

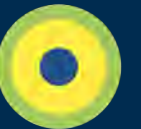


# Wattenmeer-Natur: Positive Effekte auf das Wohlbefinden der Einwohner:innen?

Fachtagung Natur und Tourismus | Stadthalle Niebüll 24.11.2022 | Christiane Gätje | Nationalparkverwaltung/LKN.SH



**Nationalpark  
Wattenmeer**  
SCHLESWIG-HOLSTEIN



# Warum eine Einwohnerbefragung in der Wattenmeerregion?

Darüber wollten wir mehr erfahren:

Wie oft besuchen Westküstenbewohner:innen aus Schleswig-Holstein und Niedersachsen das Wattenmeer?

Was sind dort ihre bevorzugten Aktivitäten ?

Welche (subjektiven) Effekte hat der Aufenthalt am Wattenmeer?

Wie verbunden fühlen sich die Menschen mit der Wattenmeer-Natur?

Trägt die Wattenmeer-Natur zum Wohlbefinden der Menschen bei, die in der Küstenregion leben?



**Nationalpark  
Wattenmeer**



**Interreg**  
North Sea Region  
PROWAD LINK



European Regional Development Fund

EUROPEAN UNION

# Repräsentative Befragung der Einwohner:innen

in den Wattenmeerregionen Schleswig-Holsteins und Niedersachsens

Durchführung  **INFO** GMBH  
Markt- und Meinungsforschung im Auftrag der Nationalparkverwaltung

## Untersuchungsgebiet

in **Schleswig-Holstein** (Dithmarschen, Nordfriesland) sowie

in **Niedersachsen** (Leer, Aurich, Wittmund, Friesland, Wesermarsch, Cuxhaven, Wilhelmshaven)

## Zielgruppe

Wohnbevölkerung ab 14 Jahren

Einwohner:innen, die mindestens einmal pro Jahr das Wattenmeer besuchen

## Methodik

Computergestützte telefonische Befragungen (CATI). Interviewdauer: Ø 10 Minuten

## Stichprobengröße

Schleswig Holstein: n = 605      Niedersachsen: n = 600



**Nationalpark  
Wattenmeer**



**Interreg**  
North Sea Region  
PROWAD LINK



European Regional Development Fund

EUROPEAN UNION

# Untersuchungsdesign

## Auswahlverfahren

Standardisierte Methode der mehrstufigen Ziehung von repräsentativen Stichproben gemäß ADM-Mastersample (entwickelt vom Arbeitskreis Deutscher Marktforschungsinstitute) plus Mobilfunknummern von Personen, die im Rahmen früherer Befragungen ihr Einverständnis gegeben hatten

## Gewichtung

Bevölkerungsrepräsentative Gewichtung der vollständigen Datensätze (SH, NI) nach den Merkmalen Alter, Geschlecht, Haushaltsgröße, Bildung und Wohnort

