

Gesünder geht's nicht!

Natur- und Waldkindergärten in Deutschland

| Von Wiebke Warmbold

Jeden Tag draußen unterwegs, wenigstens vier Stunden an der frischen Luft, vielerorts auch länger. Bewegungsfreiräume „en masse“. Spielmöglichkeiten – fast – ohne Grenzen. Rennen, toben, rutschen, klettern, hämmern, werkeln, basteln, bauen, Bücher gucken. Malen, filzen, weben, flechten. Laut sein, leise sein, stille sein. Mal für sich sein und im nächsten Moment wieder mit allen Freunden den Wald teilen. Tierspuren finden, Zwerge sehen, mit den Menschen gehen. Hört sich irgendwie paradiesisch an? Klingt nach Kindheit? Stimmt genau.

Kinder, die das Glück haben, in einen Waldkindergarten zu gehen, können so richtig aus dem Vollen schöpfen. Sie sind mitten in der Natur. Gut geschützt durch ihre Gruppe, können sie sich ausprobieren und gemäß ihrer Individualität entwickeln. Zu ihrer Gruppe zählen die Waldkinder und „die Großen“ – die Erzieherinnen und Erzieher im Wald, aber auch in einem erweiterten Sinn die Eltern und die Familien der Waldkinder.

20 Jahre Natur- und Waldkindergärten in Deutschland – eine gewachsene Erfahrung

Als sich die Erzieherinnen Petra Jäger und Kerstin Jepsen 1993 mit ihren ersten Waldkindern in Flensburg auf den Weg machten, den Wald und die Natur als Erfahrungs- und Erziehungsraum wieder zu erobern, war nicht zu erahnen, dass sie damit eine neue pädagogische Bewegung in Deutschland lostraten. Zunächst äußerst skeptisch beäugt, wurde ihr Waldkindergarten zu einem visionären Magneten für alle, die nach Alternativen in der Elementarpädagogik suchten. Sie selbst waren aufmerksam geworden durch das Vorbild von Waldkindergärten in Dänemark und bauten aus dieser Inspiration ihre pädagogische Praxis auf.

Wie damals, sind auch heute noch in Deutschland viele Waldkindergärten Elterninitiativen. Die Träger dieser Initiativen und die jeweilige Landesgesetzgebung prägen das Konzept der einzelnen Gruppen. Es gibt zwei Organisationsformen bei Natur- und Waldkindergärten:

„Reiner“ Waldkindergarten: Hier sind die Kinder täglich im Wald, es gibt kein festes Haus. Ein Bauwagen oder eine kleine Waldhütte dienen zum Schutz bei ungünstigen Wetterverhältnissen. Für Extremwetterlagen muss in der Regel ein Raum in einem festen Gebäude außerhalb des Waldes zugänglich sein.



> Die Kinder eines Waldkindergartens verbringen in der Regel drei bis fünf Stunden täglich bei Wind und Wetter draußen. <

Integrierter Waldkindergarten: Bei dieser Lösung geht eine Gruppe eines Regelkindergartens entweder täglich oder im Wechsel mit anderen Gruppen der Einrichtung in den Wald. Träger dieser Form können Elternvereine sein, aber auch für größere Träger der Wohlfahrtsverbände oder der Kirchen ist diese Form als pädagogische Alternative interessant.

Die Kinder eines Waldkindergartens verbringen in der Regel drei bis fünf Stunden täglich gemeinsam mit ihren Erzieherinnen und Erziehern bei Wind und Wetter draußen. In Ostdeutschland, vereinzelt auch in den westlichen Bundesländern, gibt es inzwischen auch Ganztagsbetreuung in Waldkindergärten, in der Regel bei Waldkindergärten unter dem Dach eines größeren Trägers. Mittlerweile wird auch das Konzept „Krippe im Wald“ in verschiedenen Einrichtungen erfolgreich integriert.

Aufgaben und Elternarbeit

Die allgemeinen Aufgaben des Kindergartens, wie Ausflüge ins soziokulturelle Umfeld oder auch das in unserer Kultur selbstverständliche Einbeziehen der christlichen Feste wie Weihnachten und Ostern, werden auch im Waldkindergarten wahrgenommen. Die Elternarbeit hat im Waldkindergarten einen sehr hohen Stellenwert. Eltern von „Waldkindern“ sind überdurchschnittlich an Erziehungsfragen interessiert und deshalb bereit, sich im Elternverein zu engagieren.

Nach wie vor stehen das draußen sein und spielen können, die uneingeschränkten Bewegungsmöglichkeiten und das ganzheitliche Lernen in der Natur mit Kopf, Herz und Hand für die Eltern im Vordergrund, wenn sie ihr Kind im Waldkindergarten anmelden.

