe für Naturferne: Wir leben zunehmend in einer städtischen Umwelt. Dadurch wachsen auch die Entfernungen zum nächsten Landschaftsgrün (s. die Karte). Im Mittel für Deutschland sind es 22 Kilometer ! [2] Weiter in dieser Quelle: " Durch diese Distanz könnten womöglich immer weniger Menschen als Kind eine emotionale Bindung zur Natur aufbauen, wodurch sie als Erwachsene Naturschutz als nicht so wichtig erachten würden. Das könnte langfristig und weltweit die Bemühungen zum Schutz der Natur gefährden.“  
Beispiel Großraum Karlsruhe:



## **Natur-Deprivation**

Die Gründe für Natuferne sind vielfältig und hängen von den persönlichen Lebensverhältnissen ab, zum Beispiel von Lebensmittelpunkt und Einkommen, von ununterbrochenen Verpflichtungen. Häufige Ursache sind auch körperliche Einschränkungen durch Unfall, Erkrankung und besonders infolge von Altersbeschwerden.

Viele Menschen würden sich umgeben von Wiesen und Wald, am Wasser zwar wohlfühlen, können jedoch kaum oder gar nicht mehr dorthin kommen. Sie erfahren dadurch eine *sensorische* und *soziale Deprivation* [3]. Häufige Reaktionen sind Trauer, Enttäuschung und Resignation [3, 4]. Diese beeinflussen wiederum das Sozialverhalten der Betroffenen: Man zieht sich zurück, wird gar unheimlich und aggressiv [5].

## **Bedeutung von Naturerleben und Wege in die Natur**

Das *Bundesamt für Naturschutz (BfN)* schreibt: "Ein zufriedener, aktiver, erholt, sozial integrierter und zuversichtlicher Mensch ist auf Dauer gesünder. Wenn er sich regelmäßig in der Natur aufhält, kann der Mensch seine Gesundheit in jeder Hinsicht stärken" [6]. Im Internet wird das vielseitig bekräftigt [7, 8]. Wöchentlich je 2 Stunden in der Natur wirken !

Für Städter ist es gut, wenn es einen nahen Park gibt. Wer weiter draußen lebt und einen Garten nutzen kann, findet dort Erholung. Und 'auf dem Lande' ist es schön, wenn man z. B. in einem Wiesental eines bewaldeten Mittelgebirges lebt (wie der Autor). Dort kann man täglich seine Naturrunde drehen und bisweilen auch hinauf in den Wald wandern, Wege findet man dort immer. Der Autor nennt das 'freies Wandern' [9]. Voraussetzungen sind jeweils natürlich Zeit und Beweglichkeit.

Menschen mit Lebensmittelpunkt in Städten und Ballungsräumen erreichen naturnahe Gebiete oft nur mit dem Auto, öffentlichen Verkehrsmitteln oder Reisebussen. Letztere fahren meist aber touristische 'Highlights' an, wo man wenig Ruhe für persönliche Naturerfahrung finden wird. Daher ist es wünschenswert, dass öffentliche Buslinien, die naturnahe Gebiete queren, außerhalb der Stoßzeiten dort auch Bedarfshaltestellen anbieten.

Für körperlich Eingeschränkte sind Hilfsangebote aus ihrem sozialen Umfeld wichtig [3]: "Regelmäßige Bewegung, vor allem an der frischen Luft, um zum einen die körperliche Fitness aufrechtzuerhalten oder zu verbessern, zum anderen aber auch, um aus dem häuslichen Umfeld zu kommen und etwas Anderes zu sehen." Das nutzt dann auch den Helfern.

## **Zusammengefasst**

Die Naturentfremdung nimmt zu, besonders bei naturfern Lebenden oder in ihrer Lebensführung Eingeschränkten. Das kann bis zur Deprivation mit negativen Folgen für die Betroffenen und ihr Umfeld führen. Dabei wären häufige Naturerlebnisse für Gesundheit und psychisches Wohlbefinden so wichtig. Daher ist es eine soziale Aufgabe, den Bürgerinnen und Bürgern solche Erlebnisse zu erleichtern und wo nötig zu ermöglichen.



Herbst im Wasgau (Biosphärenreservat Pfälzerwald)

Bild rab

**Quellen** (alle Internetquellen im Januar 2026 aufgerufen)

- [1] <https://www.derstandard.de/story/3000000284132/haben-viele-menschen-die-verbinding-zur-natur-verloren>
- [2] <https://www.wissenschaft.de/erde-umwelt/mensch-und-natur-entfremden-sich/>
- [3] <https://lexikon.stangl.eu/88/deprivation>
- [4] <https://www.gutepflege24.de/prophylaxen-in-der-pflege/deprivationsprophylaxe/>
- [5] Der Brockhaus Psychologie, Brockhaus, Mannheim, 2009, S. 102
- [6] <https://www.bfn.de/gesund-sein-und-bleiben>
- [7] <https://fit-gesund-aktiv.de/natur-gesundheit/>
- [8] <https://www.wissenschaft.de/gesundheit-medizin/wie-naturkontakte-unsere-gesundheit-foerdern/>
- [9] Rudolf Ahrens-Botzong, Freies Wandern, Wir im Land (Quartalsschrift der NaturFreunde Rheinland-Pfalz), Heft 2 2023, S. 15