## Fehlerspanne

+/- 4,1 Prozentpunkte bei 600 Befragten

## Feldzeit

1. bis 12. November 2021



**Nationalpark  
Wattenmeer**



**Interreg**  
North Sea Region  
PROWAD LINK

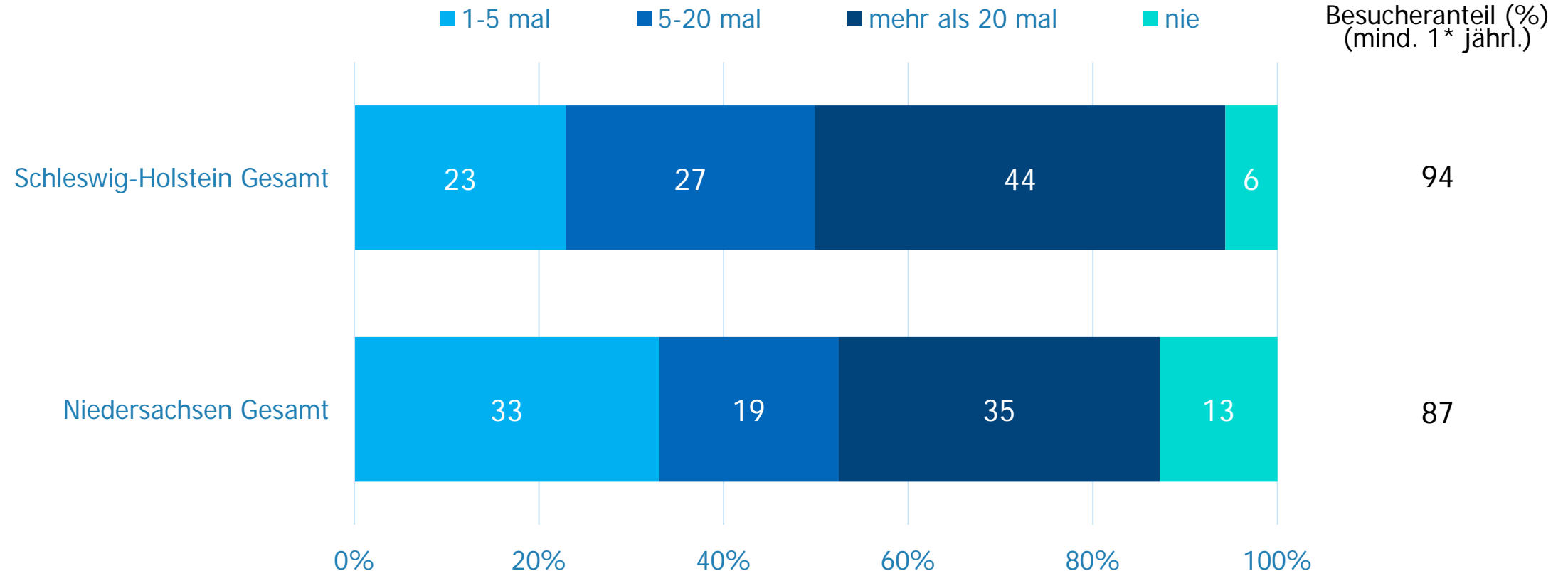


European Regional Development Fund

EUROPEAN UNION

