

Erlebnisorientierte Naturexkursionen als Anlass zur Änderung menschlicher Werte

Saturday 10 June 2023 09:20 (20 minutes)

Hintergrund

Viele Interventionen z.B. in bildungs- und gesundheitsbezogenen Settings verfolgen das Ziel, eine langfristige Verhaltensänderung einzuleiten, allerdings wird häufig berichtet, dass beobachtete Änderungen nur über kurze Zeiträume aufrechterhalten werden. Um nachhaltige Wirkungen zu erzielen –so die Idee dieser Studie –könnte es hilfreich sein, eine Veränderung der menschlichen Werte einzuleiten, die als Grundlage des Verhaltens angesehen werden. Allerdings gelten menschliche Werte im Erwachsenenalter als relativ stabil (Schwartz, 2012).

In dieser Studie wird untersucht, inwieweit sich menschliche Werte im Rahmen einer Friluftsliv-Exkursion verändern, bei der intensive Naturerlebnisse in Verbindung mit Selbstreflexionen wichtiger Bestandteil des Programms sind.

Methode

N=58 Teilnehmende (Alter M=26,2; SD=5,6; Geschlecht: 55% weiblich; Studierende Uni Hamburg) aus verschiedenen 6 Friluftsliv-Exkursionen (Dauer: 8-10 Tage) nach Süd-Norwegen wurden evaluiert. Veränderungen der menschliche Werte wurden auf Basis des PVQ 21 (Schmidt, Bamberg, Davidov, Herrmann, & Schwartz, 2007) erhoben. Die Ergebnisse wurden mit einer Kontrollgruppe verglichen (N=52; Alter: M=25,9, SD=3,1; Geschlecht: 47% weiblich; Studierende Uni Hamburg). Zusätzlich wurden 12 Teilnehmende der Friluftsliv-Gruppe 6-8 Wochen nach der Reise befragt, die Interviewdaten mittels qualitativer Inhaltsanalyse ausgewertet.

Ergebnisse

Laut PVQ 21 zeigten die Teilnehmenden der Friluftsliv-Reisen einen positiven Gruppeneffekt (Werte werden wichtiger) für Selbst-Transzendenz (Universalismus, Humanismus) und einen negativen Effekt (Werte werden weniger wichtig) für Selbst-Stärkung (Macht, Leistung). Nach drei Monaten waren die Veränderungen nicht mehr nachweisbar. Interviewdaten zeigten, dass Friluftsliv-Erfahrungen für die Teilnehmenden eine große Bedeutung hatten und zu persönlichen Verhaltensänderungen führten, z. B. im Ernährungsverhalten, im Freien verbrachte Zeit, Bewegungsumfang, allein verbrachte Zeit oder Zeit ohne Aktivität.

Diskussion

Friluftsliv-Exkursionen können Veränderungen im Bereich der motivationalen Werte anstoßen, die auch zu Veränderungen im Alltagsverhalten führen können. Diese Veränderungen haben eine starke individuelle Vielfalt und sind mit Hilfe von Gruppenstatistiken schwer zu erfassen. Allerdings laufen Veränderungen, die durch besondere Erlebnisse ausgelöst werden, Gefahr, nach einiger Zeit von Alltagserfahrungen überlagert zu werden.

Literatur

Schmidt, P., Bamberg, S., Davidov, E., Herrmann, J. & Schwartz, S. (2007). Die Messung von Werten mit dem «Portraits Value Questionnaire». Zeitschrift Für Sozialpsychologie, 38(4), 261–275. <http://doi.org/10.1024/0044-3514.38.4.261>

Schwartz, S. H. (2012). An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values. Online Readings in Psychology and Culture, 2, 1–20. <http://doi.org/http://dx.doi.org/http://dx.doi.org/10.9707/2307-0919.1116>

Arbeitskreis

Authors: LIEDTKE, Gunnar (Universität Hamburg); GHAFFARI, Bijan

Presenters: LIEDTKE, Gunnar (Universität Hamburg); GHAFFARI, Bijan

Session Classification: AK 5.4