Obwohl Deutschland eine lange natur- und umweltpädagogische Tradition hat, sind auch bei uns die Bedingungen des Kindseins heute zunehmend von einem Mangel an Möglichkeiten zum Spielen und Entdecken in der Natur geprägt (vgl. Trommer 2010). Hier setzen die Waldkindergärten einen klaren Gegenpol.

Richard Louv (2011) brachte mit seiner zugespitzten These von der Natur-Defizit-Störung die in erschreckendem Maße zunehmende weltweite Naturentfremdung von Kindern auf einen Begriff. Seiner Auffassung nach entwickeln Kinder, denen grundlegende Naturerfahrungen in der Kindheit vorenthalten werden, eine „Naturdefizit-Störung“, die sich ähnlich einer sozialen Bindungsstörung auswirken kann und Symptome wie ADHS zumindest verstärkt. Der gute Teil seiner Botschaft: Diese Störung ist durch positive Naturerfahrungen heilbar. Mehr noch, positive Naturerfahrungen tragen auch zur Verbesserung anderer seelischer und gesundheitlicher Beeinträchtigungen bei (vgl. Gebhard 2009).

Wechselwirkungen

Auch der dänische Familientherapeut Jesper Juul und der Schriftsteller Peter Hoeg beschreiben in ihrem Buch „Miteinander“ die besonderen Qualitäten, die die Naturerfahrung für Kinder mit sich bringt. „Das Leben draußen in der Natur öffnet uns die Tür zum Pentagramm, zu den fünf Grundkompetenzen. Hin zu unserem Körper, der Wahrnehmung mit allen Sinnen, zu unserem Atem, und es ruft bei den meisten Kindern eine Form innerer Wachsamkeit hervor, Vertrauen und ein Gefühl des Miteinander. So einfach ist das“ (Juul 2012). Hier spricht der Therapeut die ganzheitliche Wirkung der Natur an und beschreibt damit Erfahrungen, die zur Zeit viel diskutiert werden.

Was sind eigentlich gesunde Umweltbedingungen für Kinder und was kann der pädagogische Ansatz der Natur- und Waldkindergärten zu dieser Frage beitragen? Ein guter Anlass, auf der Grundlage eigener qualitativ-sozialwissenschaftlicher Untersuchungen in Waldkindergärten (Warmbold 2002/2011) einige Aspekte neu zu bewerten: Ein wesentliches Merkmal von Natur- und Waldkindergärten ist der Anspruch eines ganzheitlichen Zugangs – sowohl zum Kind als auch zur Natur. Gesunde Umweltbedingungen lassen sich im Natur- und Waldkindergarten natürlich als ein Recht des Kindes auf eine möglichst ökologisch intakte, nicht kontaminierte, für Kinder erreichbare

und in sinnvollem Maß betretbare und nutzbare Naturlandschaft beschreiben. Das ist die wichtigste Grundlage.

Zu den Dingen, die das Kind direkt betreffen, gehören selbstverständlich auch im Natur- und Waldkindergarten eine gesunde Ernährung und eine situationsangemessene Hygiene. Zu dem ganzheitlichen Verständnis zählt jedoch auch die schwer messbare, aber gut zu beobachtende positive, tatsächlich vielfach als heilsam empfundene Wirkung der Natur auf das Kind. Das betrifft ebenso die körperliche wie auch die psychische Entwicklung, immer in Wechselwirkung und Balance mit den Jahreszeiten gedacht.

An dieser Stelle seien vier wesentliche Aspekte aufgezeigt:

(1) Sauerstoffreiche, staubarme Luft kräftigt die Atmung und die Atmungsorgane. Der Körper wird insgesamt gut mit Sauerstoff versorgt, das regt die Blutbildung, den Stoffwechsel und somit die neuronale Aktivität an. Durch die natürliche Anreicherung mit Pollen, Blütenstaub, natürlichen Aromen (ätherische Öle der Pflanzen, z. B. Kiefernharz oder wilde Pfefferminze) wird das Immunsystem des Körpers angeregt und so im Allgemeinen langfristig Allergien vorgebeugt.

(2) Der Naturraum bietet die Möglichkeit, sich weitgehend uneingeschränkt zu bewegen. Natürliche Hindernisse fordern die Koordinationsfähigkeiten des Kindes heraus. Wenn das Kind beispielsweise nicht ständig hinfallen will, muss es lernen die Füße hoch zu heben und auf Bodenebenenheiten zu reagieren. Klettern, balancieren, springen – alles wirkt als natürliches Konditions- und Koordinationstraining auch auf die Entwicklung des Gehirns positiv. Heute weiß man, wie wichtig die Rechts-Links-Koordination und das Überkreuz-Handeln für den Aufbau vernetzter Strukturen zwischen der rechten und der linken Gehirnhälfte sind. Die Bewegungsanregung ist also ganz wesentlich für den Aufbau der kognitiven Strukturen und für die körperliche Entwicklung des Kindes.