# Besuchshäufigkeit Wattenmeer

1. Wie oft im Jahr besuchen Sie das Wattenmeer?

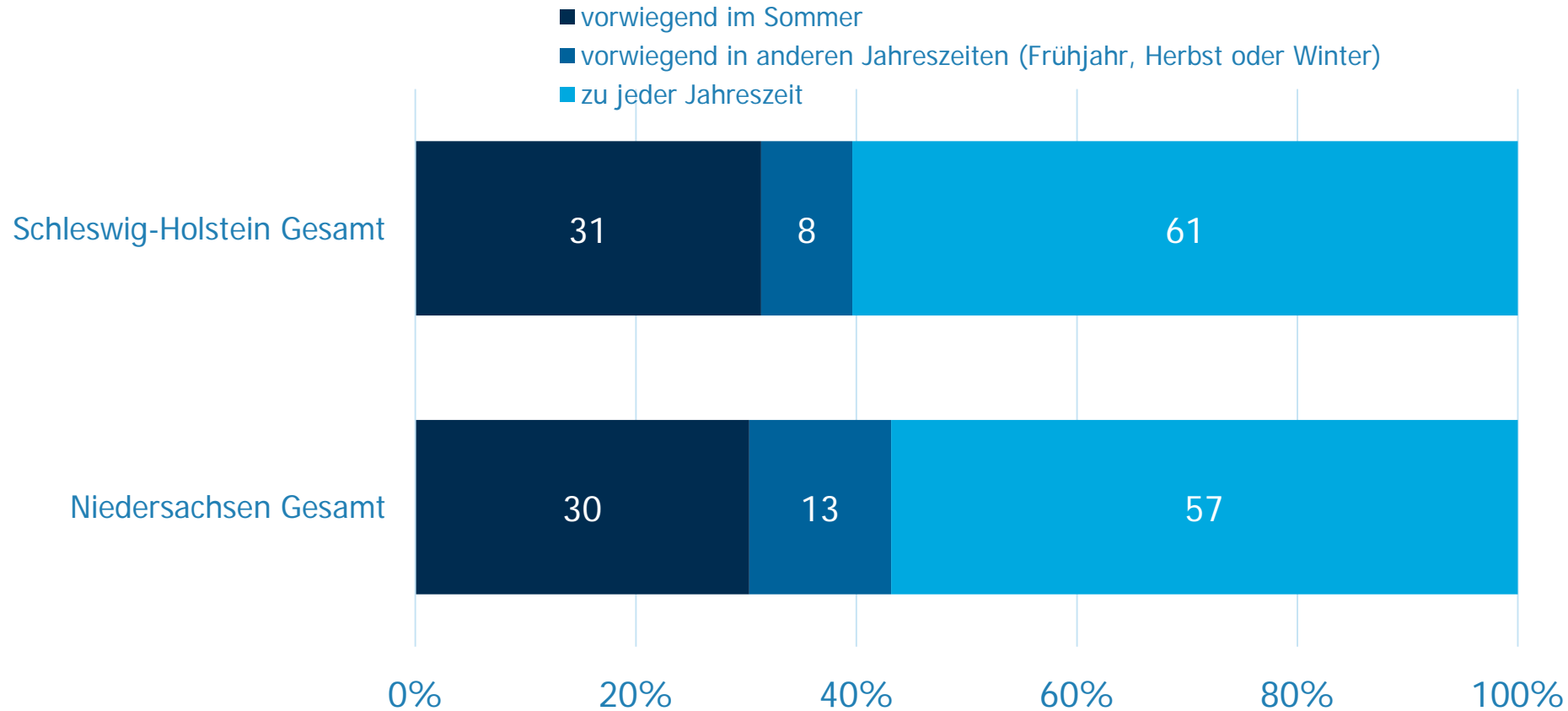


Basis: alle SH-/NI-Befragten n = 644/669



# Vorwiegende Besuchszeit

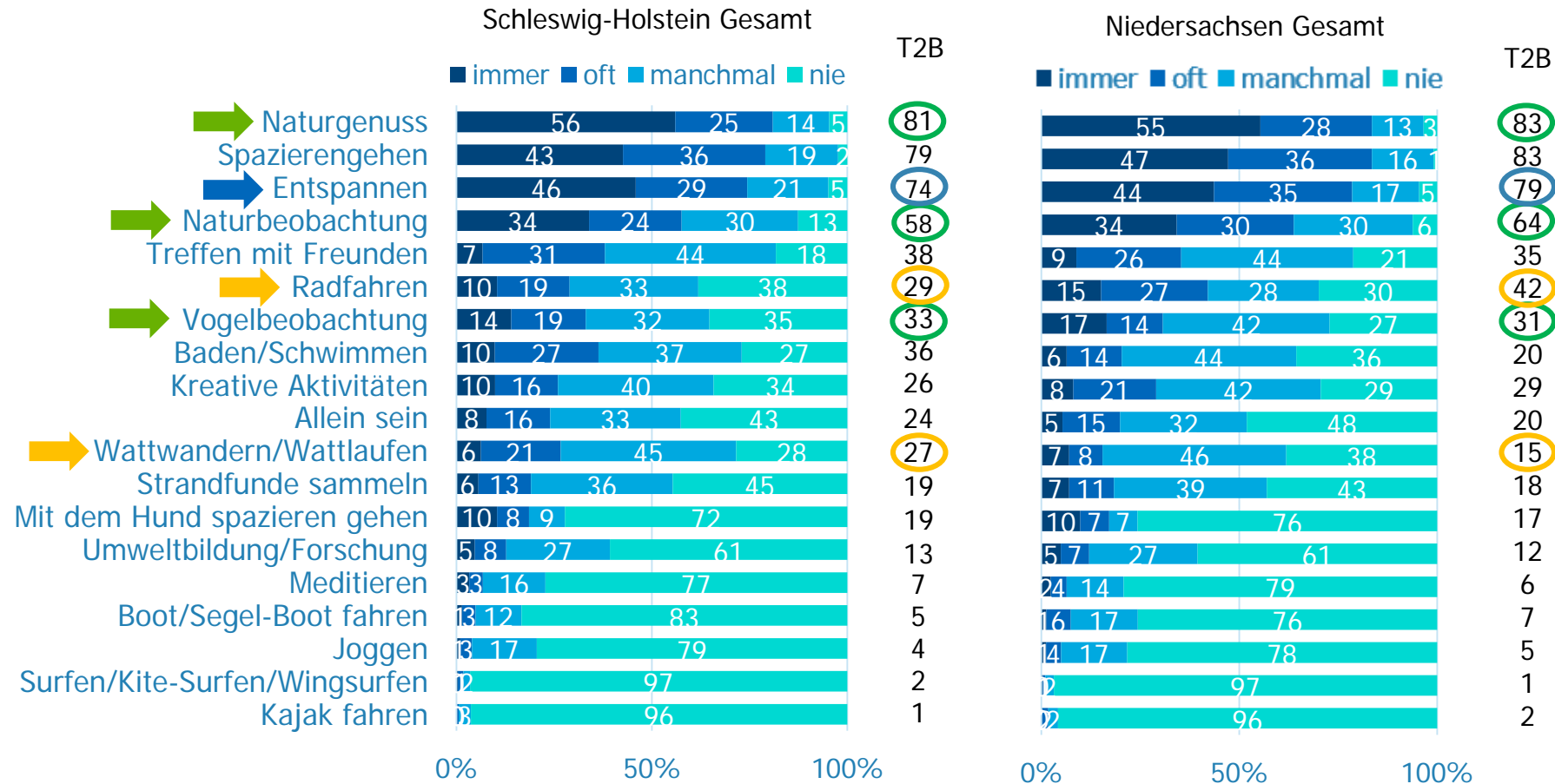
2. Zu welcher Jahreszeit besuchen Sie das Wattenmeer vorwiegend?



