

Eine Portion Natur stimuliert und beruhigt

Viele Kinder sind unruhig, weil sie zu wenig draussen sind. Immer mehr Kinderärzte in den USA verschreiben deshalb als Beruhigungsmittel «Natur». Lernen in der Natur stärkt aber auch das Immunsystem und fördert Kreativität, wie Markus Weissert, ehemaliger Leitender Arzt der Neurologie am Kinderspital St. Gallen, erklärt.

«Die Veränderungen kamen schleichend», erinnert sich Markus Weissert. «Immer häufiger standen Kinder mit motorischen Störungen und einer eingeschränkten Wahrnehmung vor mir. Die Sozialkompetenz nahm ab, der Therapiebedarf stieg.» Als Arzt und Vorstandsmitglied im WWF St. Gallen hat sich Markus Weissert längst der Meinung jener US-Ärzte angeschlossen, welche eine Portion Natur verschreiben. «Wo sonst können die Kinder riechen, schmecken, fühlen, wo können sie sonst physikalische Gesetze wie die Hebelwirkung an einem Stecken ausprobieren, geschwind über unberechenbare Hindernisse springen und die Naturkräfte spüren und so zur Ruhe kommen?» Für Markus Weissert ist klar: «Der virtuelle Raum kann die Natur niemals ersetzen. Die Sinneseindrücke am Ufer eines Waldbaches sind so vielschichtig und komplex, dass sie nicht nachgebildet werden können.»

Dreck macht resistent gegen Allergien

Sarah Kiener hat dazu am Institut für Psychologie der Universität Freiburg ihre Lizenziatsarbeit unter dem Titel: «Fördert das Spielen in der Natur die Entwicklung der Motorik und Kreativität von Kindergartenkindern?» geschrieben. Darin stellte sie bei Waldkindergärten-Kindern innerhalb eines Jahres deutlichere Fortschritte im Bereich der Motorik fest, als dies im Regelkindergarten der Fall war. Noch grösser sind die Unterschiede bei der Kreativität. Waldkinder sind flexibler und ideenreicher bei der Problemlösung, was nicht überrascht, wenn man je ein Kind gesehen hat, wie es nach Mitteln und Möglichkeiten sucht, einen Baum zu besteigen.

Der Arzt Markus Weissert sieht im regelmässigen Naturaufenthalt von Schülerinnen und Schülern einen weiteren positiven Aspekt: «Staub und Erde machen resistenter gegen Allergien. Die Kinder werden weniger krank.» Leider gingen viele Eltern und Lehrer oft vom



Foto: Linda Müller

Waldkinder sind flexibler und ideenreicher bei der Problemlösung.

Gegenteil aus. «Sie glauben, Dreck mache krank.» Ein blutendes Knie, ein Schnitt im Finger, eine Beule – dies alles seien Lehrblätze, die ein Kind sollte machen können.

Die Natur ist ein anforderungsreicher Lehrmeister. Wer nicht sieht, was sie zeigt, macht verblüffende Fehler. Der Jugendreport Natur 2010 der Universität Marburg deckt bei Deutschlands Schülern beachtliche Wissenslücken auf. So wissen nur 60 Prozent der 7–14-jährigen deutschen Schüler, wo die Sonne aufgeht. Jedes vierte Kind glaubt, ein Huhn lege täglich sechs oder mehr Eier und nur 20 Prozent wissen, dass es keine Kuh gibt, aus der Past-Milch gemolken werden kann. En vogue sind dafür die von grossen Stiftungen unterstützten,

Wissen vermittelnden Institutionen wie Technorama, Museen und ähnliche Einrichtungen. Hier eignen sich Kinder ihre Kenntnisse unter Laborbedingungen an, was das Lernen von der Natur wohl ergänzen, nie aber ersetzen kann. Die Natur beobachtend, erleben die Kinder oft Ungeahntes oder Vergessenes. Schon ein kurzer Schulweg kann ein Abenteuer sein, wenn ein Kind Ameisen beobachtet, den Fischen im Bach zuschaut oder bewusst die Vögel hört. Markus Weissert erinnert sich aber auch an ein Kind, wo das Gegenteil eine wunderbare Naturerfahrung war: Ein Kind sagte bei einem Waldausflug vor der Rückkehr: «Ich will noch bleiben und die Stille hören.»

Martin Arnold