(3) Der freie Himmel über dem Kopf, der Blick durch die Bäume, das Licht und die Stimmung – ob im Wald oder am Meer oder im Gebirge – immer wird diese heimatliche Landschaft als etwas ganz Besonderes erlebt und als sehr wohltuend wahrgenommen. Das wird auch von den Kindern so beschrieben. Der Wald entfaltet dadurch eine ‚harmonisierende‘ Wirkung. Aggressionen werden über Artikulation und Bewegungsspiele schnell abgebaut. Der Wald bietet ein genügendes Platzangebot für alle, viele vergleichbare Spielorte ermöglichen ein weitgehend konkurrenzfreies Parallelspiel der Kinder. Zum Vergleich: im nie-

> Im Vordergrund stehen die uneingeschränkten Bewegungsmöglichkeiten und das ganzheitliche Lernen in der Natur mit Kopf, Herz und Hand. <



dersächsischen Kindergartengesetz gelten ein bis zwei Quadratmeter pro Kind im Gruppenraum als ausreichend. Demgegenüber bietet ein Waldstück von mehreren Hektar ein nahezu grenzenloses Platzangebot.

(4) Aufatmen und leben... Das bedeutet Waldkindergarten für Kinder mit besonderen Bedürfnissen. Immer wieder berichteten mir Erzieherinnen von der Tendenz, dass zunehmend Eltern mit so genannten „Problemkindern“ auf die Waldkindergärten zukommen, in der Hoffnung, doch noch einen Kindergarten zu finden, in dem ihr Kind nicht für den Rest seines Bildungslebens den Stempel „schwer erziehbar“, „ADHS“ oder ähnliches aufgedrückt bekommt. Gerade Eltern von Jungen mit einem ausgeprägten Bewegungsbedürfnis machen in konventionellen Einrichtungen schnell schlechte Erfahrungen. Kommen solche Kinder in eine Waldgruppe, geben sich die Probleme oftmals wie von selbst, einschließlich der vermuteten sozialen Störungen. Hier zeigt sich der therapeutische oder zumindest psychoprophylaktische Wert von geschützter Naturerfahrung (vgl. Gebhard 2001, 2009).

Selbstverständlich geht es hier nicht um Romantisierung: Für Kinder, die gezielte Unterstützung und Rückhalt brauchen, richtet es der Wald nicht immer von allein. Aber im Natur- und Waldkindergarten können sich Erzieherinnen und Eltern die Zeit nehmen, die kindliche Entwicklung mit Ruhe und Vertrauen zu beobachten, zu begleiten und wertschätzend zu unterstützen. Waldzeit ist Entwicklungszeit.

Dazu kommt als Grundvoraussetzung das Vertrauen des Kindes in seine Erzieherinnen und Erzieher sowie die daraus resultierenden Bindungsmöglichkeiten. Das ist die Basis für die elementaren Bildungsvorgänge, eine gelingende Beziehung zur Natur und eine gesunde, ganzheitliche Entwicklung der Persönlichkeit des Kindes.

Über Stock und Stein

Neben einem klar strukturierten Tagesablauf gibt es regelmäßig besondere Aktionsangebote und vor allem viel Zeit für das

freie, selbst organisierte Spiel. Diese Möglichkeiten, sich in der Natur als selbstwirksames Wesen zu erfahren, fördern das Zutrauen des Kindes in die eigenen Fähigkeiten ganz enorm. Die Kinder erproben sich beim Klettern, Buden bauen, Schneiden, Verstecken spielen, Laufen über Stock und Stein. Sie bewältigen Ängste und Gefahren. Sie helfen sich gegenseitig, ermutigen sich und lernen miteinander. Die Waldkindergartenzeit fördert in ganz besonderer Weise den sozialen Zusammenhalt, das Verständnis für Regeln und die Sprachentwicklung der Kinder. Da der Waldkindergarten ein spielzeugfreier Kindergarten ist, wird alles mit Phantasie belebt und das muss kommuniziert werden – um mitspielen zu können, muss man sprechen können. Diese Erfahrung wirkt sich auch positiv auf Kinder mit Migrationshintergrund aus. Für sie wird der Wald zu dem Ort, wo sie die deutsche Sprache sinnvoll erlernen und verwenden können.

Jahresringe

Aus dem Pflänzchen einer Eltern- und Erzieherinitiative sind mittlerweile mehr als 1.500 Wald- und Naturkindergarten-Gruppen geworden. Aus einem Sämling ein ganzer Wald.

Eine intensive Beziehung in der Kindheit zur Natur prägt das Weltverhältnis des Menschen nachhaltig. Dies war eine der großen Hoffnungen und Wünsche der ersten Waldkindergärtnerinnen: Kindern etwas mit auf den Lebensweg zu geben, das sie für ihr ganzes Leben bereichert und stärkt.