Basis: SH-/NI-Wattenmeer-Besucher:innen n = 605/600

# Häufigkeit von Aktivitäten am Wattenmeer

3. Wie häufig unternehmen Sie die folgenden Aktivitäten, wenn Sie das Wattenmeer besuchen?



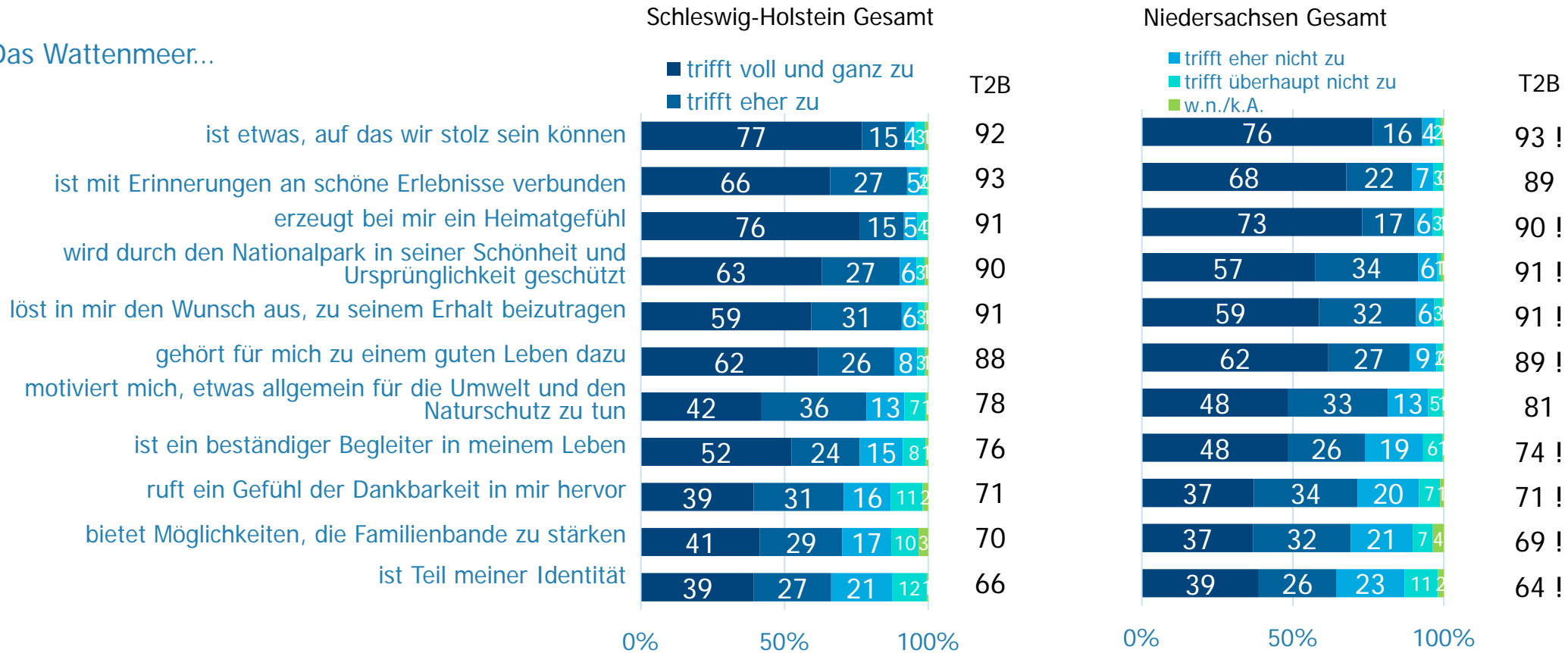
Basis: SH-/NI-Wattenmeer-Besucher:innen n = 605/600

# Persönliche Einschätzungen

## *Identität / Emotionen / Heimat*

Nun möchten wir Sie um einige persönliche Einschätzungen zum Wattenmeer bitten. Geben Sie bitte an, ob die folgenden Aussagen *voll und ganz zutreffen/eher zutreffen/eher nicht zutreffen/überhaupt nicht zutreffen*

Das Wattenmeer...



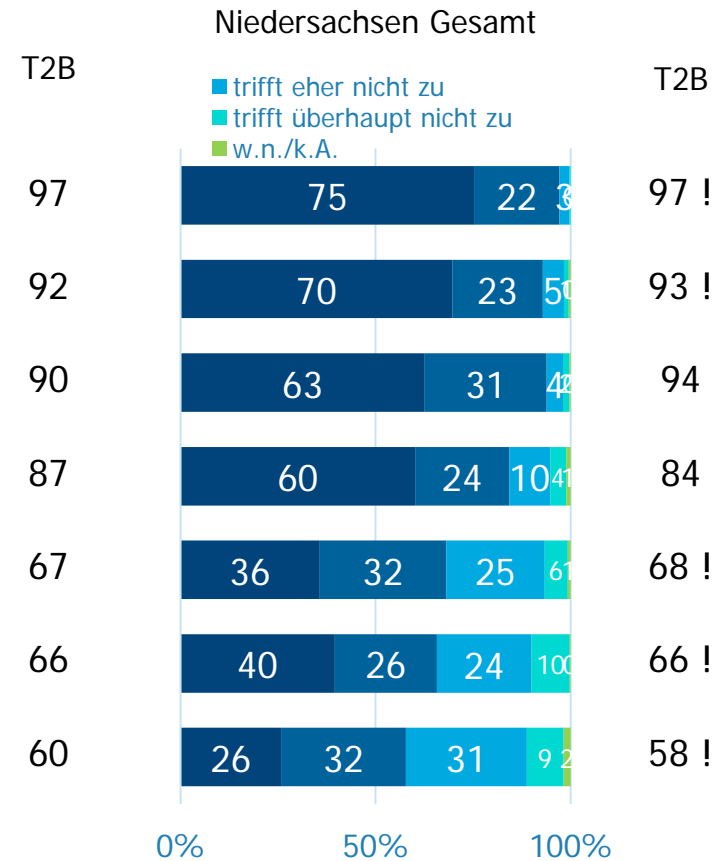
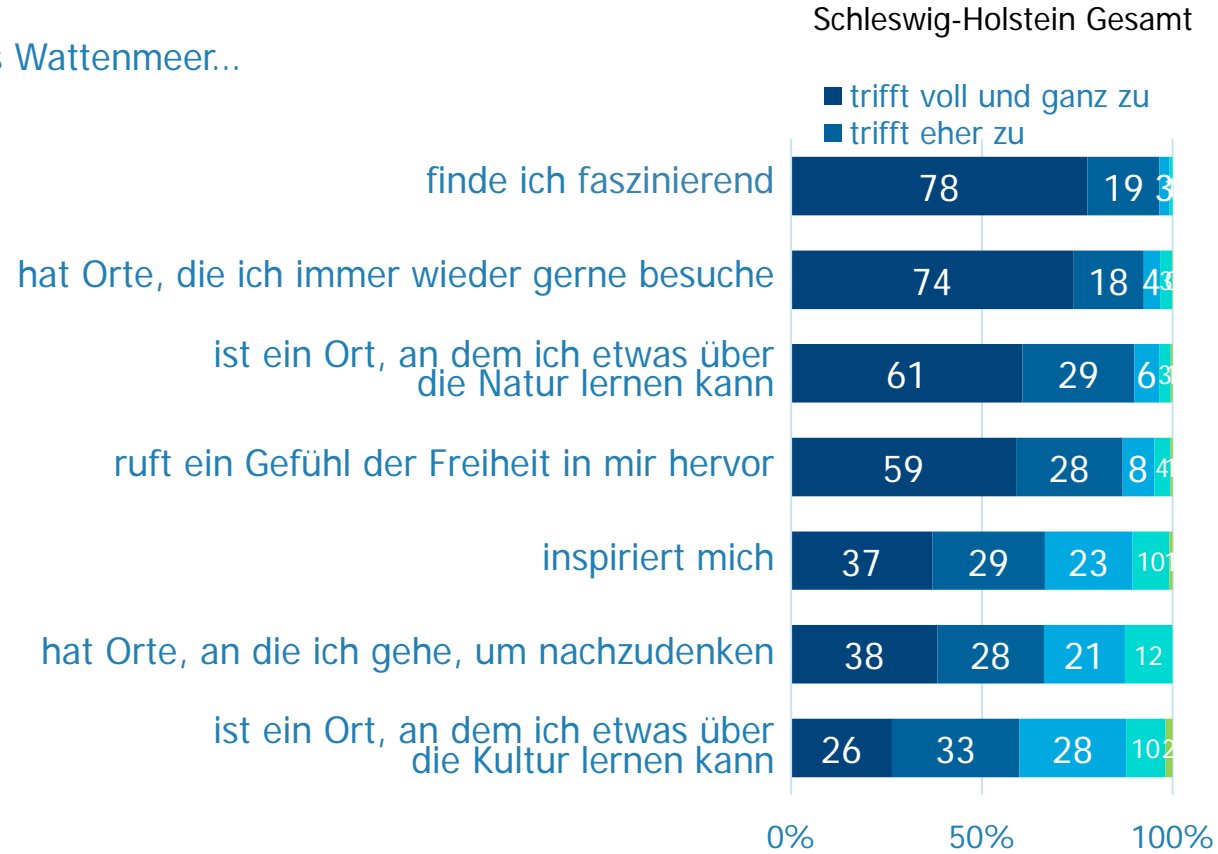
Basis: SH-/NI-Wattenmeer-Besucher:innen n = 605/600