Was wir heute aus 20 Jahren Praxis und vielfältiger, auch wissenschaftlicher, öffentlicher Begleitung sagen können, ist: Dieses Konzept geht auf. Aus ehemaligen Waldkindern werden selbstbewusste, weltoffene junge Menschen, die ihre selbst erlebte Freude an der Natur wie einen Schatz im Herzen tragen und diese Haltung in unsere Gesellschaft einbringen. So wächst Zukunft.

Wiebke Warmbold ist Diplom-Kulturwissenschaftlerin, Natur- und Waldpädagogin und Mitglied im Vorstand des Bundesverbands Natur- und Waldkindergärten e.V. in Kiel



LITERATUR

- Juul, Jesper, Hoeg, Peter (2012): *Miteinander. Wie Empathie Kinder stark macht*. Weinheim: Beltz.
- Jung, Norbert, Molitor, Heike, Schilling, Astrid (Hrsg.) (2012): *Auf dem Weg zu gutem Leben. Die Bedeutung der Natur für seelische Gesundheit und Werteentwicklung*. Opladen: Budrich UniPress.
- Gebhard, Ulrich (2001): *Kind und Natur. Die Bedeutung der Natur für die psychische Entwicklung*. 2. Aufl., Wiesbaden: VS-Verlag.
- Gebhard, Ulrich (2009): *Kind und Natur. Die Bedeutung der Natur für die psychische Entwicklung*. Wiesbaden: VS-Verlag.
- Louv, Richard (2011): *Das letzte Kind im Wald. Geben wir unseren Kindern die Natur zurück!* Weinheim: Beltz.
- Trommer, Gerhard (2012): *Schön wild. Warum wir und unsere Kinder Natur und Wildnis brauchen*. München: oekom.
- Warmbold, Wiebke (2002/2011): *Kulturpädagogik im Waldkindergarten. Eine Untersuchung zur elementaren kulturellen Bildung und ästhetischen Praxis*. Diplomarbeit 2002, online bei GRIN 2011.
- Warmbold, Wiebke (2006): *Aufbruch in die Landschaft – zur Entwicklung der Natur- und Landschaftswahrnehmung bei Kindern im Vorschulalter – Waldkindergärten eröffnen neue Perspektiven*. In: Reeh, Tobias, Ströhlein, Gerhard: *Zu Besuch in Deutschlands Mitte – Natur – Kultur – Tourismus*. ZELTForum – Göttinger Schriften zu Landschaftsinterpretation und Tourismus, Bd. 3: 19-49 (webdoc.sub.gwdg.de/univerlag/2006/ZELT_Bd3.pdf).
- Waldkindergarten Flensburg e.V.: www.waldkindergarten.de
- Zimmer, Renate (2004): *Toben macht schlau*. Freiburg: Herder.

Der Bundesverband der Natur- und Waldkindergärten in Deutschland (BVNW) e.V.

Der BVNW versteht sich als Koordinator und bundesweite Interessenvertretung der Natur- und Waldkindergärten in Deutschland mit den Arbeitsschwerpunkten:

- Öffentlichkeits- und Lobbyarbeit
- Aufbau und Pflege internationaler Kontakte
- Beratung bei Neugründungen sowie Hilfe bei konkreten Fragen oder Problemen
- Doppelfunktion als Bundes- und Landesverband für Bundesländer ohne Landesverband
- Qualitätssicherung
- Zentrale Informationssammelstelle
- Kooperationen und Vernetzungsprojekte mit Umwelt-Verbänden und Institutionen
- Durchführung einer jährlichen bundesweiten Fachtagung

Ziel ist es, (1) den Natur- und Waldkindergärten bildungs- und sozialpolitisch über Lobbyarbeit auf Bundesebene und Zusammenarbeit auf Länderebene einen dauerhaften Platz in unserer Bildungslandschaft zu sichern, (2) die naturpädagogische Arbeit mit Kindern – auch über den Kindergarten hinaus im Schulalter – als Bildungswert zu etablieren.

Der BVNW setzt sich ein für das Recht des Kindes auf Bildung in der Natur und für das Recht von Kindern auf eine unzerstörte, unbelastete Natur als Grundlage für das Leben kommender Generationen.

Die Diskussion um die große Bedeutung, die eine anregungsreiche natürliche Umgebung für das Kind hat, ist durch die positiven Erfahrungen, die wir in Waldkindergärten machen, neu angestoßen worden. Vielerorts werden Kindergartenelände naturnah umgestaltet. Waldtage und Waldprojekte nach dem Vorbild der Waldkindergärten haben sich in den letzten Jahren im Regelkindergarten einen festen Platz erobert. Hier ist noch viel möglich.

www.bvnw.de