# Persönliche Einschätzungen

## *Erlebnis / Inspiration / Kreativität*

Das Wattenmeer...

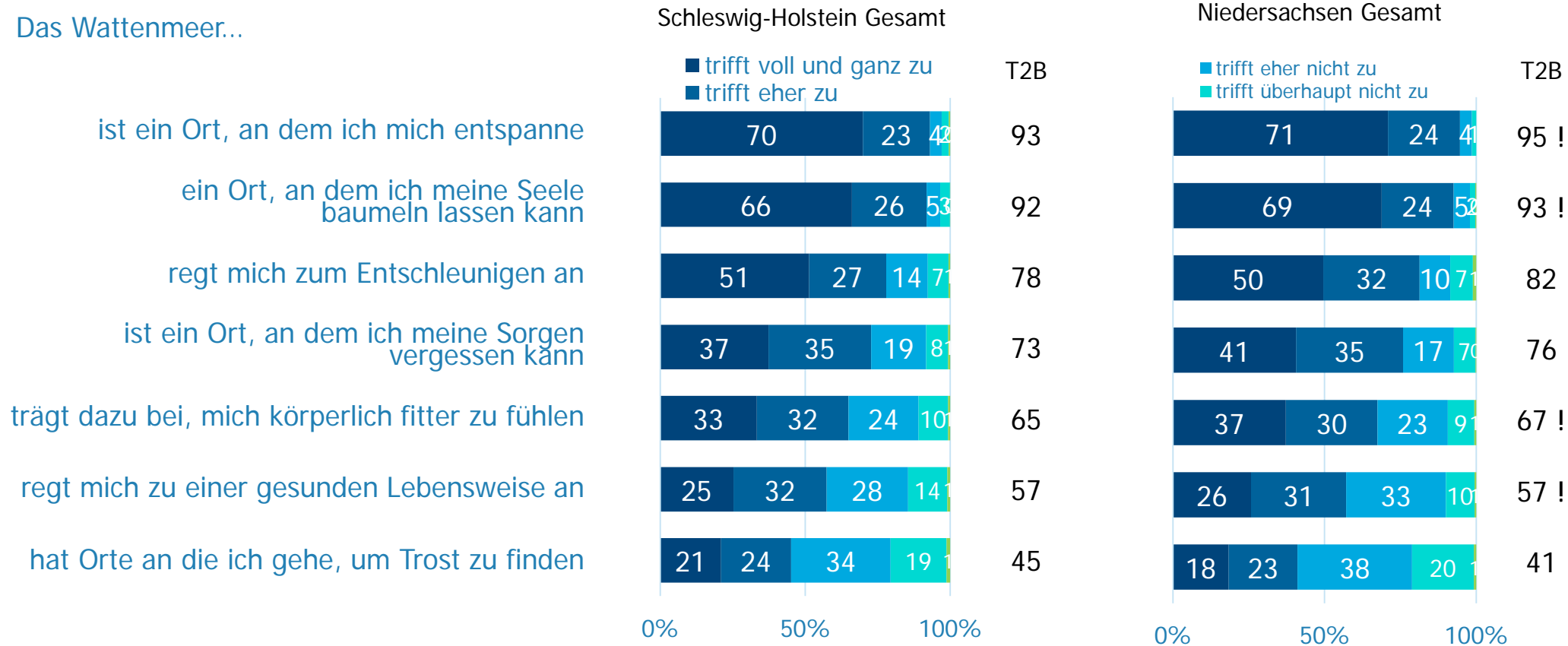


Basis: SH-/NI-Wattenmeer-Besucher:innen n = 605/600

# Persönliche Einschätzungen

## Wohlbefinden / Entspannung / Gesundheit

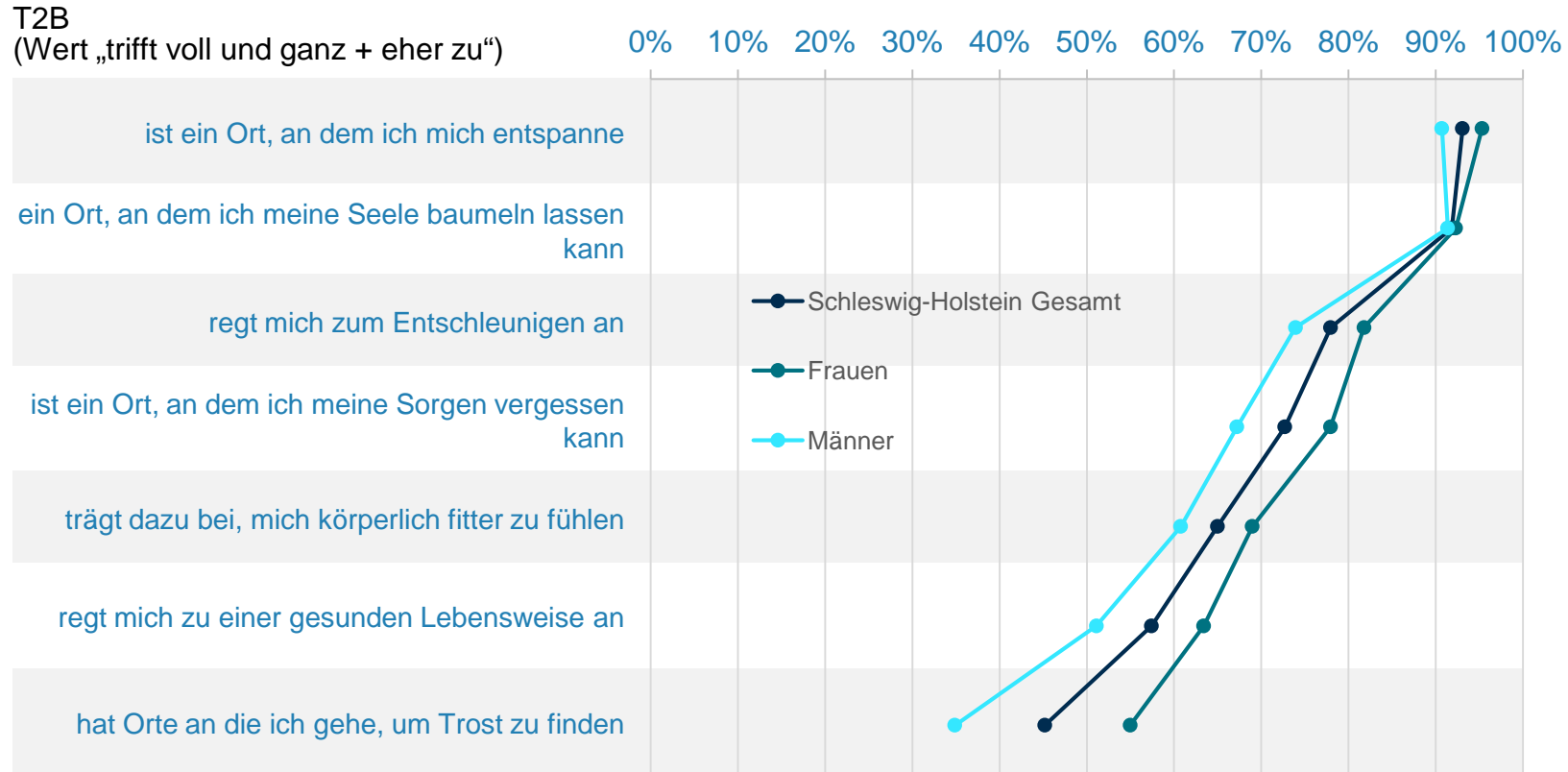
Das Wattenmeer...



Basis: SH-/NI-Wattenmeer-Besucher:innen n = 605/600

# Wohlbefinden/Entspannung/Gesundheitsaspekte

## - Schleswig-Holstein (Geschlecht)



Basis: SH-Wattenmeer-Besucher:innen n = 605

6. Nun möchten wir Sie um einige persönliche Einschätzungen zum Wattenmeer bitten. Geben Sie bitte an, ob die folgenden Aussagen voll und ganz zutreffen, eher zutreffen, eher nicht zutreffen oder überhaupt nicht zutreffen.

# Praxisbeispiel: „Watt für die Seele“



## Ziel:

Die Kraft der Natur für die Seele nutzen und gleichzeitig die Verbundenheit mit dem Weltnaturerbe Wattenmeer fördern.

## Vorgehen:

- Sammlung von Ideen, Inhalten und Beispielen
- Entwicklungsauftrag für Achtsamkeitsübungen an „Businessbar“, einem Unternehmen aus der Nationalparkregion
- Einbeziehung weiterer Unternehmen im Entwicklungsprozess
- Verbreitung der Achtsamkeitsübungen „Watt für die Seele“ durch Kommunikationsmaßnahmen

## Effekte:

- Positive Effekte auf die mentale Gesundheit durch Impulse für Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst und durch das Naturerleben
- Bewusstseinschärfung für das Weltnaturerbe Wattenmeer und seine Schutzwürdigkeit bei Anwender:innen und Multiplikator:innen
- Nachhaltige Aufwertung des Angebots von Unternehmen in der Region
- Neue Kooperationen

## Idee und Konzept

Mira Hohmann  
Nationalparkverwaltung  
Niedersächsisches Wattenmeer

Nationalpark  
Wattenmeer  
NIEDERSACHSEN



## Umsetzung gemeinsam mit



Businessbar

Personal- und Organisationsentwicklung  
YOGA und Mee(h)r



Hilligenland 1, 26434 Wangerland  
[www.businessbar.de](http://www.businessbar.de)

Interreg  
North Sea Region  
PROWAD LINK  
European Regional Development Fund



Interreg  
North Sea Region  
PROWAD LINK  
European Regional Development Fund



EUROPEAN UNION

# Schlussfolgerungen

- Die Befragten aus den Küstenregionen Schleswig-Holsteins und Niedersachsens stimmen insbesondere in ihren Antworten zu den Statements stark überein.
- Ihr Aufenthalt am Wattenmeer zeichnet sich durch eine bewusste Wertschätzung der Natur aus, wobei Entspannung und naturbezogene Aktivitäten im Vordergrund stehen.
- Das Wattenmeer weckt ein Gefühl von Stolz, tiefer Verbundenheit und den Wunsch, zu seinem Erhalt beizutragen. Für 90% bzw. 94% ist das Wattenmeer „ein Ort, an dem ich etwas über die Natur lernen kann“.
- Die Effekte auf das eigene Wohlbefinden werden überwiegend als positiv empfunden. Das Wattenmeer wird als ein entspannender, entschleunigender Faktor im Leben gesehen, „wo ich meine Seele baumeln lassen kann“.
- Den meisten Einwohner:innen ist bewusst, dass das Wattenmeer wertvoll und verletzlich ist. Sie sind damit ausgesprochen gute Unterstützer:innen und Botschafter:innen für seinen Schutz und die Werte des Nationalparks und des Weltnaturerbes Wattenmeer.
- Die Wattenmeer-Natur ist ein kostenfreier, verfügbarer und vielfach genutzter Wohlfühl-Ort mit Anti-Stress-Wirkung und bietet Möglichkeiten für neue Gesundheits-/Wellness-Angebote und Kooperationen z.B. zum Thema Achtsamkeit.



# Biologische Vielfalt macht glücklich!

Aus einer Pressemitteilung der Senckenberg Gesellschaft für Naturforschung zur Studie „*The importance of species diversity for human-wellbeing in Europe*“

... Die glücklichsten Europäer:innen sind unseren Ergebnissen zufolge diejenigen, die in ihrem tagtäglichen Leben viele verschiedene Vogelarten erleben können oder in einer naturnahen Umgebung leben, in der viele Arten beheimatet sind...

... Eine vielfältige Natur spielt daher europaweit gemäß der Studie eine wichtige Rolle für das menschliche Wohlergehen ...“

Quelle: <https://www.senckenberg.de/de/pressemeldungen/biologische-vielfalt-macht-gluecklich-mehr-vogelarten-im-umfeld-machen-menschen-in-europa- genauso-zufrieden-wie-hoeheres-einkommen/> Pressemitteilung zur Studie: *Methorst, J. et al. (2020): The importance of species diversity for human-wellbeing in Europe. Ecological Economics.* <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0921800920322084>



Fotos: Martin Stock/LKN, SH, Oliver Franke

teilen  
teilen  
teilen

Pressemeldung vom:  
3. Dezember 2020

Sabine Wendler  
Pressestelle  
Senckenberg Biodiversität und Klima  
Forschungszentrum  
Tel. 069 7542 1818  
pressestelle@senckenberg.de

Biologische Vielfalt macht glücklich:  
Mehr Vogelarten im Umfeld  
machen Menschen in Europa  
genauso zufrieden wie höheres  
Einkommen

## Die Menschen in Schleswig-Holstein sind die glücklichsten in Deutschland

Das belegt der Glücksatlas 2022. Schleswig-Holstein ist schon länger die Glücksregion Nr.1 im Bundesländervergleich.

Quelle: SKL Glücksatlas 2022 (<https://www.skl-gluecksatlas.de/artikel/schleswig-holstein-deutschlands-gluecksregion-nr1.html>)

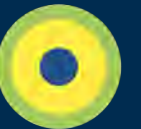


# ES GIBT EINEN ORT – WO SICH HIMMEL UND ERDE EINE BÜHNE TEILEN

Foto: Deff Westerkamp



**Nationalpark  
Wattenmeer**



SCHLESWIG-HOLSTEIN

# Welche Fragen wurden gestellt?

1. Wie oft im Jahr besuchen Sie das Wattenmeer?
2. Zu welcher Jahreszeit besuchen Sie das Wattenmeer vorwiegend?
3. Wie häufig unternehmen Sie die folgenden Aktivitäten, wenn Sie das Wattenmeer besuchen?
4. Nun möchten wir Sie um einige persönliche Einschätzungen zum Wattenmeer bitten. Geben Sie bitte an, ob die folgenden Aussagen *voll und ganz zutreffen / eher zutreffen / eher nicht zutreffen / überhaupt nicht zutreffen*

*Drei Blöcke mit Aussagen zu den Themen*

- *Identität / Emotionen / Heimat*
- *Erlebnis / Inspiration / Kreativität*
- *Wohlbefinden / Entspannung / Gesundheit*

Soziodemografie: Alter, Geschlecht, Haushaltsgröße, Bildung, Wohnort



**Nationalpark  
Wattenmeer**



**Interreg**  
North Sea Region  
PROWAD LINK

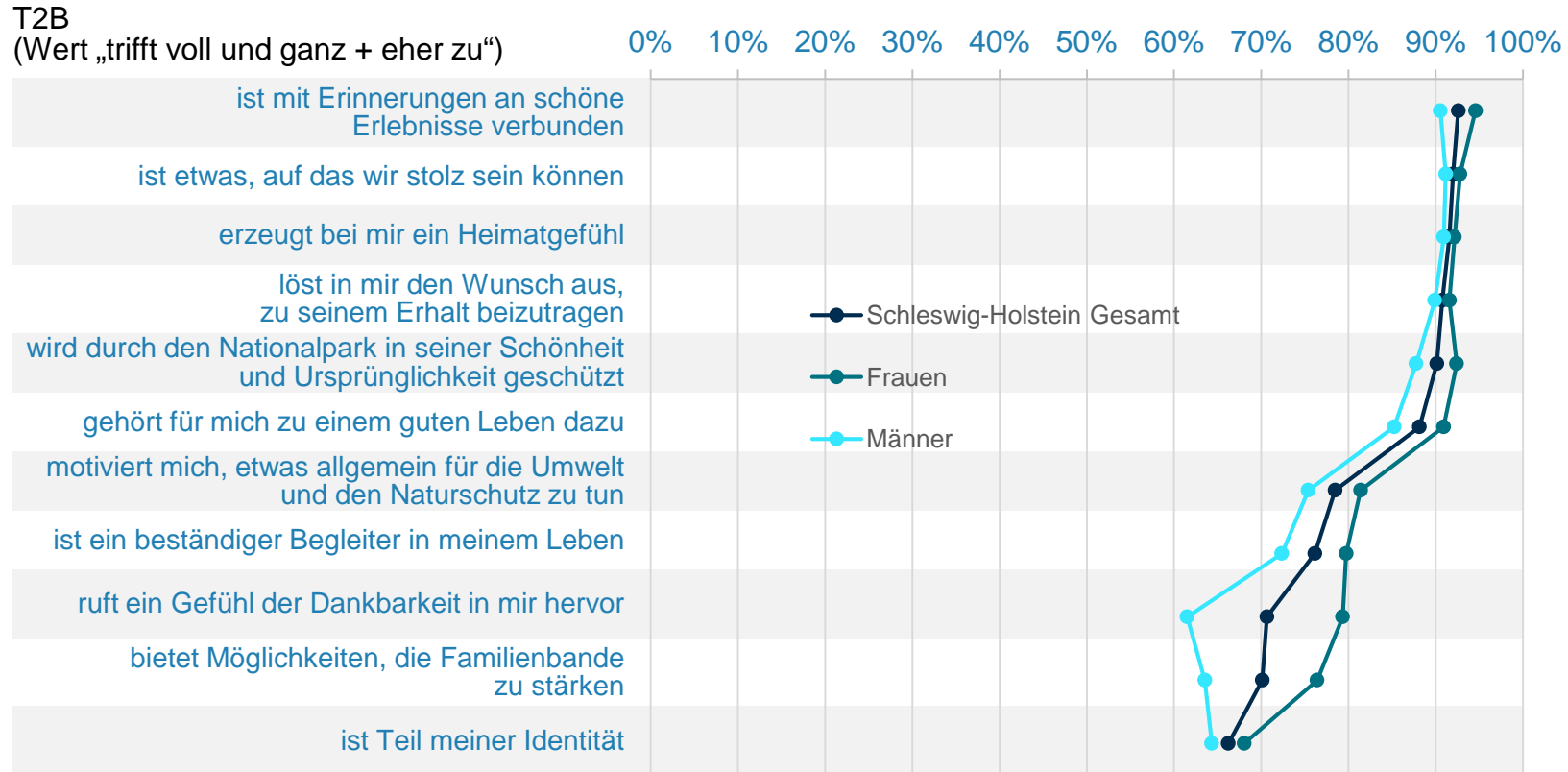


European Regional Development Fund

EUROPEAN UNION

# Identität / Emotionen / Heimat

## - Schleswig-Holstein (Geschlecht)



Basis: SH-Wattenmeer-Besucher:innen n = 605

4. Nun möchten wir Sie um einige persönliche Einschätzungen zum Wattenmeer bitten. Geben Sie bitte an, ob die folgenden Aussagen voll und ganz zutreffen, eher zutreffen, eher nicht zutreffen oder überhaupt nicht zutreffen.